

1 тур 30 + 2 тур 55 = 858

Физическая культура

Вопросы по теоретическому разделу

7-8 классы

08.08  
30

Время выполнения теоретического задания – 45 минут.

Задания в закрытой форме:

Выберите правильный ответ:

1. Древнегреческие Олимпийские игры проводились:  
а – у подножия горы Олимп; б – у подножия горы Кронос;  
в – у подножия горы Эльбрус; г – у подножия горы Эверест.
2. Понятие, отражающее прикладную направленность физического воспитания:  
а – физическая нагрузка; б – физической развитие;  
в – физическая культура; г – физическая подготовка.
3. Зимние Олимпийские игры 2014 года проводились:  
а – Нагано; б – Ванкувере; в – Сеуле; г – Сочи.
4. К физическим качествам человека относятся:  
а – гибкость; б – скорость; в – быстрота; г – поворотливость.
5. К приборам, с помощью которых определяют уровень физического развития организма, относятся:  
а – термометр; б – амперметр; в – динамометр; г – спирометр.
6. Какой Талисман был на Паралимпийских зимних играх в Корее в 2018 году?  
а – белая обезьяна; б – белый медведь; в – белый тигр; г – черный медведь.
7. Укажите норму частоты сердечных сокращений (ЧСС) в покое у здорового, нетренированного человека:  
а – 40-50 уд./мин.; б – 60-80 уд./мин.; в – 90-110 уд./мин.; г – 120-130 уд./мин.
8. Костная система человека состоит из... :  
а – 300 костей; б – 200 костей; в – 400 костей; г – 500 костей.
9. Артериальное давление измеряется в ... ?  
а – сантиметрах; б – кубических миллиметрах;  
в – частоте сокращений; г – миллиметрах ртутного столба.
10. Первая Всероссийская Олимпиада по ФК состоялась в Киеве в .... ?  
а – 1913 году; б – 1945 году; в – 1918 году; г – 1975 году.
11. В каком виде спорта мяч весит 260-280 грамм:  
а – баскетбол; б – футбол; в – гандбол; г – волейбол.
12. К средствам восстановления после физических нагрузок относят:  
а – бег и ходьба; б – танцы; в – витамины; г – паровые бани.
13. Аббревиатура ГТО расшифровывается как ... ?  
а – государственное трудовое образование; б – готов к труду и обороне;  
в – готов трудиться обязательно; г – готов трудиться и обучаться.
14. Баскетбольное кольцо находится на расстоянии ..... см от площадки?  
а – 224 см; б – 243 см; в – 295 см; г – 305 см.
15. К циклическим видам физических упражнений относится.....:  
а – метание; б – прыжок; в – бег; г – кувырок.
16. Гигиеническая гимнастика должна включаться в распорядок дня:  
а – в конце рабочего дня; б – в свободное время;  
в – в вечернее время; г – в утренние часы.
17. Как называется организация, контролирующая прием допинга спортсменами?  
а – ФИФА; б – ВАДА; в – ГТО; г – НЦФЛ.

18. Свод основных законов, по которым живет мир современного олимпийского спорта, называется:

а – Хартия; б – Красная книга; в – Положение; **г** – Устав.

19. Сколько (партий, сетов, четвертей) играется в баскетболе?

а -2; б -3; **в** -4; г -5.

**Задания в открытой форме:**

Запишите определение, вписав слово в бланк ответов:

20. Разновидность баскетбола называется – .....

21. Строй, в котором занимающиеся расположены рядом плечом к плечу называется – *Широк*

22. В результате выполнения бега на время с изменением направления, поворотами, развивается (физическое качество) – *выносливость*.

23. Прибор для измерения артериального давления называется – *сфигмоманометр*

24. Протяженность марафонской дистанции на Олимпийских играх составляет – *42 км 190 м*.

25. Сопоставьте имена известных спортсменов, с видами спорта, в которых они достигли успехов, вписав цифры в соответствующие поля бланка ответов:

ФИО Олимпийских Чемпионов		Виды спорта	
А	Арвидас Сабонис	1	Хоккей
Б	Владислав Третьяк	2	Волейбол
В	Дмитрий Мусерский	3	Плавание
Г	Алексей Ягудин	4	Фигурное катание
Д	Юлия Ефимова	5	Баскетбол

А	Б	В	Г	Д
<i>5</i>	<i>1</i>	<i>2</i>	<i>4</i>	<i>3</i>
<i>1</i>	<i>1</i>	<i>1</i>	<i>1</i>	<i>1</i>

26. Установите последовательность использования упражнений в подготовительной части урока ФК (выберете правильный ответ)

а – ОРУ; б – бег; в – СПУ; г – эстафеты.

1	а,б,в,г	3	б,г,в,а
2	б,а,в,г	4	г,в,б,а

Правильный ответ, номер: \_\_\_\_\_

27. Перечислите виды спорта, двигательная активность в которых жестоко лимитирована условиями поражения цели из специального оружия?

*Биатлон*

28. Запишите графически (в виде пиктограмм):

	Описание	Изображение
--	----------	-------------

6  
6  
6  
7  
0

1	Основная стойка	
2	Сед углом	
3	Стойка – ноги врозь, руки вверх	
4	Выпад на правой, руки на пояс	
5	Широкая стойка, ноги врозь, руки на пояс	
6	Стойка на голове	

29. Решите кроссворд:

10

		1	2	и	б	к	о	с	т	в					
2	в	ы	к	о	с	л	и	в	о	с	т	в			
3	с	к	о	р	д	с	т	в							
			4	б	а	х									

По горизонтали: 1. Способность человека выполнять упражнения с большой амплитудой за счет подвижности в суставах и позвоночнике. 2.Способность человека к продолжительной и эффективной работе умеренной интенсивности. 3. Способность человека осваивать и выполнять сложные двигательные действия, быстро их перестраивать в соответствии с изменяющимися условиями. 4. Президент Международного Олимпийского комитета (фамилия).

По вертикали: 1. Способность человека совершать двигательные действия в минимальный отрезок времени. 2. Способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противостоять ему за счет мышечных усилий (напряжений).

300