

Код 5014  
Класс 5

**Теоретические задания**  
Школьный этап Всероссийской Олимпиады школьников по предмету  
«физическая культура»  
для 5-6 классов

**1. На уроках физкультуры нужно иметь:**

- 15 а) повседневную форму  
б) спортивную форму ✓  
в) сапоги  
г) халат

**2. Чтобы утром после сна перейти от пассивного состояния к активному состоянию необходимо...**

- 05 а) выполнить утреннюю гимнастику  
б) поваляться в постели  
в) посмотреть телевизор

**3. Нужна ли разминка перед занятием физическими упражнениями?**

- 15 а) нет, потому что во время занятий мышцы и так устают  
б) нужно только для людей не подготовленных  
в) нужно обязательно, чтобы подготовить организм к работе ✓

**4. В какой стране зародились Олимпийские игры?**

- 05 а) в Древней Греции  
б) в Риме  
в) в Олимпии ✓  
г) во Франции

**5. Как часто проходят Олимпийские игры.**

- 05 а) каждый год  
б) один раз в два года  
в) один раз в три года  
г) один раз в четыре года

**6. Короткие дистанции - это...**

- 15 а) 200 и 400м  
б) 30 и 60м ✓  
в) 800 и 1000м  
г) 3000 и 5000м

**7. Акробатика - это...**

- 15 а) прыжок через козла  
б) повороты и перестроения  
в) кувырки, перестроения ✓  
г) подтягивание на перекладине

**8. Строевые упражнения - это...**

- 15 а) попеременно двухшажный ход  
б) низкий старт

- ☒ в) повороты на месте, перестроения  
г) верхняя подача

✓

**9. Что развивает координацию?**

- 15 ☒ а) акробатические упражнения  
б) бег с ускорением  
в) прыжки  
г) подтягивание

✓

**10. Каким упражнением проверить физическое качество – гибкость.**

- 15 ☐ а) подтягивание в висе  
б) прыжки в длину с места  
☒ в) наклон вперёд из положения сидя, ноги врозь  
г) кувырок вперёд

✓

**11. Что такое кросс?**

- 05 ☐ а) бег с препятствиями  
б) полоса препятствий  
в) бег по пересечённой местности  
☒ г) бег по стадиону

**12. Как дословно переводится слово «волейбол» с английского языка?**

- 05 ☐ а) летающий мяч  
б) прыгающий мяч  
☒ в) игра через сетку  
г) парящий мяч

**13. Сколько игроков играют в волейбол на одной стороне площадки?**

- 15 ☐ а) 5  
б) 10  
☒ в) 6  
г) 7

✓

**14. Какой частью тела футболист не может останавливать мяч во время игры?**

- 15 ☐ а) головой  
б) ногой  
☒ в) рукой  
г) туловищем

✓

**15. Вероятность травм при занятиях физическими упражнениями снижается если учащиеся ...**

- 05 ☐ а) переоценивают свои возможности  
б) следует указаниям учителя  
☒ в) владеет навыками выполнения движений  
г) не умеет владеть своими возможностями

**16. Первой ступенью закаливания организма является закаливание**

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



### 17. Здоровье – это...

- а) состояние полного физического, психического и социального благополучия ✓  
 б) отсутствие болезней и физических недостатков  
 в) показатель силы, быстроты, выносливости человека

### 18. Грамотный прыгун в длину с разбега знает длину своего разбега. Чем измеряется длина разбега?

- а) метром  
 б) на глазок  
 в) ступнями ✓  
 г) беговыми шагами

### 19. Почему на уроке физической культуры выделяют подготовительную (вводную), основную, заключительные части:

- а) потому что так учителю удобнее распределять различные по характеру упражнения.  
 б) выделение частей урока связано с необходимостью управлять динамикой работоспособности занимающихся.  
 в) такова давняя традиция  
 г) потому, что перед выполнением физических нагрузок надо разогреть организм.

### 20. Бегун на короткие дистанции называется

~~быстрый~~ спринтер ✓

### 21. Как звучит Олимпийский девиз:

更快更高更强

### 22. Чемпионат мира по футболу 2018 года. Сколько городов участвовало в этих соревнованиях

11 городов ✓

### 23. Сопоставьте название теста и физические качества, которые определяют...

Тест	Физические качества	Ответы
Прыжок в длину с места	1. ловкость	2 ✓
бег на 30-60 м	2. скоростно - силовые	3 ✓
подтягивание	3. быстрота	4 ✓
бег на 1500 -2000 м	4. сила	5 ✓
наклон вперед из положения, стоя с прямыми ногами	5. выносливость	6 ✓
метание мяча в цель	6. гибкость	1 ✓

215

26