

Количество баллов 25 / Максимум 100

Задания, ответы и критерии оценивания

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) гиря
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

78-77

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, мышление
в) память, техника
+ г) гибкость, сила

11. Какие приёмы используются для увеличения нагрузки на уроке физической культуры?

- а) уменьшение темпа выполнения упражнения
б) увеличение паузы отдыха между упражнениями
в) увеличение доли упражнений на гибкость
+ 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 закалывания. солнце, воздух
вода

+ 23. Как обозначают расчерченный квадрат, состоящий из 64 попеременно расположенных светлых и тёмных клеток квадратной формы?

доска для шахмат или шашек

III. Задания на соответствие.

24. Установите соответствие между спортсменами и видами спорта

Спортсмены	Виды спорта
1) Сергей Карякин <u>б</u>	А) хоккей
2) Даниил Квят <u>з</u>	Б) шахматы
3) Александр Овечкин <u>а</u>	В) плавание
4) Юлия Ефимова <u>в</u>	Г) автоспорт