

## МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

### Теоретический тур

Время выполнения заданий **45 минут**

Максимальное количество баллов – **20**

### Задания в закрытой форме

*Из предложенных вариантов ответов выберите один или несколько правильных ответов, которые наиболее полно соответствуют смыслу утверждения, и занесите их в нужные столбцы бланка ответов.*

**1. Кто из выдающихся деятелей стал основоположником современных Олимпийских игр?**

- а. Жак Рогге;
- б. Пьер Ришар;
- в. Жак Ширак;
- г. Пьер де Кубертен.

**2. Античные Олимпийские игры получили своё название потому, что соревнования проводились.....**

- а. у подножия горы Олимп;
- б. в местности, называемой Олимпией;
- в. в честь олимпийских богов;
- г. после зажжения олимпийского огня.

**3. В каком виде спорта запрещено ловить мяч?**

- а. баскетбол;
- б. гандбол;
- в. регби;
- г. волейбол.

**4. При сдаче испытания «подтягивание» комплекса ГТО оценивают**

- а. общее количество повторений;
- б. время, за которое учащийся выполняет подтягивания;
- в. количество повторений за 30 секунд;
- г. правильность выполнения подтягивания.

**5. Как называется снаряд для метания на дальность?**

- а. баскетбольный мяч;
- б. дротик;
- в. набивной мяч;
- г. фитбол.

**6. В какой последовательности выполняются действия на уроке физической культуры?**

- а. построение, приветствие, комплекс общеразвивающих упражнений, игровые упражнения;
- б. приветствие, построение, комплекс общеразвивающих упражнений, игровые упражнения;
- в. построение, приветствие, игровые упражнения, комплекс общеразвивающих упражнений;
- г. приветствие, построение, игровые упражнения, комплекс общеразвивающих упражнений.

**7. Что необходимо сделать при оказании первой помощи, если на занятии школьник растянул мышцу? Выбери верные ответы.**

- а. обработать перекисью водорода;
- б. наложить тугую повязку;
- в. наклеить пластырь;
- г. наложить холодный компресс.

**8. Закаливающие процедуры рекомендуется начинать с.....**

- а. обливания холодной водой;
- б. моржевания;
- в. закаливания воздухом;
- г. закаливания солнцем.

**Задания открытого типа**

- 9. Гимнасткам сложно удержать равновесие выполняя упражнения на**  
*Ответ запишите в бланк ответа*

10. На картинке изображён спортивный инвентарь.

О каком виде спорта идет речь?

Ответ запишите в бланке ответов.



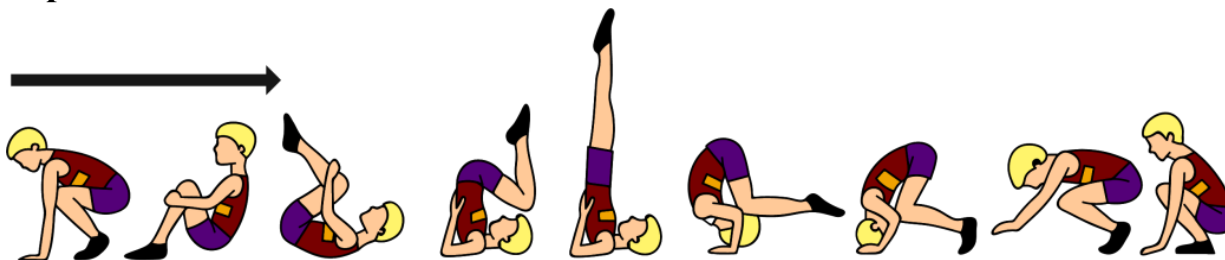
**Задания типа-кроссворды**

11. Найдите название основных видов спорта, входящих в школьную программу по физической культуре, и зачеркните их одной линией, обозначив начало слова цифрой. Будьте внимательны, названия не пересекаются и не читаются по диагонали. Запишите найденные названия в бланке ответа.

С	Л	О	М	В	О	Л
Б	Ф	Б	В	О	С	Е
А	Е	Т	Е	Т	И	Й
С	К	Т	Л	И	Ж	Б
Х	П	А	Ж	К	Ы	О
К	А	Я	О	А	Л	Л
Г	С	А	Н	М	А	Ь
Ё	Т	Ш	А	И	С	Х
Л	И	К	А	Г	У	О

**Задания с иллюстрациями двигательных действий (пиктограммы)**

12. Элементы в акробатической комбинации имеют свои названия. Выбери верную последовательность названий элементов для данной акробатической комбинации:



- а. из упора присев - пережат назад - в стойку на лопатках - из стойки на лопатках - кувырок назад - в упор присев;
- б. в упор присев - пережат назад - в стойку на лопатках - из стойки на лопатках - кувырок назад - из упора присев;
- в. в упор присев - кувырок назад - в стойку на лопатках - из стойки на лопатках - пережат назад - из упора присев;
- г. из упора присев - кувырок назад - в стойку на лопатках - из стойки на лопатках - пережат назад - в упор присев.

### **Задания алгоритмического толка**

#### **13. Реши задачу.**

До урока физической культуры пульс ученика 5 класса составлял 70 ударов в минуту, после урока мальчик вновь измерил свой пульс и получил значение – 150 ударов в минуту. Еще одно измерение он произвел через 15 минут: пульс составил 115 ударов в минуту.

**Чем может быть вызвано такое состояние учащегося?**

*Выбери верные ответы.*

- а. недостаточной физической подготовленностью учащегося;
- б. возможным перенесенным вирусным заболеванием;
- в. посещением спортивной секции;
- г. длительным отсутствием на уроках физической культуры.

### **Задания на соответствие**

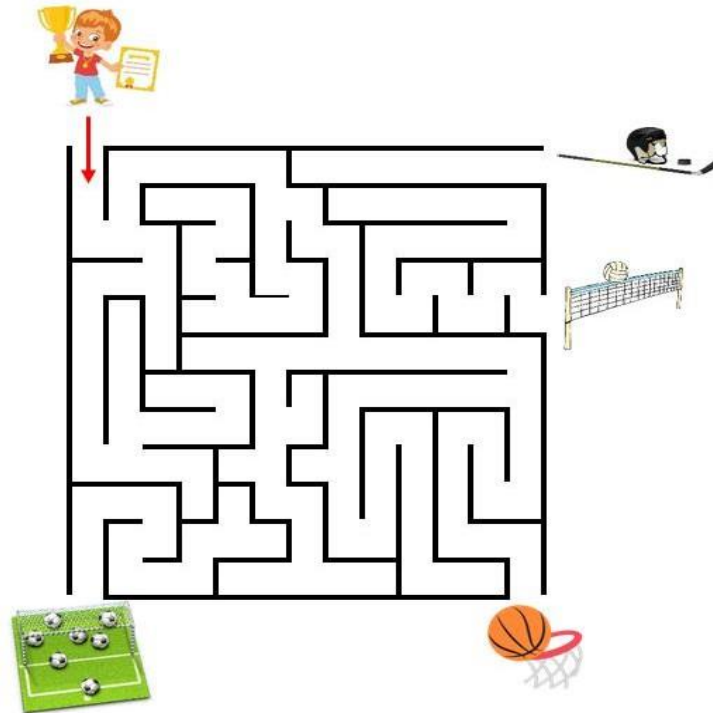
**14. Установите принадлежность видов спорта к летней или зимней олимпийским программам. Запишите соответствующую цифру под каждой из букв в бланке ответов.**

<b>А) Летние виды спорта</b>
<b>Б) Зимние виды спорта</b>

1.лыжные гонки
2.волейбол
3.лёгкая атлетика
4.плавание
5.тяжёлая атлетика
6.биатлон
7.фигурное катание

**Задание-задача**

**15. Пройдите лабиринт и узнайте, в каком виде спорта Петя завоевал золотую медаль. Ответ запишите в бланк ответа**



- а) футбол
- б) баскетбол
- в) волейбол
- г) хоккей

**16. Решите ребус.**

*Ответ запишите в бланк ответа*

