

Физическая культура
Вопросы по теоретическому разделу
7-8 классы

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;

23,58
исправное - 8,868
Сайт ММОМ 8 класс №4
Табеличаны

в – белый тигр;
г – черный 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.

1

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

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

0

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.

0

17. Как называется организация, контролирующая прием допинга спортсменами?

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

0

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

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

1

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

- а - 2;
б - 3;
в - 4;
г - 5.

0

Задания в открытой форме:

Запишите определение, вписав слово в бланк ответов:

20. Разновидность баскетбола называется - стрингбол

28

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

28

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

08

23. Прибор для измерения артериального давления называется - манометр

08

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

08

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					

18

А	Б	В	Г	Д
5	4	1	3	2

1 0 0 0 0

26. Установите последовательность использования упражнений в 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: 4

08

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

06

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	

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).

29. Решите кроссворд:

[illegible]