

# Несанчевич Дмитрий "А" класс

## отработал

### Физическая культура Вопросы по теоретическому разделу 7-8 классы

белый тигр;  
 черный медведь.

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 присущую направленность физического воспитания:  
 а – физическая нагрузка;  
 б – физической развитии;  
 в – физическая культура;  
 г – физическая подготовка.
3. Зимние Олимпийские игры 2014 года проводились:  
 а – Нагано;  
 б – Ванкувер;  
 в – Сеул;  
 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 Корее 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 расстоянии ..... см от площадки?

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



- Задания в открытой форме:

Запишите определение, списав слово в бланк ответов:

20. Разновидность баскетбола называется - Баскетбол, от界的球

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

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



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

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



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

а - 2;  
б - 3;  
в - 4;  
г - 5.



21. Стой, в котором занимающиеся расположены рядом плечом к плечу называется - штурмова

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

23. Прибор для измерения артериального давления называется - тонометр. стетоскоп

24. Протяженность марафонской дистанции на Олимпийских играх составляет - 420 км

25. Составьте имена известных спортсменов, списав цифры в соответствующие поля бланка ответов:

ФИО Олимпийских Чемпионов		Виды спорта
A	Арвидас Сабонис	Хоккей
Б	Владислав Третьяк	Волейбол
В	Дмитрий Мусэрский	Плавание
Г	Алексей Ягудин	Фигурное катание
Д	Юлия Ефимова	Баскетбол

A	5	Б	2	В	3	Г	1	Д	4
1	0	0	0	0	0	0	0	0	0

26. Установите последовательность подготовительной части урока ФК (выберете правильный ответ)

а - ОРУ;

б - бер;

в - СПУ;

г - эстафеты.

в

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

Правильный ответ, номер: 3



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

Многое иное стремясь из жизни, 0

28. Запишите 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 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 перстраиваться 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).

0  
0,5  
0,5  
0,5  
0,5  
0,5

0

1	
2	
3	
4	

29. Решите кроссворд: