1. На каких континентах пока не проводились Олимпийские Игры?

Африка

1. Какой награды удостаивался победитель античных Олимпийских игр?

оливковая ветвь



3. факел олимпийского огня современных Игр зажигает­ся:

в Олимпии под эгидой МОК

(Международный олимпийский комитет)



4. В первых известных сейчас Олимпийских играх, состоявшихся в 776 г. до нашей эры, атлеты состязались в беге на дистанции, равной: одному стадию = 197,27 м

5. В каком городе состоялись первые Олимпийские игры современности? Афины

6. Что следует понимать под силой?

способность преодолевать сопротивление

**Сила** – способность человека **преодолевать** внешнее **сопротивление** или противодействовать ему за счёт мышечных **усилий**



7. Наиболее информативным, объективным и широко исполь­зуемым в практике физического воспитания и спорта показате­лем реакции организма на физическую нагрузку является: величина частоты сердечных сокращений (ЧСС)

8. Число движений в единицу времени характеризует

темп движений

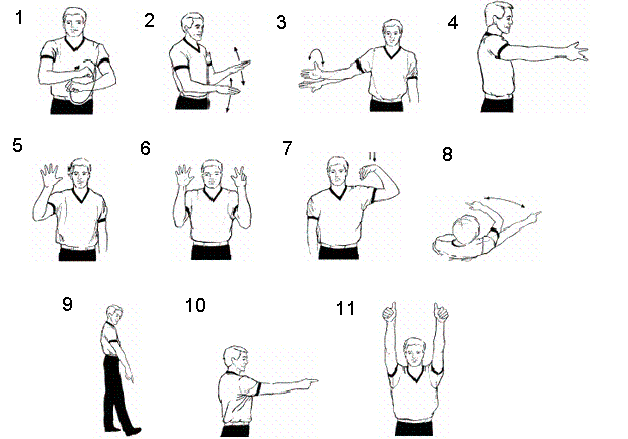
9. Каким способом тормозят при спуске с горы на лыжах?

плугом



10. В системе физического воспитания школьников физкульт­минутки и физкультпаузы проводятся ...

на общеобразовательных уроках при появлении первых признаков утомления у учащихся

11. Во время игры в баскетбол судья вращает руками перед собой. Этот жест означает: нарушение правил - пробежка с мячом

12. Выносливость человека не зависит от ...

быстроты двигательной реакции (время реагирования)

13. Лучшие условия для развития быстроты реакции создаются во время... подвижных и спортивных игр

14. Абсолютная сила — это... максимальная сила, проявляемая человеком в каком-либо движении, независимо от массы его тела

15. Укажите вид спорта, который обеспечивает наибольший эффект развития гибкости: гимнастика



16. При игре в футбол мяч, вышедший за пределы поля через боковую линию после касания его вратарем: вбрасывается руками



17. В баскетболе при попадании мячом в корзину соперника можно заработать: 2-3 очка



18. В лыжных гонках скорость выше при беге:

коньковым ходом

**Коньковый** **ход** - **самый** **быстрый** способ передвижения на лыжах.



19. При игре в волейбол вторая партия продолжается до …

25 очков

Партия (кроме решающей - 5-й) выигрывается командой, которая первой набирает 25 очков с преимуществом минимум в 2 очка. В случае равного счета 24-24, игра продолжается до достижения преимущества в 2 очка (26-24, 27-25, ...).



20. В каком виде спорта не принимают участие мужчины?

художественная гимнастика

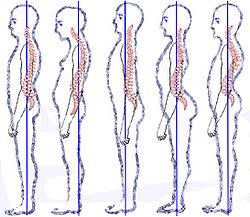
исключительно женский вид спорта



21. При спусках с горы на лыжах ноги лыжника должны быть … полусогнутые



22. Основной причиной нарушения осанки является ... слабость мышц



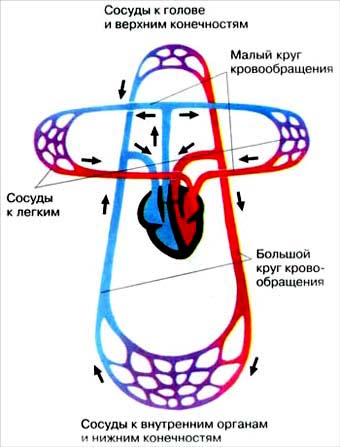
23. Первая помощь при ушибах о твердую поверхность:

Охлаждать



24. Кровь возвращается к сердцу: по венам

Сосуды, по которым кровь от сердца разносится к тканям и органам, называют *артериями,* а те, по которым кровь доставляется к сердцу, —*венами.*

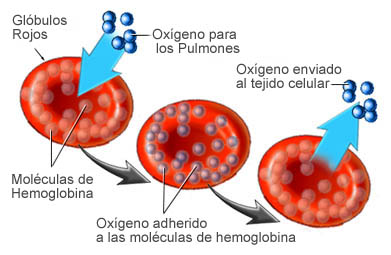
**

25. При каком кровотечении цвет крови алый яркий?

при артериальном



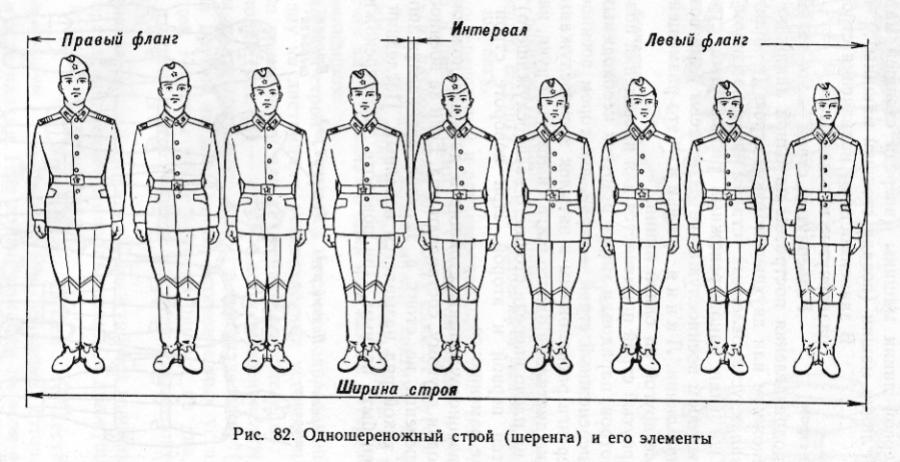
26. Кислород в крови переносит: гемоглобин



27. Основными источниками энергии для организма явля­ются: углеводы и жиры



28. Фланг это: правое и левое окончание строя



29. Физическим качеством не является: воля

К основным физическим качествам относятся: быстрота, сила, выносливость, ловкость, гибкость.

30. К подвижным играм относится: лапта

Для подвижных игр характерны самостоятельные, творческие двигательные действия (с предметами или без них), выполняемые в рамках правил.

