

## Олимпиада по Физической культуре I тура

### Задания в закрытой форме

1. Победителем первых Олимпийских игр в 776 году до н.э. стал...

- а. Корибос Элидский
- б. Леонидас Родосский
- в. Милон Кротонский
- г. Пифагор Самоский

2. Тренеров в Древней Греции называли:

- а. гимнастами
- б. олимпиониками
- в. мастерами
- г. палестриками

3. По преданию Геракл начертил место для начала бега, затем отмерил 600 ступней. В последствие эта дистанция составила 192,27м и стала называться....

- а. лье
- б. миля
- в. стадия
- г. фут

4. На каком континенте никогда не проводились Олимпийские игры...

- а. Австралия
- б. Африка
- в. Северная Америка
- г. Южная Америка

5. Физкультурные минутки и физкультурные паузы применяются с целью:

- а. активного отдыха
- б. пассивного отдыха
- в. соблюдения режима дня
- г. развития физических качеств

6. Воздействие физических упражнений на организм спортсмена, вызывающее активную реакцию его функциональных систем, называется...

- а. физическим совершенством
- б. спортивной тренировкой
- в. физической подготовкой
- г. нагрузкой

7. Уровень развития физических способностей определяется:

- а. разрядными нормативами;
- б. индивидуальным спортивным результатом;
- в. частотой сердечных сокращений;
- г. контрольными испытаниями (тестами)

8. Отличительной особенностью спорта по отношению к другим формам физической культуры является

- а. развитие интеллекта;
- б. соревновательная деятельность;
- в. развитие морфологических характеристик;
- г. функциональные нагрузки

9. Укажите номера позиций игроков передней линии в волейболе...

- а. 1,2,3
- б. 1,5,6
- в. 2,3,4
- г. 4,5,6

10. Что происходит с пешкой во время игры в шахматы, если она достигнет самую дальнюю от исходного положения горизонталь (для белых-восьмая, для черных-первая)?

- а. блокировка
- б. замена на нового ферзя, ладью, слона или коня того же цвета
- в. пат
- г. рокировка

### **Задания с несколькими вариантами ответов**

11. Выберите из предлагаемого списка ответы, которые характеризуют направление процесса физического воспитания:

Отметьте все позиции

- 1. укрепление здоровья;
- 2. формирование социально активного человека;
- 3. дезадаптацию организма;
- 4. повышение работоспособности.

12. Выберите из предлагаемого списка соревновательных упражнений, в которых обувь не является обязательной частью экипировки.

Отметьте все позиции

- 1. гольф
- 2. легкоатлетический бег
- 3. плавание
- 4. пляжный волейбол
- 5. футбол
- 6. хоккей с шайбой

13. Какие из перечисленных видов гимнастики не являются олимпийскими?

Отметьте все позиции

- 1. основная гимнастика
- 2. прыжки на батуте
- 3. эстетическая гимнастика
- 4. спортивная гимнастика

**Задание на соответствие**

14	<b>Установите соответствие между физическими качествами человека и контрольными упражнениями для определения уровня их развития</b>		
	качества		упражнения
А)	Быстрота	1)	Подтягивание
Б)	Гибкость	2)	Бег на 30 метров
В)	Сила	3)	Бег на 1000 метров
Г)	Выносливость	4)	Наклон вперед
		5)	Прыжок в длину

Ответ:

А	Б	В	Г

15	<b>Установите соответствие между физическими способностями и упражнениями их развивающие :</b>		
	способности		упражнения
А)	Скоростно-силовые	1)	Кувьрки, ходьба по бревну
Б)	Координационные	2)	Прыжки, метания
В)	Силовые	3)	Ускорения 30 метров
Г)	Общая выносливость	4)	Подтягивание, приседания
		5)	Кросс

Ответ:

А	Б	В	Г

16	<b>Установите соответствие между максимальным количеством игроков в каждой команде (на игровом поле или площадке) во время игры и видом спорта:</b>		
	Вид спорта		Количество игроков
А)	Баскетбол	1)	4
Б)	Стритбол	2)	5
В)	Гандбол	3)	3
Г)	Волейбол	4)	7
		5)	6

Ответ:

А	Б	В	Г

17	<b>Установите соответствие между названием двигательного действия и видом спорта, в котором они используются:</b>		
	Двигательные действия		
А)	Блокшот, слэм-данк; заслон	1)	Теннис
Б)	Кроль, брасс, баттерфляй	2)	Баскетбол
В)	Фляк, рондат, соскок	3)	Плавание

Г)	Твизл, аксель, лутц, тулуп	4)	Спортивная гимнастика
		5)	Фигурное катание

Ответ:

А	Б	В	Г

**Задания в открытой форме:**

*18. Установленное размещение занимающихся для совместных действий называется....*

*19. Физическое качество, характеризующее способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противостоять ему за счет мышечных усилий ...*

*20. Физическое качество, характеризующее способность человека выполнять движения с большой амплитудой...*