**Школьный этап Всероссийской олимпиады школьников по физической культуре.**

***Теоретико-Методические задания для 5-6 классов***

**Задания в закрытой форме**

1. *В каком году состоялись первые Олимпийские игры в древности*:

А-в 906 до н.э.

Б-в 1201

В- в 776 до н.э.

Г- в 1896

1. *Стадий равен:*

А-150м 50см

Б-192м 27см

В-200м

Г-400м

1. *Что символизируют пять олимпийских колец:*

А-гармония воспитания основных физических качеств: выносливости, гибкости, силы, быстроты, ловкости.

Б-единство спортсменов пяти континентов земного шара;

В-основные цвета, входящие в флаги всех стран-участниц Олимпийских игр;

Г-единство спортсменов пяти частей света, которые приобщились к олимпизму?

4.*В каком виде легкой атлетики обязательно присутствуют судьи по стилю (технике)*

А-спринт

Б-прыжки в высоту

В- спортивная ходьба

Г-прыжки с шестом

5. *В каком году появился баскетбол как игра:*

А-в 1819г.

Б- в 1899г.

В- в 1891 г.

Г- в 1895г.

6.Осанкой называется:

А-эластичность и подвижность опорно-двигательного аппарата;

Б-пружинистые характеристики позвоночника и стоп;

В - привычная поза человека в вертикальном положении.

7. *Нарушение осанки чаще всего связано:*

А - высокий рост человека

Б - лишний вес

В- слабая мускулатура

Г-увеличение межпозвонковых дисков.

8. *Физкультурный комплекс « готов к труду и обороне СССР» (ГТО) был введен в:*

А-в 1928г.

Б-в 1931г.

В- в1940г.

Г- в 1951г.

9.*Укажите вид спорта, который обеспечивает наибольший эффект в развитии общей выносливости человека:*

А- бег на средние дистанции

Б-бег на длинные дистанции

В-десятиборье

Г- спорт .игры.

10. *Что понимается под закаливанием*:

А- посещение бани, сауны;

Б- повышение устойчивости организма к воздействию неблагоприятных условий окружающей среды;

В-купание, принятие воздушных и солнечных ванн в летнее время;

Г- укрепление здоровья?

11. *В волейболе игрок, находящийся в 1 зоне, при «переходе» перемещаетс*я:

А- в зону 6

Б- в зону 2

В- в зону 5

Г– в зону 3

12. *Соблюдение режима дня способствует укреплению здоровья, потому что*:

А- помогает формированию ритмичной работы организма;

Б-позволяет избежать неоправданных физических напряжений;

В- содействовать правильному выполнению запланированных дел;

Г- распределение основных дел осуществляется более или менее стандартно в течение каждого дня.

13.*Скелет человека выполняет функцию*:

А- энергетическую;

Б- запасающую;

В- кроветворную;

Г- транспортную:

14. *Какие качества развиваются в игре волейбол*:

А- прыгучесть ,ловкость, сила, координация;

Б-быстрота ,ловкость, гибкость;

В- сила, быстрота, прыгучесть;

Г- сила, выносливость, координация.

15.*Общеразвивающие упражнения (ОРУ) , как правило, применяются для*:

А- всестороннего развития физической подготовки;

Б –развития выносливости, скорости;

В- формирования правильной осанки:

**Задания с выбором нескольких правильных ответов.**

16. *Перечислите факторы, от которых зависит проявление гибкости:*

А-эластичность мышц и связок;

Б-эмоциональное состояние;

В- анатомическое строение суставов;

Г-возраст и пол;

Д- квалификация спортсмена.

17. *Школьникам с выраженным нарушением осанки не рекомендуется заниматься:*

А- тяжелая атлетика;

Б- акробатика;

В- прыжками с вышки в воду;

Г-плаванием:

**Задания в которых правильный ответ надо дописать**.

18. *Продолжи поговорку*. **Держи голову в холоде, живот в голоде, а ноги в** ………………..