

**ПРИГЛАСИТЕЛЬНЫЙ ШКОЛЬНЫЙ ЭТАП
ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ
ШКОЛЬНИКОВ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА. 2023 г.
4–5 классы**

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР

Инструкция по выполнению заданий

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к уровню знаний учащихся общеобразовательных школ по предмету «Физическая культура».

Задания объединены в 3 группы:

I. Задания в закрытой форме, т.е. с выбором правильного ответа

При выполнении этих заданий необходимо выбрать единственно правильный вариант ответа из предложенных. Среди вариантов могут встретиться частично правильные, не подходящие в качестве ответа.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 1 балл.

II. Задания в открытой форме, в которых необходимо вписать ответ

При выполнении этих заданий необходимо самостоятельно подобрать правильный ответ.

Правильно выполненные задания этой группы оцениваются в 2 балла.

III. Задания на соответствие и сопоставление

Каждое верное утверждение этой группы оценивается в 1 балл.

Максимально можно набрать 59 баллов.

Время выполнения всех заданий – 45 минут.

Желаем успеха!

I. Задания в закрытой форме, т. е. с выбором правильного ответа

2. Где зародились Олимпийские игры?

- а) Древняя Русь
- б) Римская Империя
- в) Древняя Греция
- г) Византия

3. Какому древнегреческому герою мифы приписывали учреждение древних Олимпийских игр?

- а) Персей
- б) Тесей
- в) Ахиллес
- г) Геракл

4. Талисман Олимпийских игр 1980 года в Москве:

- а) красный ягуар
- б) античные куклы
- в) собачка Коби
- г) медвежонок Миша

5 Кто является инициатором возрождения современных Олимпийских игр?

- а) Людвиг Гуттман
- б) Алексей Дмитриевич Бутовский
- в) Пьер де Кубертен
- г) Деметриус Викелас

6. Как звучит девиз Олимпийских игр?

- а) «Спорт, здоровье, радость!»
- б) «Дальше, выше, быстрее!»
- в) «Быстрее, выше, сильнее!»
- г) «Будь всегда первым!»

7. Когда и где состоятся следующие зимние Олимпийские игры?

- а) в 2020 г. в США
- б) в 2022 г. в Китае
- в) в 2020 г. в Японии
- г) в 2022 г. в России

8. Что представлено на рисунке?

- а) талисман Олимпийских игр
- б) символ Олимпийских игр
- в) эмблема Олимпийских игр
- г) флаг Олимпийских игр



9. Как называется положение, из которого начинают выполнять физическое упражнение?

- а) основная стойка
- б) свободная стойка
- в) исходное положение
- г) стойка ноги врозь

10. Что такое осанка?

- а) силуэт человека
- б) привычное положение тела, когда человек сидит, стоит и передвигается
- в) привычка к определённым позам
- г) качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие и настроение

11. Чтобы успеть сделать уроки, помочь родителям по дому, почитать, погулять, позаниматься самостоятельно физическими упражнениями или в спортивной секции, надо

- а) составить правильный режим дня
- б) отодвинуть время отхода ко сну
- в) учиться во вторую смену
- г) пойти в группу продлённого дня

12. Сколько времени должны занимать физкультминутки во время уроков в школе и выполнения домашних заданий?

- а) 1–2 минуты
- б) 10–15 минут
- в) 30–40 минут
- г) 1–1,5 часа

13. Какова цель утренней гимнастики?

- а) вовремя успеть на первый урок в школе
- б) воспитать силу
- в) выступить на школьных соревнованиях
- г) ускорить полное пробуждение организма

14. Что понимается под закаливанием?

- а) купание, принятие воздушных и солнечных ванн в летнее время
- б) посещение бани, сауны
- в) повышение устойчивости организма к воздействию неблагоприятных условий окружающей среды
- г) укрепление здоровья

15. Первой ступенью закаливания организма является закаливание

- а) водой
- б) солнцем
- в) воздухом
- г) холодом

16. Какие составляющие относятся к здоровому образу жизни?

- а) рациональное питание
- б) режим дня
- в) закаливание
- г) все перечисленные

17. В каком виде спорта мяч забрасывается в ворота?

- а) бейсбол
- б) баскетбол
- в) волейбол
- г) гандбол

18. Сколько игроков играют в волейбол на одной стороне площадки?

- а) 5
- б) 10
- в) 6
- г) 7

19. Какой вид спорта относится к летним видам?

- а) лыжные гонки
- б) бадминтон
- в) конькобежный спорт
- г) биатлон

20. К какому разделу школьной программы относится кувырок назад?

- а) лёгкая атлетика
- б) гимнастика
- в) силовой атлетизм
- г) ко всем перечисленным разделам

21. В каком году появился баскетбол как игра?

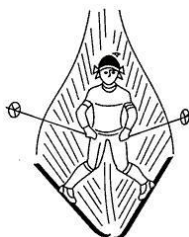
- а) 1887
- б) 1890
- в) 1891
- г) 1895.

22. С каких частей тела необходимо начинать разминку?

- а) с мышц ног
- б) с мышц шеи
- в) последовательность роли не играет
- г) с мышц брюшного пресса и спины.

23. Как называется способ торможения при спуске с горы на лыжах?

- а) «лесенкой»
- б) «упором»
- в) «ёлочкой»
- г) «плугом»



24. Полоса препятствий используется для воспитания

- а) быстроты
- б) силы
- в) ловкости
- г) гибкости

25. Какое из перечисленных качеств относится к физическим?

- а) целеустремлённость
- б) трудолюбие
- в) смелость
- г) выносливость

26. Что, прежде всего, следует сделать при оказании первой помощи пострадавшему от ушиба какой-либо части тела о твердую поверхность?

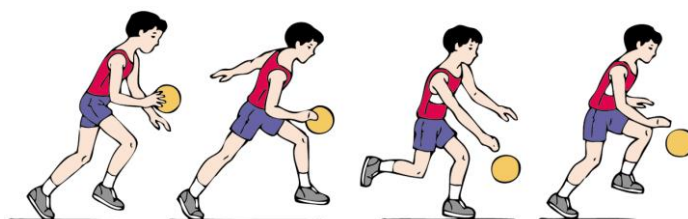
- а) охладить место ушиба
- б) приложить тепло на место ушиба
- в) наложить шину
- г) обработать место ушиба йодом

27. Кто был первым победителем Олимпийских игр в Древней Греции?

- а) Леонидас
- б) Корибос
- в) Милон
- г) Нерон

28. Какой технический прием игры в баскетбол изображён на рисунке?

- а) передача мяча
- б) бросок мяча
- в) ловля мяча
- г) ведение мяча



II. Задания в открытой форме, в которых необходимо вписать ответ

29. Физическое воспитание детей на государственном уровне в Древней Греции начиналось в возрасте семи лет в особом учреждении, называемом _____.

30. Одна из легенд гласит: Геракл отмерил собственными стопами дистанцию для бега – шестьсот стоп. Так появилась одна из наиболее распространённых мер длины, которая стала называться _____.

31. В каком году и в какой стране были проведены первые Олимпийские игры современности? *Указать год* _____.

32. *Указать страну* _____.

33. Вращательное движение через голову с последовательным касанием опорной поверхности отдельными частями тела в гимнастике обозначается как _____.

34. Как называют способность человека выполнять различные движения с большой амплитудой? _____.

35. Как называют спортивный снаряд, который перетягивают? _____.

36. Результат в матче или партии, при котором победитель игры или состязания не выявлен, называется _____.

37. Как называли победителя Олимпийских игр в Древней Греции? _____.

38. Какова величина частоты сердечных сокращений в минуту у занимающегося физической культурой, если за 10 секунд было зарегистрировано 14 ударов? _____.

39. Как называется звуковой атрибут спортивного судьи? _____.

III. Задания на соответствие и сопоставление

40. Установите соответствие между упражнениями и предполагаемыми результатами их применения (физическими качествами, которые они воспитывают).

УПРАЖНЕНИЯ	РЕЗУЛЬТАТЫ
1. Наклоны	А. Ловкость
2. Кросс	Б. Гибкость
3. Сгибание – разгибание рук в упоре лёжа	В. Сила
4. Кувырки	Г. Выносливость

Ответ:

1.	2.	3.	4.

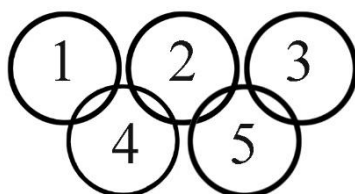
41. Сопоставьте технические приёмы и инвентарь с соответствующими спортивными играми.

СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ	ТЕХНИЧЕСКИЕ ПРИЁМЫ И ИНВЕНТАРЬ
1. Волейбол	А. Кольцо, перхват, фол
2. Баскетбол	Б. Сетка, нападающий удар, блокирование
3. Гандбол	В. Ворота, гол, семиметровый бросок

Ответ:

1.	2.	3.

42. Распределите цвета олимпийских колец: чёрный, жёлтый, синий, красный, зелёный.



Ответ:

1.	2.	3.	4.	5.

ТЕХНОЛОГИЯ

оценки качества выполнения теоретико-методических заданий

I. Задания в закрытой форме (№№ 2-28)

Каждое верное задание оценивается в **1 балл**, неправильно выполненное задание – 0 баллов.

II. Задания в открытой форме (№№ 29-39)

Каждое верное задание оценивается в **2 балла**, неправильное – 0 баллов.

Задания №№ 31-32 каждое верное задание оценивается в **1 балл**.

III. Задания на соответствие и сопоставление (№№ 40-42)

Каждое верное утверждение этой группы оценивается в **1 балл**, неправильное – 0 баллов.

Итоговая оценка представляется суммой баллов оценки выполненных заданий.

1. Задания в закрытой форме – в сумме **27 баллов** (27 вопросов).
2. Задания в открытой форме – в сумме **20 баллов** (11 вопросов).
3. Задания на соответствие и сопоставление – в сумме **12 баллов** (3 вопроса).

Максимально возможная сумма – **59 баллов**.