

I. Задания с выбором одного правильного ответа

Ответ отмечайте зачёркиванием соответствующего квадрата в бланке.

1. На каком снаряде не соревнуются мужчины в спортивной гимнастике?
 - а) брусья
 - б) бревно
 - в) конь
 - г) кольца
2. Какой из видов спорта относится к борьбе?
 - а) карате
 - б) ушу
 - в) бокс
 - г) самбо
3. На что преимущественно воздействует бег с изменением направления движения?
 - а) на координацию движений
 - б) на скоростно-силовые способности
 - в) на быстроту двигательной реакции
 - г) на активную гибкость
4. С какого способа начинается комплексное плавание?
 - а) вольный стиль
 - б) баттерфляй
 - в) кроль на спине
 - г) брасс
5. На каком расстоянии от внутреннего края лицевой линии находится линия штрафного броска в баскетболе?
 - а) 6,25 м
 - б) 6,75 м
 - в) 4,75 м
 - г) 5,80 м
6. Как называется процесс использования физических упражнений в качестве активного отдыха?
 - а) реабилитация
 - б) рекреация
 - в) реадаптация
 - г) реорганизация

7. В каком виде спорта не используется ракетка?

- а) теннис
- б) сквош
- в) софтбол
- г) бадминтон

8. В каком году советские спортсмены бойкотировали Игры Олимпиады?

- а) в 1952 году
- б) в 1980 году
- в) в 1984 году
- г) в 1992 году

9. В каком игровом виде спорта выигрыш мяча может принести разное количество очков?

- а) волейбол
- б) баскетбол
- в) футбол
- г) гандбол

10. В каком виде спорта проявляется простая двигательная реакция?

- а) в вольной борьбе
- б) в волейболе
- в) в спортивной гимнастике
- г) в плавании

11. Как называется комплекс мероприятий, позволяющих определить высокую степень предрасположенности (одарённость) ребёнка, подростка, юноши к определённому роду спортивной деятельности (виду спорта)?

- а) спортивный отбор
- б) контрольная прикидка
- в) просмотр
- г) спортивная ориентация

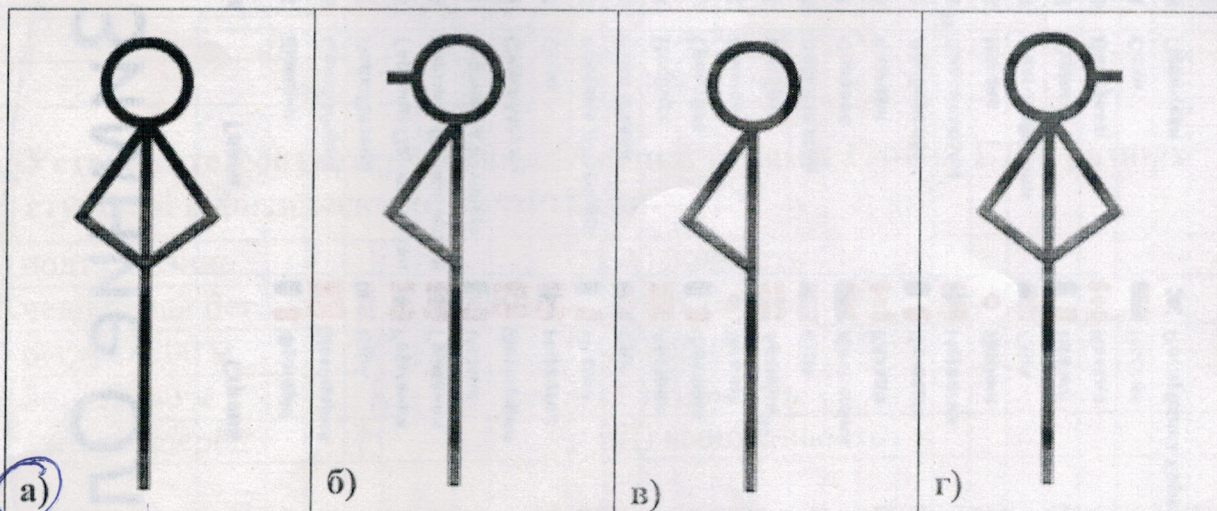
12. Какого технического приёма не существует в баскетболе?

- а) выбивание мяча
- б) передача мяча
- в) бросок мяча
- г) подача мяча

13. В каком году впервые от имени участников была произнесена олимпийская клятва?

- а) в 1908 г.
- б) в 1920 г.
- в) в 1932 г.
- г) в 1936 г.

14. На каком рисунке изображено положение «стойка руки на пояс»?



15. К какому характеру работы относится упражнение «приседание»?

- а) глобальному
- б) локальному
- в) региональному
- г) местному

II. Задания, в которых необходимо написать правильный ответ самостоятельно

Ответ впишите в соответствующую графу бланка работы.

16. Победитель античных Олимпийских игр – это

17. Как называются брусья в спортивной гимнастике в мужской программе?

18. Уровень спортивного мастерства спортсмена – это его ...

19. Какое игровое амплуа было у советского спортсмена Льва Яшина?

20. Напишите номер Олимпиады 2020 года арабскими цифрами.

III. Задания на установление соответствия между понятиями

Ответ впишите в соответствующую графу бланка работы.

21. Соотнесите вид спорта и соответствующий ему инвентарь (оборудование).

1) спортивная гимнастика	Б, Г, А, И, К	А) булавы
--------------------------	---------------	-----------

2) художественная гимнастика	Б) брусья
	В) бревно
	Г) конь
	Д) лента
	Е) кольца
	Ж) обруч
	З) мяч
	И) перекладина
	К) скакалка

22. Установите соответствие между испытаниями ВФСК ГТО разных ступеней и физическими качествами.

1) подтягивание	В +	А) ловкость
2) челночный бег	А +	Б) быстрота
3) бег на 2000 м	Д +	В) сила
4) бег на 100 м	Б +	Г) гибкость
5) наклон вперёд	Г +	Д) выносливость

23. Установите соответствие между годом и городом проведения Олимпийских зимних игр.

1) 1924 г	В -	А) Сочи
2) 1956 г	Б -	Б) Шамони
3) 1994 г	Г -	В) Лиллехаммер
4) 2014 г	А +	Г) Кортино д'Ампеццо

IV. Задания на установление правильной последовательности слов

Ответ впишите в соответствующую графу бланка работы.

24. Расположите спортивные игры в порядке возрастания максимально возможного количества игроков одной команды, одновременно находящихся на игровой площадке.

- а) хоккей на траве
- б) баскетбол
- в) пляжный волейбол
- г) волейбол
- д) гандбол

В; б; а; г; д;

80
136
480
240
2880

V. Задание – задача

Ответ впишите в соответствующую графу бланка работы.

25. Павел, выполняя приседания со штангой весом 80 кг, сделал 3 серии по 12 повторений. Посчитайте суммарный объём нагрузки в данном упражнении. Ответ укажите цифрами в кг. = 2880 кг.

55