

Олимпиада школьников по предмету «Физическая культура»

Теоретико – методическое задание (5 – 6 классы)

1. Когда и где проводились Олимпийские игры Древней Греции?

А) Москва 1980г, Б) Мехико 1976г, В) Афины 796г. до н. э., Г) Атланта 1993г.

2. Какие гимнастические снаряды вы знаете?

А) бадминтон, Б) футбольный мяч, В) перекладина, Г) теннисная ракетка.

3. Какие спортивные игры вы знаете?

А) гимнастика, Б) футбол, В) легкая атлетика, Г) теннисная ракетка.

4. Когда проводится гигиеническая гимнастика?

А) днем, Б) ночью, В) утром, Г) вечером.

5. Что такое здоровый образ жизни?

А) курение, Б) алкоголь, В) наркотики, Г) физкультура и спорт.

6. Состав футбольной команды (количество игроков):

А) 5, Б) 7, В) 9, Г) 11.

7. Сколько времени требуется для выполнения физкультминутки?

А) 1мин., Б) 3 мин, В) 7мин, Г) 19 мин.

8. музыкальное произведение, исполняемое в честь спортсменов – призеров называется:

А) ноктюрн, Б) баллада, В) гимн, Г) ода.

9. В каких состязаниях принимали участие атлеты Древней Греции?

А) футбол, Б) пятиборье, В) борьба, Г) стрельба.

10. Девиз Олимпийских игр:

А) влево, выше, сильнее, Б) сильнее, вперед, выше, В) быстрее, выше, сильнее,
Г) вперед, быстрее, ловчее.

11. Место, где проводятся соревнования по бегу, называется:

А) стадион, Б) клуб, В) автодром, Г) арена.

12. Название игры, где метают дротики:

А) хоккей, Б) баскетдрот, В) дартс, Г) терлинг.

13. Спортивный микроавтомобиль:

А) Пежо, Б) Карт, В) Лада, Г) БМВ.

14. Защитное приспособление на ноги в спортивных играх:

А) шлем, Б) щитки, В) наколенники, Г) бандаж.

15. Арена для соревнований в борьбе называется:

А) ринг, Б) подиум, В) татами, Г) ковер.

16. Александр Попов – чемпион Олимпийских игр в:

А) плавании, Б) легкой атлетике, В) велоспорте, Г) фигурном катании.

17. Летние Олимпийские виды спорта:

А) купание, Б) хоккей, В) сноуборт, Г) хоккей на траве.

18. Призеров в Древней Греции называли:

А) олимпиониками, Б) гимнастами, В) мастерами, Г) алландики.

19. Факел Олимпийского огня современных Игр зажигается:

А) у горы Олимп, Б) в Олимпии, В) в Спарте, Г) в Афинах

20. Древнегреческие игры Олимпиады проводились:

А) у горы Олимп, Б) в Афинах, В) в Спарте, Г) в Олимпии.

Максимальное (возможное) количество баллов - 20

Количество правильных ответов

Подписи арбитров, проверивших бланк

Олимпиада школьников по предмету «Физическая культура»

Теоретико – методическое задание (7 – 8 классы)

1. Когда впервые выступили спортсмены Российской Федерации под российским флагом?

А) 1992 г. Барселона, Б) 1980г. Москва, В) 1994г. Лиллехаммер, Г) 1996г Атланта.

2. Лучшие условия создаются для развития быстроты реакции во время:

А) подвижных и спортивных игр, Б) выпрыгивания вверх с места, В) скоростно - силовых упражнений, Г) прыжков в глубину.

3. Упражнения на гибкость выполняются:

А) до пототделения, Б) по 8 – 16 циклов движений (серий), В) пока не начнет увеличиваться амплитуда движений, Г) до появления болевых ощущений.

4. Заключительный этап подготовки атлетов в Древней Греции проводился в специальном помещении, называемом:

А) гимнасий, Б) амфитеатр, В) стадион, Г) гиподром.

5. Александр Карелин – чемпион Олимпийских игр по:

А) плаванию, Б) боксу, В) гимнастике, Г) борьбе.

6. Для развития силы используются:

А) подтягивание, Б) отжимание, В) прыжки, Г) упражнения с отягощениями.

7. Наиболее важным слагаемым здорового образа жизни является:

А) двигательный режим, Б) рациональное питание, В) личная и общественная гигиена, Г) закаливание организма.

8. Игры, проведенные в Москве , были посвящены какой Олимпиаде?

А) 22 – ой, Б) 21 – ой, В) 20 – ой, Г) 1 – ой.

9. Атлетов, нанесших смертельные раны сопернику во время Игр олимпиады , судьи Древней Эллады:

А) признавали победителями, Б) секли лавровым венком, В) объявляли героями, Г) изгоняли со стадиона.

10. Сочинский спортсмен – Алексей Воевода на 20 Олимпийских Играх в составе четверки бобслеистов России завоевал:

А) Бронзовую медаль, Б) серебряную, В) золотую, Г) остался без медали.

11. Один из способов прыжка в легкой атлетике обозначает как прыжок:

А) с разбега, Б) перешагивание, В) перекат, Г) ножницы.

12. Оздоровительное значение физических упражнений обуславливает их:

А) форма, Б) содержание, В) техника, Г) гигиена.

13. Процесс, направленный на совершенствование двигательных способностей, необходимых в жизни обозначается как:

А) физическая подготовка, Б) физкультурное образование, В) физическое совершенствование, Г) физическая нагрузка.

14. Развитию вестибулярной устойчивости способствуют;

А) упражнения на равновесие, Б) прыжки через скакалку, В) подвижные игры, Г) челночный бег.

15. Силовые упражнения рекомендуется сочетать с упражнениями:

А) на гибкость, Б) на быстроту, В) на выносливость, Г) на координацию.

16. Первой ступенькой закаливания организма является закаливание:

А) водой, Б) воздухом, В) солнцем, Г) холодом.

17. Факел Олимпийского огня современных Игр зажигается:

А) в Спарте, Б) у гор Олимп, В) в Олимпии, Г) в Афинах.

18. Воздействием на организм человека внешнего фактора, нарушающего строение и целостность тканей и нормальное течение физиологических процессов, называется:

А) болезнью, Б) травмой, В) плохим самочувствием, Г) ленью.

19. Недостаток какого витамина снижает зрение и может вызвать «куринную слепоту»?

А) С, Б) Е, В) А, Г) Д.

20. Правильной осанкой можно считать, если вы, стоя у стены, касаетесь ее:

А) затылком, ягодицами, пятками, Б) лопатками, ягодицами, пятками.

В) затылком, спиной, пятками, Г) затылком, лопатками, пятками.

Количество правильных ответов

Подписи арбитров, проверивших бланк

Олимпиада школьников по предмету «Физическая культура»

Теоретико – методическое задание (9 - 11 класс)

1. Кто является основателем современных Олимпийских Игр?

А) Григорий Рибольер, Б) Джон Вайсмер, В) Марк Спитц, Г) Пьер де Кубертен.

2. В соответствии с Олимпийской хартией на Олимпийских Играх страну представляет:

А) правительство страны, Б) министерство спорта, В) национальный Олимпийский комитет, Г) национальные спортивные федерации.

3. Документом, представляющим все аспекты организации соревнования, является:

А) программа соревнований, Б) правила соревнований, В) положение соревнований, Г) календарь соревнований.

4. Игры олимпиады проводятся:

А) в зависимости от решения МОК, Б) в течение первого года празднуемой олимпиады, В) в течение последнего года празднуемой олимпиады, Г) в течение второго календарного года, следующего после года начала олимпиады.

5. К функциональным пробам относятся:

А) тест Купера, Б) ортостатическая проба, В) тест Руфье, Г) степ – тест.

6. Диапазон предельно допустимой ЧСС во время физической нагрузки у нетренированного человека:

А) 180 – 220 уд/мин., Б) 170 -180 уд/мин., В) 140 – 160 уд/мин, Г) 120 – 140 уд/мин.

7. В каком году Кубанские спортсмены впервые приняли участие в летних Олимпийских Играх:

А) 1952 год, Б) 1956 год, В) 1960 год, Г) 1964 год.

8. Кубанский спортсмен – Олимпийский чемпион 2000г по греко-римской борьбе:

А) Мурат Карданов, Б) Измаил Екутич, В) Владимир Косухин, Г) Артем Лавров.

9. Всемирно известный русский борец Иван Поддубный (заслуженный мастер спорта СССР) с 1927 года проживал в :

А) Краснодаре, Б) Сочи, В) Ейске, Г) Армавире.

10. На Играх 16 Олимпиады в г. Мельбурне кубанские спортсмены завоевали:

А) 2 серебряные медали, Б) 2 бронзовые медали, В) 2 золотые медали, Г) 1 серебряную и 1 бронзовую медали.

11. Впервые олимпийская клятва спортсменов честно бороться прозвучала в...году

А) 1912, Б) 1920, В) 1952, Г) 1960.

12. Состояние здоровья обусловлено:

А) образом жизни, Б) отсутствием болезни, В) уровнем здравоохранения,
Г) резервными возможностями организма.

13. основу двигательных способностей составляет

А) двигательные автоматизмы, Б) сила, быстрота, В) физические качества,
Г) физические качества и двигательные умения.

14. Олимпийским талисманом в Атланте стал:

А) бобер, Б) существо «Иззи», В) тигренок Ходори, Г) ягуар.

15. Упражнение, содействующее развитию выносливости, целесообразно выполнять в

А) в конце подготовительной части занятия, Б) в начале основной части занятия,
В) в середине основной части занятия, Г) в конце основной части занятия.

16. Абу Али ибн Сина указал, что главным для сохранения здоровья, является:

А) режим сна, Б) режим питания, В) спортивный режим, Г) двигательный режим.

17. Правильное дыхание характеризуется:

А) более продолжительным выдохом, Б) более продолжительным вдохом, В) вдохом через рот, выдохом через нос, Г) ровной продолжительностью вдоха и выдоха.

18. Укажите последовательность решения задач в процессе обучения двигательным действиям: 1) закрепление, 2) ознакомление, 3) разучивание, 4) совершенствование.

А) 1, 2, 3, 4. Б) 2,3,1,4. В) 3,2,4,1. Г) 4,3,2,1.

19. Метод равномерного непрерывного упражнения является наиболее распространенным при воспитании:

А) специальной выносливости, Б) скоростной выносливости, В) общей выносливости,
Г) элементарных форм проявления выносливости.

20. Состояние организма, характеризующееся совершенной саморегуляцией органов и систем, гармоничным сочетанием физического, морального и социального благополучия, называется.....

Количество правильных ответов

Подписи арбитров, проверивших бланк _____