

Бланк ответа

I. Задания с выбором одного правильного ответа.

| № вопроса | Варианты ответов | | | |
|-----------|------------------|-----|-----|-----|
| | «а» | «б» | «в» | «г» |
| 1 | | ✓ | | |
| 2 | | | ✓ | |
| 3 | ✓ | | | |
| 4 | | | ✓ | |
| * 5 | ✓ | | | |
| 6 | | ✓ | | |
| 7 | | | ✓ | |
| 8 | | | ✓ | |
| 9 | | | ✓ | |
| 10 | | | ✓ | |

| № вопроса | Варианты ответов | | | |
|-----------|------------------|-----|-----|-----|
| | «а» | «б» | «в» | «г» |
| 11 | | | ✓ | |
| 12 | ✓ | | | |
| 13 | ✓ | | | |
| 14 | | ✓ | | |
| 15 | | | ✓ | |

II. Задания, в которых необходимо завершить высказывание или ответить на вопрос.

| № вопроса | Ответ |
|-----------|--------------------|
| 16 | Пышнейший слой |
| 17 | Качалимийский шур |
| 18 | Толщина |
| 19 | МГА |
| 20 | Ароматная приправа |

III. Задания на соотнесение понятий и определений.

21. Ответ:

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| Б | Г | Б | А |

 4

22. Ответ:

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Г | Д | Б | В | А |

 5

23. Ответ:

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Б | Д | А | В | Г |

 5

IV. Задание на установление правильной последовательности действий.

24. Ответ:

| | | |
|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 |
| А | В | Б |

 3

V. Задание – описание гимнастических упражнений.

26. Гимнастические упражнения.

| | |
|---|--|
| А | из упора присев кубком вперед в сторону на лопатки |
| Б | из упора на лопатки кубком вперед в сторону |
| В | из упора присев кубком вперед |

Оценка (слагаемые и сумма) _____

Подписи членов жюри _____

I. Задания с выбором одного правильного ответа

- Какая аббревиатура соответствует названию национального олимпийского комитета в нашей стране?
а) РОК
 б) ОКР
в) НОК
г) МОК
- В каком году мировое сообщество отмечало 100-летний юбилей олимпийского движения современности?
а) в 1980 г.
б) в 1988 г.
 в) в 1994 г.
г) в 2000 г.
- На каком континенте Олимпийские игры проводились наибольшее число раз?
 а) Европа
б) Азия
в) Америка
г) Австралия
- В каком виде спорта проявили себя Михаил Ботвинник, Бобби Фишер, Анатолий Карпов, Владимир Крамник, Сергей Карякин и Магнус Карлсен?
а) биатлон
б) лёгкая атлетика
 в) шахматы
г) плавание
- На какие виды двигательных способностей воздействуют прыжковые упражнения?
 а) на скоростно-силовые способности
б) на выносливость
в) на гибкость
г) на способность сохранять равновесие
- Как называют нарушение правил в баскетболе?
а) забег
 б) пробежка
в) перебежка
г) забегание
- В каких физических упражнениях самая продолжительная фаза полета?
а) ходьба
б) бег
 в) прыжки
г) лазания
- Какой режим нагрузки соответствует частоте сердечных сокращений от 140 до 160 ударов в минуту?
а) оздоровительный
б) поддерживающий
 в) развивающий
г) тренирующий
- В каком виде спорта нет ворот?
а) флорбол
б) хоккей
 в) жёрлинг
г) водное поло

- Какой из способов подачи в волейболе является самым распространённым?
а) нижняя прямая подача
б) нижняя боковая подача
 в) верхняя прямая подача
г) верхняя боковая подача
 - Сколько игроков находится во время игры на футбольном поле?
а) 11
б) 20
 в) 22
г) 25
 - Что из перечисленного НЕ является нарушением осанки?
 а) кифоз
б) сколиотическая осанка
в) гиперлордоз
г) «круглая спина»
 - Какое из контрольных упражнений НЕ входит в нормы ГТО?
 а) толкание ядра
б) рывок гири
в) метание гранаты
г) метание мяча
 - В каком виде спорта одной из дисциплин является плавание?
а) биатлон
 б) триатлон
в) дуатлон
г) скиатлон
 - Выберите фразы, отражающие сущность занятия лёгкой атлетикой.
а) для занятий легкой атлетикой обязательно требуется инвентарь
б) во время выполнения легкоатлетических упражнений требуется страховка
 в) легкая атлетика используется как средство общей физической подготовки
г) легкая атлетика является сезонным видом спорта
- II. Задания, в которых необходимо завершить высказывание или ответить на вопрос
- На Пелопонесском полуострове в селении Олимпия, у подножия реки Алфей берут своё начало...?
 - Как называются олимпийские игры для людей с ограниченными возможностями?
 - Русская народная игра, суть которой сводится к «выбиванию» метанием биты фигур, составленных различным образом из пяти деревянных цилиндров (чурок), называется...
 - Как называется показатель, отражающий функциональные возможности системы дыхания, который определяется с помощью спирометра?
 - Система психологических приемов и формул самовнушения, направленных на регуляцию психических состояний, расслабление мышц, восстановление работоспособности, называется...

III. Задания на установление соответствия между понятиями

21. Установите соответствие между продуктами питания и веществами, преимущественно получаемыми организмом при их потреблении.

| Вещества | Продукты питания |
|-------------|---------------------------|
| 1) белки | А) кисломолочные продукты |
| 2) жиры | Б) хлебобулочные изделия |
| 3) углеводы | В) рыба, мясо |
| 4) кальций | Г) семена подсолнечника |

ВГБА

22. Установите соответствие между спортсменами и атрибутами их вида спорта.

| Спортсмен | Атрибут |
|--------------------|------------|
| 1) Елена Исинбаева | А) ракетка |
| 2) Евгений Малкин | Б) мяч |
| 3) Андрей Аршавин | В) болид |
| 4) Даниил Квят | Г) шест |
| 5) Мария Шарапова | Д) клюшка |

ГДВА

23. Установите соответствие между видами спорта и аббревиатурами международных федераций.

| Федерация | Вид спорта |
|-----------|--------------------|
| 1) ФИБА | А) плавание |
| 2) ФИФА | Б) баскетбол |
| 3) ФИНА | В) лёгкая атлетика |
| 4) ИААФ | Г) гимнастика |
| 5) ФИЖ | Д) футбол |

БГАВГ

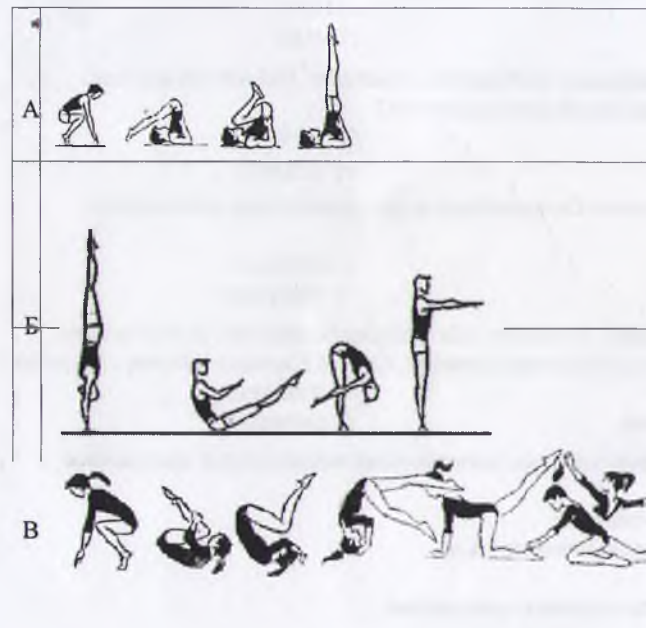
IV. Задание на установление правильной последовательности действий.

24. Установите правильную последовательность при описании физического упражнения.
а) исходное положение б) конечное положение в) действие

АВБ

V. Задание – описание гимнастических упражнений

25. Дайте правильную формулировку гимнастическим упражнениям.



90199

448

9-11 кл

Бланк ответа

I. Задания с выбором одного правильного ответа.

| № вопроса | Варианты ответов | | | |
|-----------|------------------|-----|-----|-----|
| | «а» | «б» | «в» | «г» |
| 1 | | ✓ | | |
| 2 | | | ✓ | |
| 3 | ✓ | | | |
| 4 | | | ✓ | |
| 5 | ✓ | | | |
| 6 | | ✓ | | |
| 7 | | | ✓ | |
| 8 | | | ✓ | |
| 9 | | | ✓ | |
| 10 | | | ✓ | |

| № вопроса | Варианты ответов | | | |
|-----------|------------------|-----|-----|-----|
| | «а» | «б» | «в» | «г» |
| 11 | | | ✓ | |
| 12 | ✓ | | | |
| 13 | ✓ | | | |
| 14 | | ✓ | | |
| 15 | | | ✓ | |

II. Задания, в которых необходимо завершить высказывание или ответить на вопрос.

| № вопроса | Ответ |
|-----------|-------------------|
| 16 | Аммиачная шпатель |
| 17 | Коралловый скелет |
| 18 | Торфяник |
| 19 | МФА |
| 20 | Аммиачная шпатель |

III. Задания на соотнесение понятий и определений.

| | | | | | | |
|-----|--------|---|---|---|---|---|
| 21. | Ответ: | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| | | Б | Г | Б | А | 4 |

| | | | | | | |
|-----|--------|---|---|---|---|---|
| 22. | Ответ: | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| | | Г | Д | Б | В | А |

| | | | | | | |
|-----|--------|---|---|---|---|---|
| 23. | Ответ: | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| | | Б | Д | А | В | Г |

IV. Задание на установление правильной последовательности действий.

| | | | | |
|-----|--------|---|---|---|
| 24. | Ответ: | 1 | 2 | 3 |
| | | А | В | Б |

V. Задание – описание гимнастических упражнений.

26. Гимнастические упражнения.

| | | | | | | | | |
|---|----------|--------|-----------|-------|--------|------|----|-------|
| А | из упора | прыжок | убавление | опоры | вместо | руки | на | плечи |
| Б | | | | | | | | |
| В | | | | | | | | |

Оценка (слагаемые и сумма) _____
Подписи членов жюри _____

I. Задания с выбором одного правильного ответа

- Какая аббревиатура соответствует названию национального олимпийского комитета в нашей стране?
а) РОК
 б) ОКР
в) НОК
г) МОК
- В каком году мировое сообщество отмечало 100-летний юбилей олимпийского движения современности?
а) в 1980 г.
б) в 1988 г.
 в) в 1994 г.
г) в 2000 г.
- На каком континенте Олимпийские игры проводились наибольшее число раз?
 а) Европа
б) Азия
в) Америка
г) Австралия
- В каком виде спорта проявили себя Михаил Ботвинник, Бобби Фишер, Анатолий Карпов, Владимир Крамник, Сергей Карякин и Магнус Карлсен?
а) биатлон
б) лёгкая атлетика
 в) шахматы
г) плавание
- На какие виды двигательных способностей воздействуют прыжковые упражнения?
 а) на скоростно-силовые способности
б) на выносливость
в) на гибкость
г) на способность сохранять равновесие
- Как называют нарушение правил в баскетболе?
а) забег
 б) пробежка
в) перебежка
г) забегание
- В каких физических упражнениях самая продолжительная фаза полета?
а) ходьба
б) бег
 в) прыжки
г) лазания
- Какой режим нагрузки соответствует частоте сердечных сокращений от 140 до 160 ударов в минуту?
а) оздоровительный
б) поддерживающий
 в) развивающий
г) тренирующий
- В каком виде спорта нет ворот?
а) флорбол
б) хоккей
 в) кёрлинг
г) водное поло

- Какой из способов подачи в волейболе является...
а) нижняя прямая подача
б) нижняя боковая подача
 в) верхняя прямая подача
г) верхняя боковая подача
 - Сколько игроков находится во время игры на футбольном поле?
а) 11
б) 20
 в) 22
г) 25
 - Что из перечисленного НЕ является нарушением осанки?
 а) кифоз
б) сколиотическая осанка
в) гиперлордоз
г) «круглая спина»
 - Какое из контрольных упражнений НЕ входит в нормы ГТО?
 а) толкание ядра
б) рывок гири
в) метание гранаты
г) метание мяча
 - В каком виде спорта одной из дисциплин является плавание?
а) биатлон
 б) триатлон
в) дуатлон
г) скиатлон
 - Выберите фразы, отражающие сущность занятия лёгкой атлетикой.
а) для занятий легкой атлетикой обязательно требуется инвентарь
б) во время выполнения легкоатлетических упражнений требуется страховка
 в) легкая атлетика используется как средство общей физической подготовки
г) легкая атлетика является сезонным видом спорта
- II. Задания, в которых необходимо завершить высказывание или ответить на вопрос
- На Пелопонесском полуострове в селении Олимпия, у подножия реки Алфей берёт своё начало...?
 - Как называются олимпийские игры для людей с ограниченными возможностями?
 - Русская народная игра, суть которой сводится к «выбиванию» метанием биты фигур, составленных различным образом из пяти деревянных цилиндров (чурок), называется...
 - Как называется показатель, отражающий функциональные возможности системы дыхания, который определяется с помощью спирометра?
 - Система психологических приемов и формул самовнушения, направленных на регуляцию психических состояний, расслабление мышц, восстановление работоспособности, называется...

III. Задания на установление соответствия между понятиями

21. Установите соответствие между продуктами питания и веществами, преимущественно получаемыми организмом при их потреблении.

| Вещества | Продукты питания |
|-------------|---------------------------|
| 1) белки | А) кисломолочные продукты |
| 2) жиры | Б) хлебобулочные изделия |
| 3) углеводы | В) рыба, мясо |
| 4) кальций | Г) семена подсолнечника |

ВГБА

22. Установите соответствие между спортсменами и атрибутами их вида спорта.

| Спортсмен | Атрибут |
|--------------------|------------|
| 1) Елена Исинбаева | А) ракетка |
| 2) Евгений Малкин | Б) мяч |
| 3) Андрей Аршавин | В) болид |
| 4) Даниил Квят | Г) шест |
| 5) Мария Шарапова | Д) клюшка |

ГДБВА

23. Установите соответствие между видами спорта и аббревиатурами международных федераций.

| Федерация | Вид спорта |
|-----------|--------------------|
| 1) ФИБА | А) плавание |
| 2) ФИФА | Б) баскетбол |
| 3) ФИНА | В) лёгкая атлетика |
| 4) ИААФ | Г) гимнастика |
| 5) ФИЖ | Д) футбол |

БДАЗГ

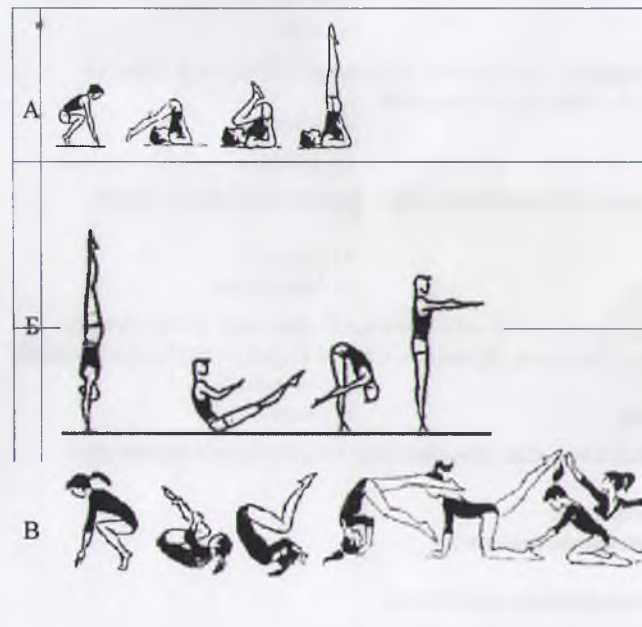
IV. Задание на установление правильной последовательности действий.

24. Установите правильную последовательность при описании физического упражнения.
а) исходное положение б) конечное положение в) действие

АВБ

V. Задание – описание гимнастических упражнений

25. Дайте правильную формулировку гимнастическим упражнениям.



90290

418

9-11 кл

Бланк ответа

I. Задания с выбором одного правильного ответа.

| № вопроса | Варианты ответов | | | |
|-----------|------------------|-----|-----|-----|
| | «а» | «б» | «в» | «г» |
| 1 | | ✓ | | |
| 2 | | ✓ | | |
| 3 | ✓ | | | |
| * 4 | | | ✓ | |
| 5 | ✓ | | | |
| 6 | | ✓ | | |
| 7 | | | ✓ | |
| 8 | | | ✓ | |
| 9 | | | ✓ | |
| 10 | | | ✓ | |

| № вопроса | Варианты ответов | | | |
|-----------|------------------|-----|-----|-----|
| | «а» | «б» | «в» | «г» |
| 11 | | | ✓ | |
| 12 | ✓ | | | |
| 13 | ✓ | | | |
| 14 | | ✓ | | |
| 15 | | | ✓ | |

II. Задания, в которых необходимо завершить высказывание или ответить на вопрос.

| № вопроса | Ответ |
|-----------|------------------------|
| 16 | Олимпийские игры |
| 17 | Параолимпийские игры |
| 18 | Тюдоры |
| 19 | И. П. А |
| 20 | Анатолий Александрович |

III. Задания на соотнесение понятий и определений.

| | | | | | | |
|-----|--------|---|---|---|---|---|
| 21. | Ответ: | 1 | 2 | 3 | 4 | 4 |
| | | Б | Г | Б | А | |

| | | | | | | | |
|-----|--------|---|---|---|---|---|---|
| 22. | Ответ: | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 5 |
| | | Г | Д | Б | В | А | |

| | | | | | | | |
|-----|--------|---|---|---|---|---|---|
| 23. | Ответ: | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 5 |
| | | Б | Д | А | В | Г | |

IV. Задание на установление правильной последовательности действий.

| | | | | | |
|-----|--------|---|---|---|---|
| 24. | Ответ: | 1 | 2 | 3 | 3 |
| | | А | Ю | Б | |

V. Задание – описание гимнастических упражнений.

26. Гимнастические упражнения.

| | |
|---|--|
| А | |
| Б | |
| В | |

Оценка (слагаемые и сумма) _____

Подписи членов жюри _____

I. Задания с выбором одного правильного ответа

- Какая аббревиатура соответствует названию национального олимпийского комитета в нашей стране?
а) РОК
 б) ОКР
в) НОК
г) МОК
- В каком году мировое сообщество отмечало 100-летний юбилей олимпийского движения современности?
а) в 1980 г.
 б) в 1988 г.
в) в 1994 г.
г) в 2000 г.
- На каком континенте Олимпийские игры проводились наибольшее число раз?
 а) Европа
б) Азия
в) Америка
г) Австралия
- В каком виде спорта проявили себя Михаил Ботвинник, Бобби Фишер, Анатолий Карпов, Владимир Крамник, Сергей Карякин и Магнус Карлсен?
а) биатлон
б) лёгкая атлетика
 в) шахматы
г) плавание
- На какие виды двигательных способностей воздействуют прыжковые упражнения?
 а) на скоростно-силовые способности
б) на выносливость
в) на гибкость
г) на способность сохранять равновесие
- Как называют нарушение правил в баскетболе?
а) забег
 б) пробежка
в) перебежка
г) забегание
- В каких физических упражнениях самая продолжительная фаза полета?
а) ходьба
б) бег
 в) прыжки
г) лазания
- Какой режим нагрузки соответствует частоте сердечных сокращений от 140 до 160 ударов в минуту?
а) оздоровительный
б) поддерживающий
 в) развивающий
г) тренирующий
- В каком виде спорта нет ворот?
а) флорбол
б) хоккей
 в) кёрлинг
г) водное поло

- Какой из способов подачи в волейболе является самым распространённым?
а) нижняя прямая подача
б) нижняя боковая подача
 в) верхняя прямая подача
г) верхняя боковая подача
 - Сколько игроков находится во время игры на футбольном поле?
а) 11
б) 20
 в) 22
г) 25
 - Что из перечисленного НЕ является нарушением о санкций?
 а) кифоз
б) сколиотическая осанка
в) гиперлордоз
г) «круглая спина»
 - Какое из контрольных упражнений НЕ входит в нормы ГТО?
 а) толкание ядра
б) рывок гири
в) метание гранаты
г) метание мяча
 - В каком виде спорта одной из дисциплин является плавание?
а) биатлон
б) триатлон
в) дуатлон
г) скиатлон
 - Выберите фразы, отражающие сущность занятия лёгкой атлетикой.
а) для занятий легкой атлетикой обязательно требуется инвентарь
б) во время выполнения легкоатлетических упражнений требуется страховка
 в) легкая атлетика используется как средство общей физической подготовки
г) легкая атлетика является сезонным видом спорта
- II. Задания, в которых необходимо завершить высказывание или ответить на вопрос
- На Пелопонесском полуострове в селении Олимпия, у подножия реки Алфей берут своё начало...?
 - Как называются олимпийские игры для людей с ограниченными возможностями?
 - Русская народная игра, суть которой сводится к «выбиванию» метанием биты фигур, составленных различным образом из пяти деревянных цилиндров (чурок), называется...
 - Как называется показатель, отражающий функциональные возможности системы дыхания, который определяется с помощью спирометра?
 - Система психологических приемов и формул самовнушения, направленных на регуляцию психических состояний, расслабление мышц, восстановление работоспособности, называется...

III. Задания на установление соответствия между понятиями

21. Установите соответствие между продуктами питания и веществами, преимущественно получаемыми организмом при их потреблении.

| Вещества | Продукты питания |
|-------------|---------------------------|
| 1) белки | А) кисломолочные продукты |
| 2) жиры | Б) хлебобулочные изделия |
| 3) углеводы | В) рыба, мясо |
| 4) кальций | Г) семена подсолнечника |

ВГБА

22. Установите соответствие между спортсменами и атрибутами их вида спорта.

| Спортсмен | Атрибут |
|--------------------|------------|
| 1) Елена Исинбаева | А) ракетка |
| 2) Евгений Малкин | Б) мяч |
| 3) Андрей Аршавин | В) болид |
| 4) Даниил Квят | Г) шест |
| 5) Мария Шарапова | Д) клюшка |

ГДБВА

23. Установите соответствие между видами спорта и аббревиатурами международных федераций.

| Федерация | Вид спорта |
|-----------|--------------------|
| 1) ФИБА | А) плавание |
| 2) ФИФА | Б) баскетбол |
| 3) ФИНА | В) лёгкая атлетика |
| 4) ИААФ | Г) гимнастика |
| 5) ФИЖ | Д) футбол |

БДАВГ

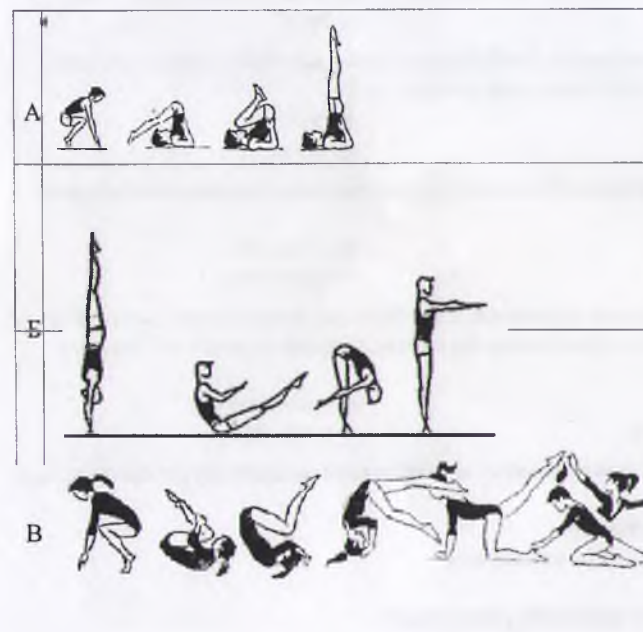
IV. Задание на установление правильной последовательности действий.

24. Установите правильную последовательность при описании физического упражнения.
а) исходное положение б) конечное положение в) действие

АВБ.

V. Задание – описание гимнастических упражнений

25. Дайте правильную формулировку гимнастическим упражнениям.



Бланк ответа

I. Задания с выбором одного правильного ответа.

| № вопроса | Варианты ответов | | | |
|-----------|------------------|-----|-----|-----|
| | «а» | «б» | «в» | «г» |
| 1 | | ✓ | | |
| 2 | | | ✓ | |
| 3 | ✓ | | | |
| 4 | | | ✓ | |
| 5 | ✓ | | | |
| 6 | | ✓ | | |
| 7 | | | ✓ | |
| 8 | | | ✓ | |
| 9 | | | ✓ | |
| 10 | | | ✓ | |

| № вопроса | Варианты ответов | | | |
|-----------|------------------|-----|-----|-----|
| | «а» | «б» | «в» | «г» |
| 11 | | | ✓ | |
| 12 | ✓ | | | |
| 13 | ✓ | | | |
| 14 | | ✓ | | |
| 15 | | | ✓ | |

II. Задания, в которых необходимо завершить высказывание или ответить на вопрос.

| № вопроса | Ответ |
|-----------|-----------------------|
| 16 | Величайшие успех |
| 17 | Колоссальные успех |
| 18 | Получили |
| 19 | № ЕА |
| 20 | Крупнейшие учреждения |

III. Задания на соотнесение понятий и определений.

21. Ответ:

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| Б | Г | Б | А |

 4

22. Ответ:

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Г | Д | Б | В | А |

 5

23. Ответ:

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Б | Д | А | В | Г |

 5

IV. Задание на установление правильной последовательности действий.

24. Ответ:

| | | |
|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 |
| А | В | Б |

 3

V. Задание – описание гимнастических упражнений.

26. Гимнастические упражнения.

| | |
|---|--|
| А | из упора присев кубочком вперед в стойку на носках |
| Б | из упора присев кубочком вперед в стойку на носках |
| В | из упора присев кубочком вперед в стойку на носках |

Оценка (слагаемые и сумма)

Подписи членов жюри

I. Задания с выбором одного правильного ответа

1. Какая аббревиатура соответствует названию национального олимпийского комитета в нашей стране?
а) РОК
б) ОКР
в) НОК
г) МОК
2. В каком году мировое сообщество отмечало 100-летний юбилей олимпийского движения современности?
а) в 1980 г.
б) в 1988 г.
в) в 1994 г.
г) в 2000 г.
3. На каком континенте Олимпийские игры проводились наибольшее число раз?
а) Европа
б) Азия
в) Америка
г) Австралия
4. В каком виде спорта проявили себя Михаил Ботвинник, Бобби Фишер, Анатолий Карпов, Владимир Крамник, Сергей Карякин и Магнус Карлсен?
а) биатлон
б) лёгкая атлетика
в) шахматы
г) плавание
5. На какие виды двигательных способностей воздействуют прыжковые упражнения?
а) на скоростно-силовые способности
б) на выносливость
в) на гибкость
г) на способность сохранять равновесие
6. Как называют нарушение правил в баскетболе?
а) забег
б) пробежка
в) перебежка
г) забегание
7. В каких физических упражнениях самая продолжительная фаза полета?
а) ходьба
б) бег
в) прыжки
г) лазания
8. Какой режим нагрузки соответствует частоте сердечных сокращений от 140 до 160 ударов в минуту?
а) оздоровительный
б) поддерживающий
в) развивающий
г) тренирующий
9. В каком виде спорта нет ворот?
а) флорбол
б) хоккей
в) кёрлинг
г) водное поло

10. Какой из способов подачи в волейболе является самым распространенным?
а) нижняя прямая подача
б) нижняя боковая подача
в) верхняя прямая подача
г) верхняя боковая подача
 11. Сколько игроков находится во время игры на футбольном поле?
а) 11
б) 20
в) 22
г) 25
 12. Что из перечисленного НЕ является нарушением осанки?
а) кифоз
б) сколиотическая осанка
в) гиперлордоз
г) «круглая спина»
 13. Какое из контрольных упражнений НЕ входит в нормы ГТО?
а) толкание ядра
б) рывок гири
в) метание гранаты
г) метание мяча
 14. В каком виде спорта одной из дисциплин является плавание?
а) биатлон
б) триатлон
в) дуатлон
г) скиатлон
 15. Выберите фразы, отражающие сущность занятия лёгкой атлетикой.
а) для занятий легкой атлетикой обязательно требуется инвентарь
б) во время выполнения легкоатлетических упражнений требуется страховка
в) легкая атлетика используется как средство общей физической подготовки
г) легкая атлетика является сезонным видом спорта
- II. Задания, в которых необходимо завершить высказывание или ответить на вопрос
16. На Пелопонесском полуострове в селении Олимпия, у подножия реки Алфей берёт своё начало...?
 17. Как называются олимпийские игры для людей с ограниченными возможностями?
 18. Русская народная игра, суть которой сводится к «выбиванию» метанием биты фигур, составленных различным образом из пяти деревянных цилиндров (чурок), называется...
 19. Как называется показатель, отражающий функциональные возможности системы дыхания, который определяется с помощью спирометра?
 20. Система психологических приемов и формул самовнушения, направленных на регуляцию психических состояний, расслабление мышц, восстановление работоспособности, называется...

III. Задания на установление соответствия между понятиями

21. Установите соответствие между продуктами питания и веществами, преимущественно получаемыми организмом при их потреблении.

| Вещества | Продукты питания |
|-------------|---------------------------|
| 1) белки | А) кисломолочные продукты |
| 2) жиры | Б) хлебобулочные изделия |
| 3) углеводы | В) рыба, мясо |
| 4) кальций | Г) семена подсолнечника |

22. Установите соответствие между спортсменами и атрибутами их вида спорта.

| Спортсмен | Атрибут |
|--------------------|------------|
| 1) Елена Исинбаева | А) ракетка |
| 2) Евгений Малкин | Б) мяч |
| 3) Андрей Аршавин | В) болид |
| 4) Даниил Квят | Г) шест |
| 5) Мария Шарапова | Д) клюшка |

23. Установите соответствие между видами спорта и аббревиатурами международных федераций.

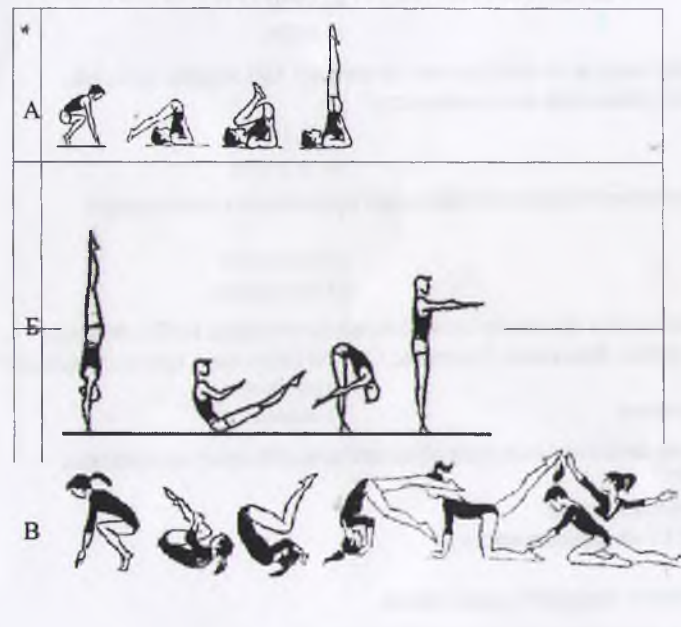
| Федерация | Вид спорта |
|-----------|--------------------|
| 1) ФИБА | А) плавание |
| 2) ФИФА | Б) баскетбол |
| 3) ФИНА | В) лёгкая атлетика |
| 4) ИААФ | Г) гимнастика |
| 5) ФИЖ | Д) футбол |

IV. Задание на установление правильной последовательности действий.

24. Установите правильную последовательность при описании физического упражнения.
а) исходное положение б) конечное положение в) действие

V. Задание – описание гимнастических упражнений

25. Дайте правильную формулировку гимнастическим упражнениям.



9-11 кл

Бланк ответа

I. Задания с выбором одного правильного ответа.

| № вопроса | Варианты ответов | | | |
|-----------|------------------|-----|-----|-----|
| | «а» | «б» | «в» | «г» |
| 1 | | ✓ | | |
| 2 | | | ✓ | |
| 3 | ✓ | | | |
| 4 | | | ✓ | |
| 5 | ✓ | | | |
| 6 | | ✓ | | |
| 7 | | | ✓ | |
| 8 | | | ✓ | |
| 9 | | | ✓ | |
| 10 | | | ✓ | |

| № вопроса | Варианты ответов | | | |
|-----------|------------------|-----|-----|-----|
| | «а» | «б» | «в» | «г» |
| 11 | | | ✓ | |
| 12 | | ✓ | | |
| 13 | ✓ | | | |
| 14 | | ✓ | | |
| 15 | | | ✓ | |

II. Задания, в которых необходимо завершить высказывание или ответить на вопрос.

| № вопроса | Ответ |
|-----------|--------------------------|
| 16 | Величайшие успехи |
| 17 | Почти всемирно |
| 18 | Такого |
| 19 | И. Е. П. |
| 20 | Сурожская и Кривошварова |

III. Задания на соотнесение понятий и определений.

21. Ответ:

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| Б | Г | Б | А |

22. Ответ:

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Г | Д | Б | В | А |

23. Ответ:

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Б | Д | А | В | Г |

IV. Задание на установление правильной последовательности действий.

24. Ответ:

| | | |
|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 |
| С | В | Б |

V. Задание – описание гимнастических упражнений.

26. Гимнастические упражнения.

| | |
|---|--|
| А | у ушка приев кубышкой вперед в сторону на кожан- |
| Б | |
| В | |

Оценка (слагаемые и сумма) _____

Подписи членов жюри _____

I. Задания с выбором одного правильного ответа

1. Какая аббревиатура соответствует названию национального олимпийского комитета в нашей стране?
а) РОК
б) ОКР
в) НОК
г) МОК
2. В каком году мировое сообщество отмечало 100-летний юбилей олимпийского движения современности?
а) в 1980 г.
б) в 1988 г.
в) в 1994 г.
г) в 2000 г.
3. На каком континенте Олимпийские игры проводились наибольшее число раз?
а) Европа
б) Азия
в) Америка
г) Австралия
4. В каком виде спорта проявили себя Михаил Ботвинник, Бобби Фишер, Анатолий Карпов, Владимир Крамник, Сергей Карякин и Магнус Карлсен?
а) биатлон
б) лёгкая атлетика
в) шахматы
г) плавание
5. На какие виды двигательных способностей воздействуют прыжковые упражнения?
а) на скоростно-силовые способности
б) на выносливость
в) на гибкость
г) на способность сохранять равновесие
6. Как называют нарушение правил в баскетболе?
а) забег
б) пробежка
в) перебежка
г) забегание
7. В каких физических упражнениях самая продолжительная фаза полета?
а) ходьба
б) бег
в) прыжки
г) лазания
8. Какой режим нагрузки соответствует частоте сердечных сокращений от 140 до 160 ударов в минуту?
а) оздоровительный
б) поддерживающий
в) развивающий
г) тренирующий
9. В каком виде спорта нет ворот?
а) флорбол
б) хоккей
в) кёрлинг
г) водное поло

10. Какой из способов подачи в волейболе является самым распространенным?
а) нижняя прямая подача
б) нижняя боковая подача
в) верхняя прямая подача
г) верхняя боковая подача
 11. Сколько игроков находится во время игры на футбольном поле?
а) 11
б) 20
в) 22
г) 25
 12. Что из перечисленного НЕ является нарушением осанки?
а) кифоз
б) сколиотическая осанка
в) гиперлордоз
г) «круглая спина»
 13. Какое из контрольных упражнений НЕ входит в нормы ГТО?
а) толкание ядра
б) рывок гири
в) метание гранаты
г) метание мяча
 14. В каком виде спорта одной из дисциплин является плавание?
а) биатлон
б) триатлон
в) дуатлон
г) скиатлон
 15. Выберите фразы, отражающие сущность занятия лёгкой атлетикой.
а) для занятий легкой атлетикой обязательно требуется инвентарь
б) во время выполнения легкоатлетических упражнений требуется страховка
в) легкая атлетика используется как средство общей физической подготовки
г) легкая атлетика является сезонным видом спорта
- II. Задания, в которых необходимо завершить высказывание или ответить на вопрос
16. На Пелопонесском полуострове в селении Олимпия, у подножия реки Алфей берут своё начало...?
 17. Как называются олимпийские игры для людей с ограниченными возможностями?
 18. Русская народная игра, суть которой сводится к «выбиванию» метанием биты фигур, составленных различным образом из пяти деревянных цилиндров (чурок), называется...
 19. Как называется показатель, отражающий функциональные возможности системы дыхания, который определяется с помощью спирометра?
 20. Система психологических приемов и формул самовнушения, направленных на регуляцию психических состояний, расслабление мышц, восстановление работоспособности, называется...

III. Задания на установление соответствия между понятиями

21. Установите соответствие между продуктами питания и веществами, преимущественно получаемыми организмом при их потреблении.

| Вещества | Продукты питания |
|-------------|---------------------------|
| 1) белки | А) кисломолочные продукты |
| 2) жиры | Б) хлебобулочные изделия |
| 3) углеводы | В) рыба, мясо |
| 4) кальций | Г) семена подсолнечника |

22. Установите соответствие между спортсменами и атрибутами их вида спорта.

| Спортсмен | Атрибут |
|--------------------|------------|
| 1) Елена Исинбаева | А) ракетка |
| 2) Евгений Малкин | Б) мяч |
| 3) Андрей Аршавин | В) болид |
| 4) Даниил Квят | Г) шест |
| 5) Мария Шарапова | Д) клюшка |

23. Установите соответствие между видами спорта и аббревиатурами международных федераций.

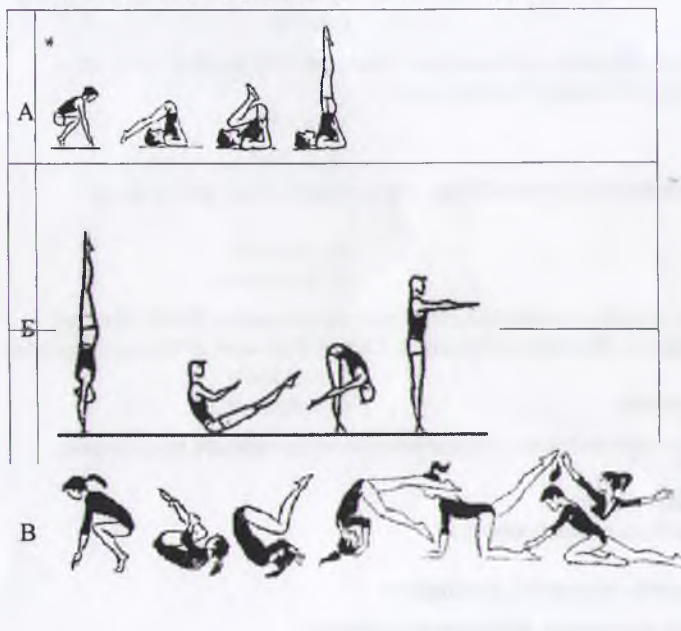
| Федерация | Вид спорта |
|-----------|--------------------|
| 1) ФИБА | А) плавание |
| 2) ФИФА | Б) баскетбол |
| 3) ФИНА | В) лёгкая атлетика |
| 4) ИААФ | Г) гимнастика |
| 5) ФИЖ | Д) футбол |

IV. Задание на установление правильной последовательности действий

24. Установите правильную последовательность при описании физического упражнения.
а) исходное положение б) конечное положение в) действие

V. Задание – описание гимнастических упражнений

25. Дайте правильную формулировку гимнастическим упражнениям.



9-11 кл

Бланк ответа

I. Задания с выбором одного правильного ответа.

| № вопроса | Варианты ответов | | | | № вопроса | Варианты ответов | | | |
|-----------|------------------|-----|-----|-----|-----------|------------------|-----|-----|-----|
| | «а» | «б» | «в» | «г» | | «а» | «б» | «в» | «г» |
| 1 | | ✓ | | | 11 | | | ✓ | |
| 2 | | | ✓ | | 12 | ✓ | | | |
| 3 | ✓ | | | | 13 | ✓ | | | |
| 4 | | | ✓ | | 14 | | ✓ | | |
| * 5 | | ✓ | | | 15 | | | ✓ | |
| 6 | | ✓ | | | | | | | |
| 7 | | | ✓ | | | | | | |
| 8 | | ✓ | | | | | | | |
| 9 | | | ✓ | | | | | | |
| 10 | | | ✓ | | | | | | |

II. Задания, в которых необходимо завершить высказывание или ответить на вопрос.

| № вопроса | Ответ |
|-----------|-------------------------------|
| 16 | Решимый и не |
| 17 | Полноценный |
| 18 | Толчок |
| 19 | НЕ А |
| 20 | Самостоятельный и комплексный |

III. Задания на соотнесение понятий и определений.

| | | | | | | | |
|-----|--------|--------|--------|--------|--------|--------|---|
| 21. | Ответ: | 1 В | 2 Г | 3 Б | 4 А | 4 | |
| 22. | Ответ: | 1 Г | 2 Д | 3 Б | 4 В | 5 А | 5 |
| 23. | Ответ: | 1 Б | 2 Д | 3 Н | 4 В | 5 Г | 5 |

IV. Задание на установление правильной последовательности действий.

| | | | | | |
|-----|--------|--------|--------|--------|---|
| 24. | Ответ: | 1 А | 2 В | 3 Б | 3 |
|-----|--------|--------|--------|--------|---|

V. Задание – описание гимнастических упражнений.

26. Гимнастические упражнения.

| | |
|---|--|
| А | |
| Б | |
| В | |

Оценка (слагаемые и сумма) _____

Подписи членов жюри _____

10

I. Задания с выбором одного правильного ответа

- Какая аббревиатура соответствует названию национального олимпийского комитета в нашей стране?
а) РОК
б) ОКР
в) НОК
г) МОК
- В каком году мировое сообщество отмечало 100-летний юбилей олимпийского движения современности?
а) в 1980 г.
б) в 1988 г.
в) в 1994 г.
г) в 2000 г.
- На каком континенте Олимпийские игры проводились наибольшее число раз?
а) Европа
б) Азия
в) Америка
г) Австралия
- В каком виде спорта проявили себя Михаил Ботвинник, Бобби Фишер, Анатолий Карпов, Владимир Крамник, Сергей Карякин и Магнус Карлсен?
а) биатлон
б) лёгкая атлетика
в) шахматы
г) плавание
- На какие виды двигательных способностей воздействуют прыжковые упражнения?
а) на скоростно-силовые способности
б) на выносливость
в) на гибкость
г) на способность сохранять равновесие
- Как называют нарушение правил в баскетболе?
а) забег
б) пробежка
в) перебежка
г) забегание
- В каких физических упражнениях самая продолжительная фаза полета?
а) ходьба
б) бег
в) прыжки
г) лазания
- Какой режим нагрузки соответствует частоте сердечных сокращений от 140 до 160 ударов в минуту?
а) оздоровительный
б) поддерживающий
в) развивающий
г) тренирующий
- В каком виде спорта нет ворот?
а) флорбол
б) хоккей
в) кёрлинг
г) водное поло

- Какой из способов подачи в волейболе является самым распространённым?
а) нижняя прямая подача
б) нижняя боковая подача
в) верхняя прямая подача
г) верхняя боковая подача
 - Сколько игроков находится во время игры на футбольном поле?
а) 11
б) 20
в) 22
г) 25
 - Что из перечисленного НЕ является нарушением осанки?
а) кифоз
б) сколиотическая осанка
в) гиперлордоз
г) «круглая спина»
 - Какое из контрольных упражнений НЕ входит в нормы ГТО?
а) толкание ядра
б) рывок гири
в) метание гранаты
г) метание мяча
 - В каком виде спорта одной из дисциплин является плавание?
а) биатлон
б) триатлон
в) дуатлон
г) скиатлон
 - Выберите фразы, отражающие сущность занятия лёгкой атлетикой.
а) для занятий легкой атлетикой обязательно требуется инвентарь
б) во время выполнения легкоатлетических упражнений требуется страховка
в) легкая атлетика используется как средство общей физической подготовки
г) легкая атлетика является сезонным видом спорта
- II. Задания, в которых необходимо завершить высказывание или ответить на вопрос
- На Пелопонесском полуострове в селении Олимпия, у подножия реки Алфей берут своё начало...?
 - Как называются олимпийские игры для людей с ограниченными возможностями?
 - Русская народная игра, суть которой сводится к «выбиванию» метанием биты фигур, составленных различным образом из пяти деревянных цилиндров (чурок), называется...
 - Как называется показатель, отражающий функциональные возможности системы дыхания, который определяется с помощью спирометра?
 - Система психологических приемов и формул самовнушения, направленных на регуляцию психических состояний, расслабление мышц, восстановление работоспособности, называется...

III. Задания на установление соответствия между понятиями

21. Установите соответствие между продуктами питания и веществами, преимущественно получаемыми организмом при их потреблении.

| Вещества | Продукты питания |
|-------------|---------------------------|
| 1) белки | А) кисломолочные продукты |
| 2) жиры | Б) хлебобулочные изделия |
| 3) углеводы | В) рыба, мясо |
| 4) кальций | Г) семена подсолнечника |

22. Установите соответствие между спортсменами и атрибутами их вида спорта.

| Спортсмен | Атрибут |
|--------------------|------------|
| 1) Елена Исинбаева | А) ракетка |
| 2) Евгений Малкин | Б) мяч |
| 3) Андрей Аршавин | В) болид |
| 4) Даниил Квят | Г) шест |
| 5) Мария Шарапова | Д) клюшка |

23. Установите соответствие между видами спорта и аббревиатурами международных федераций.

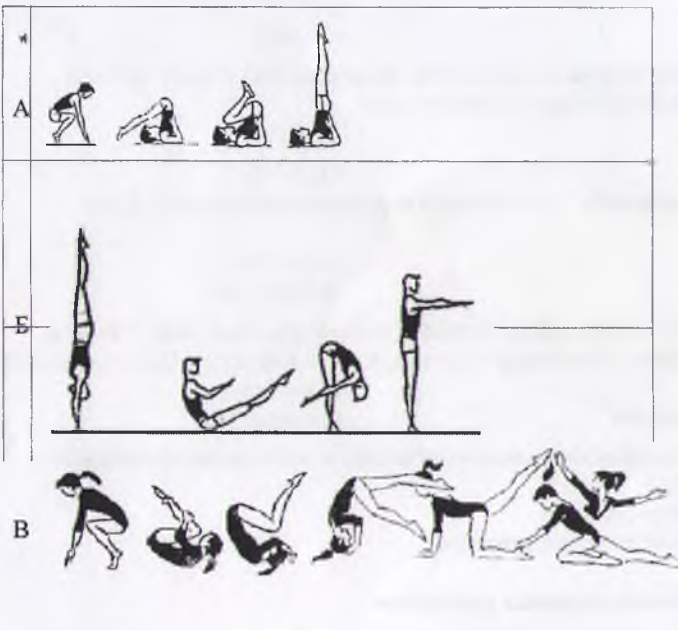
| Федерация | Вид спорта |
|-----------|--------------------|
| 1) ФИБА | А) плавание |
| 2) ФИФА | Б) баскетбол |
| 3) ФИНА | В) лёгкая атлетика |
| 4) ИААФ | Г) гимнастика |
| 5) ФИЖ | Д) футбол |

IV. Задание на установление правильной последовательности действий.

24. Установите правильную последовательность при описании физического упражнения.
а) исходное положение б) конечное положение в) действие

V. Задание – описание гимнастических упражнений

25. Дайте правильную формулировку гимнастическим упражнениям.



110199

458

9-11 кл

Бланк ответа

I. Задания с выбором одного правильного ответа.

| № вопроса | Варианты ответов | | | |
|-----------|------------------|-----|-----|-----|
| | «а» | «б» | «в» | «г» |
| 1 | | ✓ | | |
| 2 | | | ✓ | |
| 3 | ✓ | | | |
| 4 | | | ✓ | |
| 5 | ✓ | | | |
| 6 | | ✓ | | |
| 7 | | | ✓ | |
| 8 | | | ✓ | |
| 9 | | | ✓ | |
| 10 | | | ✓ | |

| № вопроса | Варианты ответов | | | |
|-----------|------------------|-----|-----|-----|
| | «а» | «б» | «в» | «г» |
| 11 | | | ✓ | |
| 12 | | ✓ | | |
| 13 | ✓ | | | |
| 14 | | ✓ | | |
| 15 | | | ✓ | |

II. Задания, в которых необходимо завершить высказывание или ответить на вопрос.

| № вопроса | Ответ |
|-----------|----------------------|
| 16 | Олимпийские игры |
| 17 | Параолимпийские игры |
| 18 | Юноши |
| 19 | ЖФЛ |
| 20 | Академическая гребля |

III. Задания на соотнесение понятий и определений.

| | | | | | | | |
|-----|--------|---|---|---|---|---|---|
| 21. | Ответ: | 1 | 2 | 3 | 4 | | |
| | | В | Г | Б | А | 4 | |
| 22. | Ответ: | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| | | Г | Д | Б | В | А | 5 |
| 23. | Ответ: | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| | | Б | Д | А | В | Г | 5 |

IV. Задание на установление правильной последовательности действий.

| | | | | | |
|-----|--------|---|---|---|---|
| 24. | Ответ: | 1 | 2 | 3 | |
| | | А | В | Б | 3 |

V. Задание – описание гимнастических упражнений.

25. Гимнастические упражнения.

| | |
|---|---|
| А | из упора шире шире вперед в упор на коленях |
| Б | из упора на руках шире вперед отжимание в упор на руки вперед |
| В | из упора шире шире назад в упор на лопатках |

Оценка (слагаемые и сумма) 45

Подписи членов жюри _____

I. Задания с выбором одного правильного ответа

1. Какая аббревиатура соответствует названию национального олимпийского комитета в нашей стране?
а) РОК
б) ОКР
в) НОК
г) МОК
2. В каком году мировое сообщество отмечало 100-летний юбилей олимпийского движения современности?
а) в 1980 г.
б) в 1988 г.
в) в 1994 г.
г) в 2000 г.
3. На каком континенте Олимпийские игры проводились наибольшее число раз?
а) Европа
б) Азия
в) Америка
г) Австралия
4. В каком виде спорта проявили себя Михаил Ботвинник, Бобби Фишер, Анатолий Карпов, Владимир Крамник, Сергей Карякин и Магнус Карлсен?
а) биатлон
б) лёгкая атлетика
в) шахматы
г) плавание
5. На какие виды двигательных способностей воздействуют прыжковые упражнения?
а) на скоростно-силовые способности
б) на выносливость
в) на гибкость
г) на способность сохранять равновесие
6. Как называют нарушение правил в баскетболе?
а) забег
б) пробежка
в) перебежка
г) забегание
7. В каких физических упражнениях самая продолжительная фаза полета?
а) ходьба
б) бег
в) прыжки
г) лазания
8. Какой режим нагрузки соответствует частоте сердечных сокращений от 140 до 160 ударов в минуту?
а) оздоровительный
б) поддерживающий
в) развивающий
г) тренирующий
9. В каком виде спорта нет ворот?
а) флорбол
б) хоккей
в) кёрлинг
г) водное поло

10. Какой из способов подачи в волейболе является самым распространённым?
а) нижняя прямая подача
б) нижняя боковая подача
в) верхняя прямая подача
г) верхняя боковая подача
 11. Сколько игроков находится во время игры на футбольном поле?
а) 11
б) 20
в) 22
г) 25
 12. Что из перечисленного НЕ является нарушением осанки?
а) кифоз
б) сколиотическая осанка
в) гиперлордоз
г) «круглая спина»
 13. Какое из контрольных упражнений НЕ входит в нормы ГТО?
а) толкание ядра
б) рывок гири
в) метание гранаты
г) метание мяча
 14. В каком виде спорта одной из дисциплин является плавание?
а) биатлон
б) триатлон
в) дуатлон
г) скиатлон
 15. Выберите фразы, отражающие сущность занятия лёгкой атлетикой.
а) для занятий легкой атлетикой обязательно требуется инвентарь
б) во время выполнения легкоатлетических упражнений требуется страховка
в) легкая атлетика используется как средство общей физической подготовки
г) легкая атлетика является сезонным видом спорта
- II. Задания, в которых необходимо завершить высказывание или ответить на вопрос
16. На Пелопонесском полуострове в селении Олимпия, у подножия реки Алфей берут своё начало...?
 17. Как называются олимпийские игры для людей с ограниченными возможностями?
 18. Русская народная игра, суть которой сводится к «выбиванию» метанием биты фигур, составленных различным образом из пяти деревянных цилиндров (чурок), называется...
 19. Как называется показатель, отражающий функциональные возможности системы дыхания, который определяется с помощью спирометра?
 20. Система психологических приемов и формул самовнушения, направленных на регуляцию психических состояний, расслабление мышц, восстановление работоспособности, называется...

III. Задания на установление соответствия между понятиями

21. Установите соответствие между продуктами питания и веществами, преимущественно получаемыми организмом при их потреблении.

| Вещества | Продукты питания |
|-------------|---------------------------|
| 1) белки | А) кисломолочные продукты |
| 2) жиры | Б) хлебобулочные изделия |
| 3) углеводы | В) рыба, мясо |
| 4) кальций | Г) семена подсолнечника |

22. Установите соответствие между спортсменами и атрибутами их вида спорта.

| Спортсмен | Атрибут |
|--------------------|------------|
| 1) Елена Исинбаева | А) ракетка |
| 2) Евгений Малкин | Б) мяч |
| 3) Андрей Аршавин | В) болид |
| 4) Даниил Квят | Г) шест |
| 5) Мария Шарапова | Д) клюшка |

23. Установите соответствие между видами спорта и аббревиатурами международных федераций.

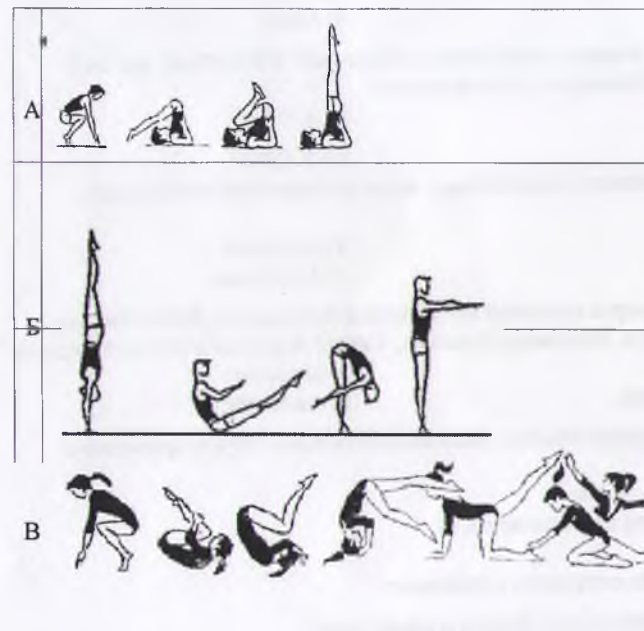
| Федерация | Вид спорта |
|-----------|--------------------|
| 1) ФИБА | А) плавание |
| 2) ФИФА | Б) баскетбол |
| 3) ФИНА | В) лёгкая атлетика |
| 4) ИААФ | Г) гимнастика |
| 5) ФИЖ | Д) футбол |

IV. Задание на установление правильной последовательности действий.

24. Установите правильную последовательность при описании физического упражнения.
а) исходное положение б) конечное положение в) действие

V. Задание – описание гимнастических упражнений

25. Дайте правильную формулировку гимнастическим упражнениям.



110200

445

9-11 кл

Бланк ответа

I. Задания с выбором одного правильного ответа.

| № вопроса | Варианты ответов | | | |
|-----------|------------------|-----|-----|-----|
| | «а» | «б» | «в» | «г» |
| 1 | | ✓ | | |
| 2 | | | ✓ | |
| 3 | ✓ | | | |
| 4 | | | ✓ | |
| 5 | | ✓ | | |
| 6 | | ✓ | | |
| 7 | | | ✓ | |
| 8 | | | ✓ | |
| 9 | | | ✓ | |
| 10 | | | ✓ | |

| № вопроса | Варианты ответов | | | |
|-----------|------------------|-----|-----|-----|
| | «а» | «б» | «в» | «г» |
| 11 | | | ✓ | |
| 12 | | ✓ | | |
| 13 | ✓ | | | |
| 14 | | ✓ | | |
| 15 | | | ✓ | |

II. Задания, в которых необходимо завершить высказывание или ответить на вопрос.

| № вопроса | Ответ |
|-----------|----------------------|
| 16 | Политическая система |
| 17 | Терроризм |
| 18 | Терроризм |
| 19 | КСЕП |
| 20 | Мультикультурализм |

III. Задания на соотнесение понятий и определений.

21. Ответ:

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| Б | Г | В | А |

 4

22. Ответ:

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Г | Д | Б | В | А |

 5

23. Ответ:

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Б | Д | А | В | Г |

 5

IV. Задание на установление правильной последовательности действий.

24. Ответ:

| | | |
|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 |
| А | В | Б |

 3

V. Задание – описание гимнастических упражнений.

25. Гимнастические упражнения.

| | |
|---|--|
| А | из упора широким хватом висом висом |
| Б | из упора на руках широким хватом висом висом |
| В | из упора широким хватом висом висом |

Оценка (слагаемые и сумма) 44

Подписи членов жюри

I. Задания с выбором одного правильного ответа

1. Какая аббревиатура соответствует названию национального олимпийского комитета в нашей стране?
а) РОК
б) ОКР
в) НОК
г) МОК
2. В каком году мировое сообщество отметало 100-летний юбилей олимпийского движения современности?
а) в 1980 г.
б) в 1988 г.
в) в 1994 г.
г) в 2000 г.
3. На каком континенте Олимпийские игры проводились наибольшее число раз?
а) Европа
б) Азия
в) Америка
г) Австралия
4. В каком виде спорта проявили себя Михаил Ботвинник, Бобби Фишер, Анатолий Карпов, Владимир Крамник, Сергей Карякин и Магнус Карлсен?
а) биатлон
б) лёгкая атлетика
в) шахматы
г) плавание
5. На какие виды двигательных способностей воздействуют прыжковые упражнения?
а) на скоростно-силовые способности
б) на выносливость
в) на гибкость
г) на способность сохранять равновесие
6. Как называют нарушение правил в баскетболе?
а) забег
б) пробежка
в) перебежка
г) забегание
7. В каких физических упражнениях самая продолжительная фаза полета?
а) ходьба
б) бег
в) прыжки
г) лазания
8. Какой режим нагрузки соответствует частоте сердечных сокращений от 140 до 160 ударов в минуту?
а) оздоровительный
б) поддерживающий
в) развивающий
г) тренирующий
9. В каком виде спорта нет ворот?
а) флорбол
б) хоккей
в) кёрлинг
г) водное поло

10. Какой из способов подачи в волейболе является самым распространённым?
а) нижняя прямая подача
б) нижняя боковая подача
в) верхняя прямая подача
г) верхняя боковая подача
 11. Сколько игроков находится во время игры на футбольном поле?
а) 11
б) 20
в) 22
г) 25
 12. Что из перечисленного НЕ является нарушением осанки?
а) кифоз
б) сколиотическая осанка
в) гиперлордоз
г) «круглая спина»
 13. Какое из контрольных упражнений НЕ входит в нормы ГТО?
а) толкание ядра
б) рывок гири
в) метание гранаты
г) метание мяча
 14. В каком виде спорта одной из дисциплин является плавание?
а) биатлон
б) триатлон
в) дуатлон
г) скиатлон
 15. Выберите фразы, отражающие сущность занятия лёгкой атлетикой.
а) для занятий легкой атлетикой обязательно требуется инвентарь
б) во время выполнения легкоатлетических упражнений требуется страховка
в) легкая атлетика используется как средство общей физической подготовки
г) легкая атлетика является сезонным видом спорта
- II. Задания, в которых необходимо завершить высказывание или ответить на вопрос
16. На Пелопонесском полуострове в селении Олимпия, у подножия реки Алфей берут своё начало...?
 17. Как называются олимпийские игры для людей с ограниченными возможностями?
 18. Русская народная игра, суть которой сводится к «выбиванию» метанием биты фигур, составленных различным образом из пяти деревянных цилиндров (чурок), называется...
 19. Как называется показатель, отражающий функциональные возможности системы дыхания, который определяется с помощью спирометра?
 20. Система психологических приемов и формул самовнушения, направленных на регуляцию психических состояний, расслабление мышц, восстановление работоспособности, называется...

III. Задания на установление соответствия между понятиями

21. Установите соответствие между продуктами питания и веществами, преимущественно получаемыми организмом при их потреблении.

| Вещества | Продукты питания |
|-------------|---------------------------|
| 1) белки | А) кисломолочные продукты |
| 2) жиры | Б) хлебобулочные изделия |
| 3) углеводы | В) рыба, мясо |
| 4) кальций | Г) семена подсолнечника |

22. Установите соответствие между спортсменами и атрибутами их вида спорта.

| Спортсмен | Атрибут |
|--------------------|------------|
| 1) Елена Исинбаева | А) ракетка |
| 2) Евгений Малкин | Б) мяч |
| 3) Андрей Аршавин | В) болид |
| 4) Даниил Квят | Г) шест |
| 5) Мария Шарапова | Д) клюшка |

23. Установите соответствие между видами спорта и аббревиатурами международных федераций.

| Федерация | Вид спорта |
|-----------|--------------------|
| 1) ФИБА | А) плавание |
| 2) ФИФА | Б) баскетбол |
| 3) ФИНА | В) лёгкая атлетика |
| 4) ИААФ | Г) гимнастика |
| 5) ФИЖ | Д) футбол |

IV. Задание на установление правильной последовательности действий.

24. Установите правильную последовательность при описании физического упражнения.
а) исходное положение б) конечное положение в) действие

V. Задание – описание гимнастических упражнений

25. Дайте правильную формулировку гимнастическим упражнениям.

