

Количество баллов 28,5 *Искать с помощью "М"*

### 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) 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?

0,5 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. Воздух, вода, солнце

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 3
+ 2) Даниил Квят	Б) шахматы 1
+ 3) Александр Овечкин	В) плавание 4
+ 4) Юлия Ефимова	Г) автоспорт 2

