

1 тур 40 + 2 тур 57 = 978

0407 408

Физическая культура

Вопросы по теоретическому разделу  
7-8 классы

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 - *Стриптол*
21. Строй, в котором занимающиеся расположены рядом плечом к плечу называется - *линия*
22. В результате выполнения бега на время с изменением направления, поворотами, развивается (физическое качество) - *гибкость*
23. Прибор для измерения артериального давления называется - *тонометр*
24. Протяженность марафонской дистанции на Олимпийских играх составляет - *42 км 195 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>	<del><i>4</i></del>	<i>3</i>

26. Установите последовательность использования упражнений в подготовительной части урока ФК (выберите правильный ответ)  
 а - ОРУ; б - бег; в - СПУ; г - эстафеты.

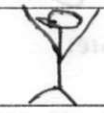

1	а,б,в,г	<del>3</del>	б,г,в,а
2	б,а,в,г	4	г,в,б,а

Правильный ответ, номер: \_\_\_\_\_

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

28. Запишите графически (в виде пиктограмм):

	Описание	Изображение

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 поясе	
6	Стойка на голове	

8529.

Решите кроссворд:

							1						
			1				в						
							ы					2	
		2					е					е	
							т					и	
							р					и	
	3	л	о	в	р	о	с	т	ь			а	
							т						
				4	в	а	е						

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).