Вашій увазі пропонуються 30 тестових завдань теоретико-методичної частини олімпіади з фізичної культури, які відповідають вимогам щодо мінімуму знань випускників загальноосвітніх навчальних закладів з предмета «Фізична культура».

До кожного із завдань запропоновано 4 варіанти відповідей, серед яких є як правильна, так і неправильна або частково правильна (неповна) відповідь. Правильною вважається та, що найповніше відповідає на поставлене запитання. Для виконання завдань надається 60 хвилин.

Працюючи над вибором одного із чотирьох варіантів відповідей, уважно читайте завдання. Успіху Вам.

**Назвіть засновника сучасного олімпійського руху:**  
А. Вільям Брукс

Б. П’єр де Кубертен  
В. Анрі-Мартін Дідон  
Г. Деметріус Вікелас

* + - 1. **Назвіть верховну владу в олімпійському русі:**А. Міжнародна олімпійська академія

Б. Міжнародний олімпійський комітет  
В. Міжнародна асоціація спортивних федерацій  
Г. Міжнародний олімпійський конгрес

* + - 1. **Укажіть, що зображено на олімпійському прапорі:**А. Голуб миру

Б. Олімпійський факел  
В. Олімпійські кільця  
Г. Вінок з гілок оливи

* + - 1. **Укажіть, скільки кольорів на олімпійському прапорі:**

А. 5  
Б. 6  
В. 7  
Г. 8

* + - 1. **Назвіть вид спорту, в якому володарями золотого м'яча стали Ігор Біланов, Олег Блохін, Андрій Шевченко:**

А. Гандбол  
Б. Водне поло  
В. Футбол  
Г. Баскетбол

* + - 1. **Укажіть визначення поняття «гігієна»:**

А. Наука про здоров'я  
Б. Наука про чистоту  
В. Наука про загартування  
Г. Наука про раціональне харчування

* + - 1. **Дайте визначення поняття «фізичний розвиток»:**

А. Закономірний процес змін морфофункціональних властивостей організму впродовж індивідуального життя  
Б. Процес розвитку фізичних якостей людини за допомогою фізичних вправ  
В. Рівень фізичної працездатності  
Г. Рівень фізичних якостей

8. **Назвіть довжину марафонської дистанції**

А. 42 км 195 м

Б. 42 км  
В. 42 км 147 м  
Г. 42 км 100 м

9**. Зазначте фазу стрибка, у якій спортсмен набуває горизонтальної швидкості**:

А. Розбіг

Б. Відштовхування  
В. Політ  
Г. Приземлення

* 1. **Назвіть фізичну якість, яку розвиває біг на короткі дистанції:**

А. Витривалість  
Б. Швидкість  
В. Гнучкість  
Г. Сила

11. **Назвіть середню дистанцію з бігу:**  
А. 100 м

Б. 800 м  
В. 5000 м  
Г. 400 м

12. **Укажіть, який легкоатлетичний снаряд штовхають:**  
А. Ядро

Б. Диск  
В. Молот  
Г. Спис

13. **Укажіть кількість гравців, які перебувають на футбольному полі під час офіційного матчу:**

А. 22

Б. 11

В. 44

Г. 32

14. **Укажіть ширину і висоту футбольних воріт:**

А. 7,00 м х 2,50 м

Б. 7,40 м х 2,40 м

В. 7,32 м х 2,44 м

Г. 8,32 м х 3,44 м

15. **Укажіть дію, яку призначають, коли м'яч вийшов за лінію воріт від гравця команди, що захищається:**

А. Кутовий удар  
Б. Вільний удар  
В. Спірний удар  
Г. Удар від воріт

16. **Укажіть кількість гравців кожної команди, які одночасно перебувають на ігровому майданчику під час гри у гандбол:**  
А. 7 гравців

Б. 5 гравців  
В. 6 гравців  
Г. 8 гравців

17. **Поясніть, як починається гра у гандбол:**

А. Розігруванням спірного кидка із середини майданчика

Б. Початковим кидком із середини майданчика

В. Початковим кидком від воріт

Г. Початковим кидком від воротаря

18. **Укажіть, чим відрізняється м'яч для гри у волейбол для жінок і чоловіків:**

А. Масою  
Б. Нічим  
В. Кольором  
Г. Формою

19. **Укажіть, з яких частин складається гра у волейбол:**  
А. Із партій

Б. Із таймів  
В. Із періодів  
Г. Із сетів

20. **Укажіть розмір волейбольного майданчика:**  
А 9 м х 18 м

Б 12 м х 24 м

В 8 м х 16 м  
Г 10 м х 20 м

21. **Назвіть країну, яку вважають батьківщиною футболу:**  
А. Англія

Б. США  
В. Канада  
Г. Бразилія

22. **Укажіть кількість гравців з кожної команди, які одночасно перебувають на ігровому майданчику під час гри у волейбол:**

А. По 8 гравців

Б. По 5 гравців

В. По 6 гравців

Г. По 7 гравців

23. **Укажіть, на якій висоті розташоване баскетбольне кільце:**  
А. 3 м 10 см  
Б. 3 м 05 см

В. 3 м 00 см  
Г. 2 м 95 см

24. **Укажіть, з якого номера починається нумерація на майках гравців у баскетболі:**

А. 3 № 3  
Б. 3 № 4  
В. 3 № 5  
Г. 3 № 6

1. **Укажіть, які вправи належать до стройових:**

А. Перешиковування

Б. Біг

В. Загальнорозвивальні вправи  
Г. Вправи на гнучкість

26. **Укажіть, як називається відстань між учнями, які стоять у шерензі:**  
А. Інтервал  
Б. Дистанція  
В. Стрій  
Г. Колона

27**. Назвіть вправу, що належить до акробатичних:**

А. Вис на перекладині  
Б. Перекид уперед  
В. Багатоскоки  
Г. Опорний стрибок

1. **Укажіть, чого не несуть туристи у своїх рюкзаках:**

А. Частину спільного вантажу

Б. Комп'ютер  
В. Особисте спорядження  
Г. Продукти

29. **Назвіть найбільш економний і швидкісний спосіб плавання:**

А. Кроль на грудях  
Б. Кроль на спині  
В. Батерфляй  
Г. Брас

30. **Укажіть, як називають лижі, призначені для лижних перегонів:**

А. Бігові

Б. Слаломні

В. Туристичні

Г. Прогулянкові