

Димитров 8 класс.
МКОУ СОШ №5

Д
Трубетский

Физическая культура
Вопросы по теоретическому разделу
7-8 классы

15,55
исходное - 5895

Время выполнения теоретического задания – 45 минут.

Задания в закрытой форме:

Выберите правильный ответ:

1. Древнегреческие Олимпийские игры проводились:
☒ а – у подножия горы Олимп;
б – у подножия горы Кронос;
в – у подножия горы Эльбрус;
г – у подножия горы Эверест.
2. Понятие, отражающее прикладную направленность физического воспитания:
☒ а – физическая нагрузка;
б – физической развитие;
в – физическая культура;
г – физическая подготовка.
3. Зимние Олимпийские игры 2014 года проводились:
а – Нагано;
б – Ванкувере;
в – Сеуле;
☒ г – Сочи.
4. К физическим качествам человека относятся:
а – гибкость;
☒ б – скорость;
в – быстрота;
г – поворотливость.
5. К приборам, с помощью которых определяют уровень физического развития организма, относятся:
а – термометр;
б – амперметр;
☒ в – динамометр;
г – спирометр.
6. Какой Талисман был на Паралимпийских зимних играх в Коре в 2018 году?
а – белая обезьяна;
б – белый медведь;

7. Укажите норму частоты сердечных сокращений (ЧСС) в покое у здорового, нетренированного человека:

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 состоялась в Киеве в?

а – 1913 году;
б – 1945 году;
в – 1918 году;
г – 1975 году.

11. В каком виде спорта мяч весит 260-280 грамм:

☒ а – баскетбол;
б – футбол;
в – гандбол;
г – волейбол.

12. К средствам восстановления после физических нагрузок относят:

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.

14. Баскетбольное кольцо находится на расстояниисм от площадки?

- а - 224 см;
б - 243 см;
в - 295 см;
г - 305 см.

Р

15. К циклическим видам физических упражнений относится.....:

- а - метание;
б - прыжок;
в - бег;
г - кувырок.

В

16. Гигиеническая гимнастика должна включаться в расписание дня:

- а - в конце рабочего дня;
б - в свободное время;
в - в вечернее время;
г - в утренние часы.

Р

17. Как называется организация, контролирующая прием допинга спортсменами?

- а - ФИФА;
б - ВАДА;
в - ГТО;
г - НЦФЛ.

В

18. Свод основных законов, по которым живет мир современного олимпийского спорта, называется:

- а - Хартия;
б - Красная книга;
в - Положение;
г - Устав.

В

19. Сколько (партий, сетов, четвертей) играется в баскетболе?

- а - 2;
б - 3;
в - 4;
г - 5.

Р

Задания в открытой форме:

Запишите определение, вписав слово в бланк ответов:

20. Разновидность баскетбола называется -

21. Строй, в котором занимающиеся расположены рядом плечом к плечу называется - взвод.

22. В результате выполнения бега на время с изменением направления, поворотами, развивается (физическое качество) - выносливость.

23. Прибор для измерения артериального давления называется - аннерметр.

24. Протяженность марафонской дистанции на Олимпийских играх составляет - 54 км, 42-44.

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				
	1	2	3	4	5
А Арвидас Сабонис					
Б Владислав Третьяк					
В Дмитрий Мусерский					
Г Алексей Ягудин					
Д Юлия Ефимова					

А	Б	В	Г	Д
3	2	3	1	4
1	0	0	0	0

26. Установите последовательность использования упражнений подготовительной части урока ФК (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






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

Swamiji

По горизонталли: 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).

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 пояс	
6	Стойка на голове	

29. Решите кроссворд:

[illegible]

4