

Теоретическая часть

9-11 классы

1. Какому бегу посвящались Олимпийские игры в древности?

- а). Посейдону;  
1 б). Зевсу;  
в). Аиду.

2. Кто из известных античных ученых побеждал на олимпиаде в соревнованиях по кулачному бою?

- а). Сократ;  
0 б). Соломон;  
в). Пифагор.

3. Право проведения Игр предоставляется...

- 1 а). городу;  
б). региону;  
в). стране.

4. Под здоровьем понимается:

- 1 а). состояние физического, психического и социального благополучия;  
б). отсутствие у человека болезней;  
в). отсутствие вредных привычек.

5. С помощью какого теста лучше всего определить уровень развития скоростных способностей?

- 0 а). челночный бег 3x10м;  
б). кросс 3 км;  
в). прыжки в длину с разбега.

6. Тайм — аут это:

- 0 а). остановка игры по просьбе тренера;  
б). отмена игры;  
в). замена игрока.

7. В первые правила по баскетболу были созданы :

- 0 а). Джеймсом Нейсмитом;  
б). Марком Поло;  
в). Джейком Нейсмитом.

8. Назовите имя представителя России-первого Олимпийского чемпиона игр современности...

- а). В.Иванов;

- 1 б). Н.Панин- Коломенкин;  
в). В.Алексеев.

9. Назовите размеры баскетбольной площадки.

- а). 15м X 28м;  
0 б). 14м X 26м;  
в). 18м X 26м.

10. Основные физические качества человека.

- а). быстрота, сила, смелость, гибкость.  
1 б). быстрота, сила, ловкость, гибкость, выносливость.  
в). быстрота, смелость, внимательность, прыгучесть.

11. Структура урока физической культуры состоит...

- а). вводящей, разминочной, восстановительной частями;  
1 б). подготовительной, основной, заключительной частями;  
в). организационной, самостоятельной, низкоинтенсивной частями.

12. Установите соответствие между видом спорта и названием, где проходят соревнования.

1. стрельба	А стадион
2. тяжелая атлетика	Б ковер
3. футбол	В помост
4. теннис	Г трек
5. легкая атлетика	Д ринг
6. вольная борьба	Е трасса
7. баскетбол	Ж корт
8. лыжные гонки	З поле
9. велоспорт	И тир
10. бокс	К площадка

- 1-И ~~А~~ 2-~~В~~ 3-~~З~~ 4-Г 5-~~Д~~ 6-Е 7-К 8-Е 9-Г 10-Ж
- 1 13. В баскетболе прием помощи партнеру для освобождения от опеки называется Заслон
- 0 14. Несколько физических упражнений, которые выполняют в определенном порядке последовательно один за другим называют Блок
- 1 15. В подростковый период силовые упражнения могут служить препятствием к увеличению росту