

Задания для олимпиады по физической культуре (1 тур) 10-11кл.

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. Впоследствии 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	Установите соответствие между физическими качествами человека и контрольными упражнениями для определения уровня их развития		
	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
2	4	1	3

15	Установите соответствие между физическими способностями и упражнениями их развивающие :		
	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
2	1	4	5

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

А	Б	В	Г
2	3	4	5

17	Установите соответствие между названием двигательного действия и видом спорта, в котором они используются:		
	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
2	3	4	5

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 ...

Ответ: сила

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