

I. Задания в закрытой форме, т. е. с предложенными вариантами ответов.

- +1. Какой титул имел основатель современного олимпийского движения Пьер де Кубертен?
а) сэр б) лорд **в) барон** г) граф
- +2. Как называли тренеров в Древней Греции?
а) элланодики
б) олимпионики
в) гимнасты
г) наставники
- +3. Шаровидный литой металлический спортивный снаряд для развития силы мышц с ручкой диаметром 35 мм, весом 16, 24 или 32 кг.
а) гири
б) молот
в) ядро
г) гантель
- +4. Где и когда состоится XXIII зимние Олимпийские игры?
а) Северная Корея, 2024 г.
б) Китай, 2022 г.
в) Япония, 2020 г.
г) Южная Корея, 2018 г.
- +5. Представитель какой страны никогда не был Президентом Международного олимпийского комитета?
а) Франция
б) Греция
в) Россия
г) Испания
- +6. Что называют физической культурой?
а) предмет в программе общеобразовательной школы
б) часть культуры общества и человека
в) занятия избранным видом спорта
г) процесс обучения двигательным действиям
- +7. Что из перечисленного является средством физической культуры?
а) спортивный инвентарь
б) физические упражнения
в) массаж
г) физкультурно-спортивное оборудование
- +8. Физические упражнения – это ...
а) наиболее рациональный способ выполнения двигательного действия
б) совокупность движений, преследующих решение конкретных задач
в) двигательные действия, специально организованные для решения задач физического воспитания в соответствии с его закономерностями
г) любые двигательные действия, используемые человеком в жизни.
- +9. Упражнения с какими предметами способствуют развитию гибкости?
а) гимнастическая палка
б) малый (теннисный) мяч
в) гимнастическая скамейка
г) гантели
- +10. Что из перечисленного относится к физическим качествам?
а) работоспособность
б) воля, мотивация
в) память, техника
г) гибкость, сила
- +11. Каким образом можно способствовать увеличению нагрузки на уроке физической культуры?
а) уменьшение темпа выполнения упражнения
б) увеличение паузы отдыха между упражнениями
в) увеличение количества упражнений на гибкость

8807

- ☒ Г увеличение общего количества упражнений
- +12. Какие физические упражнения требуют преимущественного проявления силы?
- а) бег на короткие дистанции
 - б) наклон вперёд ноги врозь
 - ☒ в) подтягивание в висе
 - г) стойка на одной ноге с закрытыми глазами
- +13. На какое физическое качество производится воздействие при выполнении упражнения челночный бег (3 по 10 метров)?
- ☒ а) ловкость
 - б) сила
 - в) быстрота
 - г) выносливость
- +14. В каком виде спорта (спортивной дисциплине) стартуют и финишируют только по своей дорожке?
- ☒ а) плавание
 - б) лыжные гонки
 - ☒ в) гребля на байдарках
 - г) марафонский бег

Отметьте все позиции.

- +15. Какие команды подаются в лёгкой атлетике во время старта на длинные дистанции?
- а) по дорожкам
 - ☒ б) на старт
 - в) внимание
 - ☒ г) марш

Отметьте все позиции.

- +16. Как называется преждевременное начало выполнения упражнения на соревнованиях по плаванию?
- а) стартовая ошибка
 - б) ошибка реакции
 - в) дисквалификация
 - ☒ г) фальстарт
- +17. Какое количество штрафных бросков может назначить судья за нарушение правил в баскетболе?
- а) одно очко
 - б) два очка
 - в) три очка
 - ☒ г) всё вышеперечисленное
- +18. Как называются запрещённые фармакологические препараты и процедуры, используемые с целью стимуляции физической и психической работоспособности и достижения благодаря этому высокого спортивного результата?
- а) биологически активные вещества
 - б) витамины
 - ☒ в) допинг
 - г) гормоны
- +19. Как называется сустав, в котором происходит круговые движения рук вперёд и назад?
- а) лучезапястный
 - б) локтевой
 - ☒ в) плечевой
 - г) грудино-ключичный
- +20. Привычное положение тела непринуждённо стоящего человека, которое он принимает без излишнего напряжения, обозначается как
- а) техника физического упражнения
 - б) исходное положение
 - ☒ в) осанка
 - г) основная стойка

II. Задания в открытой форме, т. е. без предложенных вариантов ответов.

- +21. Вид спорта, включённый в программу Игр I Олимпиады в честь подвига афинского воина Филиппида.
Марафонский бег
- +22. Перечислите основные средства закаливания.
солнце, воздух, вода
- +23. Как обозначают расчерченный квадрат, состоящий из 64 попеременно расположенных светлых и тёмных клеток квадратной формы?
доска для шахмат и шашек

III. Задания на соответствие.

- +24. Установите соответствие между спортсменами и видами спорта

Спортсмены	Виды спорта
1) Сергей Карякин	А) хоккей
2) Даниил Квят	Б) шахматы
3) Александр Овечкин	В) плавание
4) Юлия Ефимова	Г) автоспорт

1-Б, 2-Г, 3-А, 4-В

