

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;
- б). Соломон;
- 1 в) Пифагор.

3. Право проведения Игр предоставляется...

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

4. Под здоровьем понимается:

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

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

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

6. Тайм — аут это:

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

7. В первые правила по баскетболу были созданы :

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

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

- а). В.Иванов;

б). Н.Панин- Коломенкин;

0 в) В.Алексеев.

9. Назовите размеры баскетбольной площадки.

а). 15м X 28м;

0 в) 14м X 26м;

в). 18м X 26м.

10. Основные физические качества человека.

а). быстрота, сила, смелость, гибкость.

б). быстрота, сила, ловкость, гибкость, выносливость.

0 в) быстрота, смелость, внимательность, прыгучесть.

11. Структура урока физической культуры состоит...

а). вводной, разминочной, восстановительной частями;

1 в) подготовительной, основной, заключительной частями;

в). организационной, самостоятельной, низкоинтенсивной частями.

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

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

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 праграммы.

1 15. В подростковый период силовые упражнения могут служить препятствием к увеличению роста.