

РАЗБОР ЗАДАНИЙ ШКОЛЬНОГО ЭТАПА ВСОШ ПО ФИЗКУЛЬТУРЕ



Крюкова,
11 "В"

ЗАДАНИЯ В ОТКРЫТОЙ ФОРМЕ

ВОПРОС 16

Национальная команда СССР
впервые выступила на
Олимпийских играх
в _____ году.



ПРАВИЛЬНЫЙ ОТВЕТ: 1952
XV Летние Олимпийские игры проходили в 1952 году в Хельсинки (Финляндия). Второе место по числу медалей получил Советский Союз, который впервые в истории принял участие в Олимпийских играх.

ВОПРОС 17

Впервые Олимпийские игры были проведены на территории Азии в _____ году.



ПРАВИЛЬНЫЙ ОТВЕТ: 1964
XVIII летние Олимпийские игры проводились в Токио, столице Японии, с 10 по 24 октября 1964 года. Это были первые Олимпийские игры, проводившиеся в Азии.

ВОПРОС 18

Данные частоты сердечных сокращений при выполнении физических упражнений являются показателем _____.



ПРАВИЛЬНЫЙ ОТВЕТ:

нагрузки или

интенсивности

нагрузки

**Во время сна ЧСС
гораздо ниже по
сравнению с
периодом тренировок
из-за интенсивности
нагрузки.**

ВОПРОС 19

Какое физическое качество
обеспечивает уровень
работоспособности?

_____.



ПРАВИЛЬНЫЙ ОТВЕТ:

выносливость

Под общей выносливостью понимается способность выполнять работу невысокой интенсивности в течение продолжительного времени за счет аэробных источников энергообеспечения.

ВОПРОС 20

Какие обязательные тестовые упражнения выполняются на пятой ступени ВФСК ГТО? _____.



ПРАВИЛЬНЫЙ ОТВЕТ: бег 100 м; подтягивание на перекладине или сгибание и разгибание рук в упоре лежа (отжимание); бег 2000 м (девочки), 3000 м (мальчики); наклон вперед из положения стоя.

ЗАДАНИЯ НА СООТНЕСЕНИЕ ПОНЯТИЙ

ВОПРОС 21

Спортивная дисциплина	Дистанция
1. бег	А) 50 км
2. плавание	Б) 2000 м
3. лыжные гонки	В) 100 км
4. академическая гребля	Г) 42,195 км
5. велоспорт (шоссе)	Д) 50 м

ПРАВИЛЬНЫЙ ОТВЕТ

Спортивная дисциплина	Дистанция
1. бег	Г) 42,195 км
2. плавание	Д) 50 м
3. лыжные гонки	А) 50 км
4. академическая гребля	Б) 2000 м
5. велоспорт (шоссе)	В) 100 км

ВОПРОС 22

Вид спорта	Время игры
1. баскетбол	А) 2 по 30 мин.
2. гандбол	Б) 2 по 45 мин.
3. футбол	В) 3 по 20 мин.
4. регби-7	Г) 4 по 10 мин.
5. хоккей	Д) 2 по 7 мин.

ПРАВИЛЬНЫЙ ОТВЕТ

Вид спорта	Время игры
1. баскетбол	Г) 4 по 10 мин.
2. гандбол	А) 2 по 30 мин.
3. футбол	Б) 2 по 45 мин.
4. регби-7	Д) 2 по 7 мин.
5. хоккей	В) 3 по 20 мин.

ВОПРОС 23

Физические качества	Двигательные действия
1. сила	А) бег 60 м
2. ловкость	Б) гимнастический мост
3. быстрота	В) отжимание
4. гибкость	Г) кросс
5. выносливость	Д) челночный бег 4 × 10 м

ПРАВИЛЬНЫЙ ОТВЕТ

Физические качества	Двигательные действия
1. сила	В) отжимание
2. ловкость	Д) челночный бег 4 × 10 м
3. быстрота	А) бег 60 м
4. гибкость	Б) гимнастический мост
5. выносливость	Г) кросс

ВОПРОС 24

Характер работы	Количество мышечных групп
1. глобальный характер работы	А) $2/3$ и более мышечных групп
2. локальный характер работы	Б) от $1/3$ до $2/3$ мышечных групп
3. региональный характер работы	В) до $1/3$ мышечных групп

ПРАВИЛЬНЫЙ ОТВЕТ

Характер работы	Количество мышечных групп
1. глобальный характер работы	А) 2/3 и более мышечных групп
2. локальный характер работы	В) до 1/3 мышечных групп
3. региональный характер работы	Б) от 1/3 до 2/3 мышечных групп

ВОПРОС 25

Год	Город
1. 1896	А) Москва
2. 1920	Б) Антверпен
3. 1980	В) Турин
4. 1998	Г) Афины
	Д) Нагано

ПРАВИЛЬНЫЙ ОТВЕТ

Год	Город
1. 1896	Г) Афины
2. 1920	Б) Антверпен
3. 1980	А) Москва
4. 1998	Д) Нагано