Управление образования Администрации ЗАТО Северск Томской области
Ресурсный центр образования ЗАТО Северск Томской области

МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ОТКРЫТЫЙ ИНТЕЛЛЕКТУАЛНО-ЛИЧНОСТНЫЙ МАРАФОН МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ
«Первый шаг…»

Задания индивидуального тура по физической культуре

Дорогой олимпиец!
Мы предлагаем тебе задания теоретической части.
Постарайся выполнить все задания.
Желаем успеха!

ВЫБЕРИ И ПОДЧЕРКНИ ПРАВИЛЬНЫЙ ОТВЕТ.

1. Какая страна считается родиной Олимпийских игр?

а) Греция б) Египет; в) Рим; г) Китай.

2. Когда зародились Олимпийские игры?

а) 673г. до н.э. б) 776г до н.э.
в) 367г до н.э. г) 700г. до н.э.

3. Первые Олимпийские игры современности были проведены в …

а) 1894 г. б) 1896 г. в) 1900 г. г) 1904 г.

4. Основателем современного олимпийского движения является …

а) Бернар де Монфокон; б) Деметриус Викелас;
в) Пьер де Кубертен; г) Ричард Чандлер.

5.Какую награду получал победитель олимпийских соревнований в Древней Греции?

а). денежное вознаграждение; б) медаль и кубок
в) лавровый венок; г) звание почетного гражданина.

6.Как часто проходят Олимпийские игры?

а) каждый год; б) один раз в два года;
в) один раз в три года; г) один раз в четыре года.

7.Почему античные Олимпийские игры называли праздниками мира?

а) Олимпийские игры имели мировую известность;
б) в Олимпийских играх принимали участие атлеты со всего мира;
в) в период проведения игр прекращались войны;
г) игры отличались миролюбивым характером соревнований.

8. Кто имел право принимать участие в Древнегреческих олимпийских играх?

а) только свободные греки мужчины; б) греки мужчины и женщины;

в) только греки мужчины; г) все желающие.

9. Какого цвета полотнище Олимпийского флага?

а) красного; б) зеленого; в) белого; г) синего.

10. ОФП - расшифровка.

а) организация физической подготовки; б) общая физическая подготовка;

в) общественная форма правил; г) основные физические принцип.

11. ОРУ – расшифровка.

а) организация упражнений; б) общественное развитие учащихся;

в) общеразвивающие упражнения; г) основное развитие учеников.

12. Гиподинамия - это:

а) понижение двигательной активности; б) повышение двигательной активности

в) нехватка витаминов в организме; г) чрезмерное питание.

13. Первая помощь пострадавшему от ушиба какой-либо части тела о твердую поверхность?

а) охладить ушибленное место;
б) приложить тепло на ушибленное место;
в) наложить шину;
г) обработать ушибленное место йодом.

14. Во время этой игры на площадке находятся две команды по 6 человек:

а) футбол; б) баскетбол;
в) гандбол; г) волейбол.

15. Осанкой называется:

а) силуэт человека;
б) привычная поза человека в вертикальном положении;
в) качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие;
г) пружинные характеристики позвоночника и сто.

16. Как измеряется результат в прыжках в длину?

а) по касанию ногами точки опоры;
б) по касанию ногами и руками точки опоры;
в) по последней точке касания телом опоры;
г) по касанию любой частью тела точки опоры.

17. Бег на короткие дистанции – это:

а) 500 метров; б) 60 и 100 метров;
в) 800 и 1000 метров; г) 1500 и 2000 метров.

18. Строевые упражнения – это:

а) попеременно двушажный ход; б) низкий старт;
в) повороты на месте, перестроение; г) верхняя подача.

19. Акробатика – это:

а) прыжок через козла; б) повороты, перестроение;
в) кувырки, шпагат, равновесие; г) упражнения с гантелями.

20. Женский олимпийский вид спорта, включающий в себя упражнения танцевального характера с предметами.

а) аэробика; б) акробатика;
в) спортивные танцы; г) художественная гимнастика.

21. Какое физическое качество преимущественно развивается средствами лыжной подготовки?

а) гибкость; б) выносливость;
в) сила; г) координация.

22. В древности лыжи обтягивались шкурами животных. Для чего это делалось?

а) для лучшего скольжения; б) чтобы лыжи не проваливались в снег;
в) для прочности, чтобы не ломались; г) чтобы не проскальзывали.

23. В какой стране зародилась спортивная игра волейбол:

а) В Великобритании; б) в США;
в) в Италии; г) во Франции.

24. Фол — это…

а) несоблюдение правил, вызванное персональным контактом или неспортивным поведением;
б) не засчитанное попадание в корзину;
в) технически неотложный перерыв во время игры;
г) процесс смены игроков на площадке.

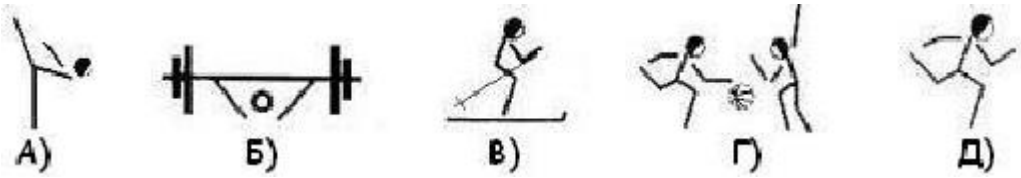
25. Основными источниками энергии для организма являются:

а) белки; б) углеводы;
в) минеральные вещества; г) жиры.

26. Соедини стрелкой имя Олимпийского чемпиона и вид спорта, в котором он получил это звание.

1. Евгения Канаева а) спортивная гимнастика
2. Елена Исинбаева б) фигурное катание
3. Светлана Хоркина в) художественная гимнастика
4. Татьяна Навка г) легкая атлетика

27. Напиши, какие виды спорта изображены:



_____
_____
_____
_____
_____

28. С каких частей тела надо начинать разминку?

а) с мышц ног; б) с мышц брюшного пресса;
в) с мышц плечевого пояса; г) не имеет значения.

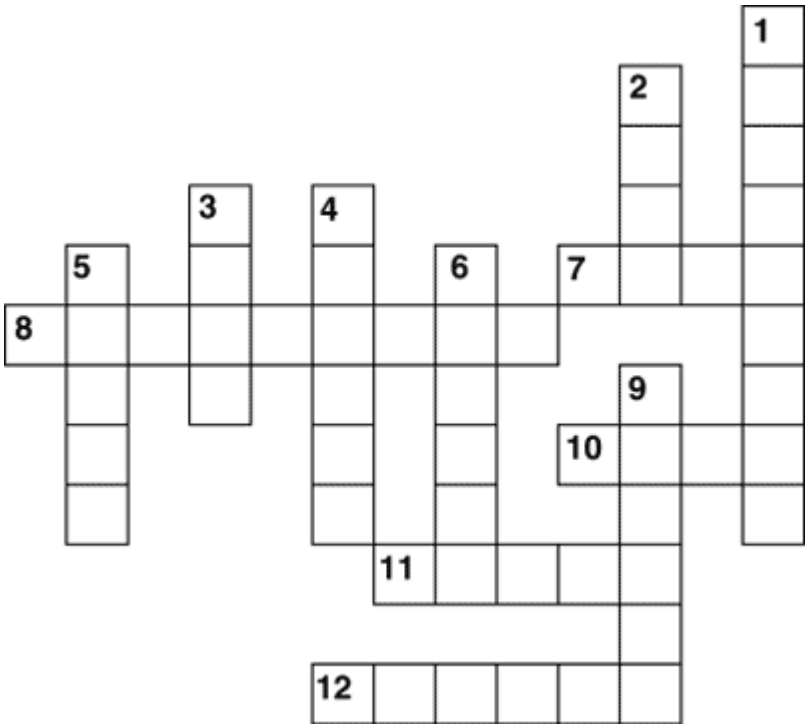
29. Какой частью тела футболист не может останавливать мяч во время игры?

а) головой; б) ногой; в) рукой; г) туловищем.

30. Задания в открытой форме, в которых правильный ответ надо вписать.

Бег на самую длинную дистанцию называется _____

31.Отгадай кроссворд.



По горизонтали:
7. Зимний вид спорта.
8. Спортивная игра с мячом.
10. Спортивная игра с мячом на воде.
11. На них съезжают с гор зимой.
12. Обувь фигуриста.

По вертикали:
1. Вид спорта, в котором используют ракетку и волан.
2. Спортивная обувь.
3. Сражение на ринге.
4. Спортивная игра с мячом на поле.
5. Спортивный инвентарь необходимый для игры в хоккей.
6. Вид спорта: греко – римская …...
9. Коньков для езды по асфальту.

32. Что объединяет этих спортсменов?

Антон Голоцуцков, Маргарита Алийчук, Любовь Егорова.

_____