

7-8 классы

Выберите правильный ответ:

- в — белый тигр;
г — черный медведь.

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
☒ а) 1913 году;
☐ б – 1945 году;
☐ в – 1918 году;
☐ г – 1975 году.
11. В каком виде спорта мяч весит 260–280 гр.
☐ а – баскетбол;
☐ б – футбол;
☐ в – гандбол;
☒ г – волейбол.
12. К средствам восстановления после физич
☒ 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.

5. К приборам, с помощью которых определяют уровень физического развития организма, относятся:

6. Какой Талисман был на Паралимпийских зимних играх в Корее в 2018 году?

а — белая обезьяна;
б — белый медведь;

12. К средствам восстановления после физических нагрузок относят:

13. Аббревиатура ГТО расшифровывается как ...?

а – государственное трудовое образование;

б) — готов к труду и обороне;
в) — готов трудиться обязательно;
г) — готов трудиться и обучаться.

Задания в открытой форме:

Запишите определение, вписав слово в бланк ответов:

20. Разновидность баскетбола называется супербаскет

21. Строй, в котором занимающиеся расположены рядом плечом к плечу называется шеренга 2

22. В результате выполнения бега на время с изменением направления, поворотами, развивается (физическое качество) - о координация м-мо

23. Прибор для измерения артериального давления называется сифксом

24. Протяженность марафонской дистанции на Олимпийских играх составляет - 42 км 192 м 2

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	Б	В	Г	Д		
Арвидас Сабонис	1	Хоккей				
Владислав Третьяк	2	Волейбол				
Дмитрий Мусерский	3	Плавание				
Алексей Ягудин	4	Фигурное катание				
Юлия Ефимова	5	Баскетбол				

А	Б	В	Г	Д
5	4	2	1	3
1	0	1	0	1

26. Установите последовательность использования упражнений (выберите правильный ответ)

- а - ОРУ;
- б - бег;
- в - СПУ;
- г - эстафеты.

1	а,б,в,г	3	б,г,в,а
2	б,а,в,г	4	г,в,б,а

Правильный ответ, номер: 2

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 - ИТО;
- г - ИЦФЛ.

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.

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

створення металевої рами, 25
дужок, 25

28. Запишете 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	

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).

29. Решите кроссворд:

[illegible]