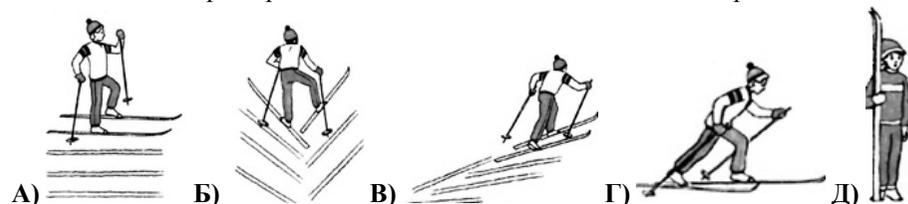


25. Название лыжных ходов (попеременные, одновременные) дают по работе...

- А) ног. Б) рук. В) туловища. Г) произвольно. Д) головы.

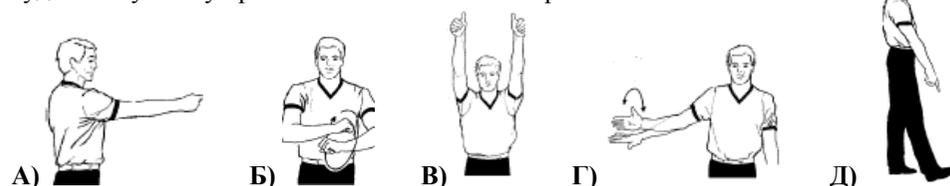
26. Пять товарищей на лыжной прогулке повстречали на своем пути крутой подъем. Они выбрали разные способы подъема. Какой из них правильный?



27. Низкий старт применяется в...

- А) беге на короткие дистанции. Б) прыжках с парашютом.
В) преодолении небольших препятствий. Г) прыжках с места.
Д) плавании.

28. Выберите вариант графического изображения, соответствующий судейскому жесту при ошибке в баскетболе «пробежка».

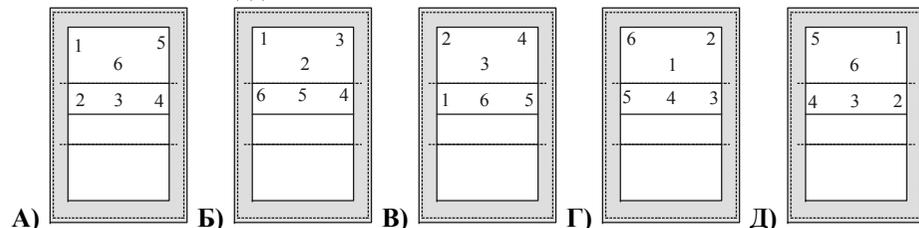


29. Этот судейский жест в баскетболе обозначает...

- А) пробежку. Б) двойное ведение.
В) тайм аут. Г) остановку времени.
Д) замену игрока.



30. Определите, на каком из рисунков дана правильная расстановка игроков на волейбольной площадке.



Конкурс организован и проводится Общественным объединением «Белорусская ассоциация «Конкурс» совместно с Академией последилового образования при поддержке Министерства образования Республики Беларусь.

220013, г. Минск, ул. Дорошевича, 3
тел. (017) 292 80 31, 292 01 53

e-mail: info@bakonkurs.by http://www.bakonkurs.by/

ОО «БА «Конкурс». Заказ 59. Тираж 55000. Минск. 2012 г.

Игра-конкурс по физической культуре и спорту «ОЛИМПИОНОК-2012» (пробный)

Вторник, 15 мая 2012 г.

- продолжительность работы над заданием – 1 час 15 минут;
- пользоваться учебниками, конспектами, справочной литературой и электронными средствами запрещается;
- на старте каждый участник получает 30 баллов;
- каждый правильный ответ оценивается тремя, четырьмя или пятью баллами; количество баллов, которые набирает участник, отвечая на вопрос правильно, определяется сложностью вопроса; сложность вопроса определяется по количеству участников, правильно ответивших на него; 10 наиболее лёгких вопросов оцениваются по 3 балла, 10 наиболее трудных вопросов – по 5 баллов, остальные 10 вопросов – по 4 балла;
- неправильный ответ оценивается четвертью баллов, предусмотренных за данный вопрос, и засчитывается со знаком «минус»;
- за вопрос, оставшийся без ответа, баллы не прибавляются и не вычитаются;
- на каждый вопрос имеется только один правильный ответ;
- максимальное количество баллов, которые может получить участник конкурса, – 150;
- объём и содержание задания не предполагают его полного выполнения; в задании допускаются вопросы, не входящие в программу обучения;
- самостоятельная и честная работа над заданием – главное требование организаторов к участникам конкурса;
- после окончания конкурса листок с заданием остается у участника;
- результаты участников размещаются на сайте <http://www.bakonkurs.by/>.

Задание для учащихся 3–7 классов

1. Появление первых Олимпийских игр древности относят к...

- А) IX–VIII в. до н.э. Б) VII–VI в. до н.э. В) V–IV в. до н.э.
Г) III–II в. до н.э. Д) к I в. до н.э.

2. Второе название Древней Греции – родины Олимпийских игр древности – это...

- А) Фивы. Б) Спарта. В) Эллада. Г) Афины. Д) Олимпия.

3. Единица длины **стадия** в греческой Олимпии равнялась 192,27 м. От этого слова пошло название...

- А) беговой дорожки. Б) сектора. В) стадиона.
Г) арены. Д) трибуны.

4. Кто из героев греческой мифологии является создателем стадиона?

- А) Дионис. Б) Зевс. В) Геракл. Г) Гермес. Д) Пелопс.

5. Чемпионы Олимпийских игр древности получали за победу...

- А) золотой кубок. Б) золотую медаль. В) лавровый венок.
Г) золотой венок. Д) ленту победителя.

6. Какова длина марафонской дистанции?

- А) 42 км 195 м. Б) 43 км 100 м. В) 45 км. Г) 48 км 75 м. Д) 21 км 100 м.

7. Как назывались непосредственные участники древних Олимпийских игр?

- А) Атлеты. Б) Спортсмены. В) Герои. Г) Олимпионики. Д) Чемпионы.

8. Кто допускался к участию в Олимпийских играх древности?

- А) Воины. Б) Рабы. В) Свободные граждане. Г) Варвары. Д) Женщины.

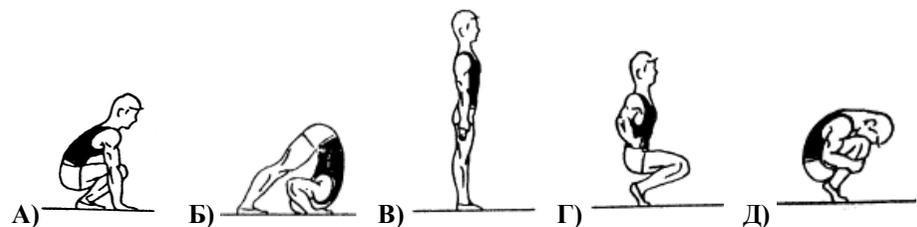
9. Пять олимпийских колец символизируют...

- А) пять принципов олимпийского движения.
 Б) основные цвета флагов стран-участниц Игр Олимпиады.
 В) союз континентов и встречу спортсменов на Олимпийских играх.
 Г) повсеместное становление спорта на службу гармоничному развитию человека.
 Д) пропаганду здорового образа жизни.

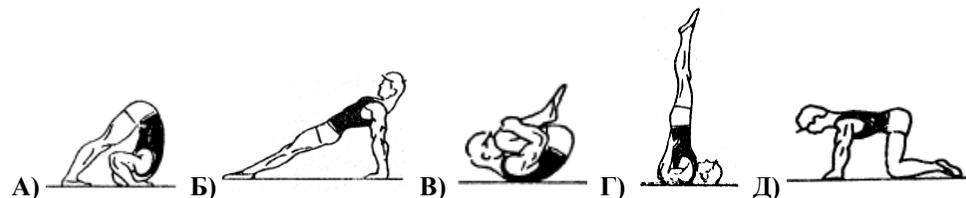
10. Строевые упражнения – это...

- А) балансирование на узкой опоре. Б) лазанье по гимнастической стенке.
 В) упражнения на акробатической дорожке.
 Г) совместные действия в строю. Д) варианты прыжковых заданий.

11. Упор присев – это...



12. Стойка на лопатках – это...



13. Каким принципом следует руководствоваться при составлении комплекса утренней гимнастики?

- А) От простого к сложному. Б) От сложного к простому.
 В) Сложные упражнения чередовать с простыми.
 Г) Начинать с простых упражнений, переходя к более трудным и сложным, к концу занятия – снова вернуться к простым.
 Д) Выполнять только сложные упражнения.

14. Отличительной особенностью развития силы является...

- А) выполнение упражнений, связанных с напряжением мышц.
 Б) выполнение упражнений в короткий промежуток времени.
 В) сознательное напряжение и расслабление мышц.
 Г) выполнение упражнений с максимальной амплитудой.
 Д) выполнение упражнений до наступления утомления.

15. Какой вид спорта обеспечивает наибольший эффект в развитии силы?

- А) Самбо. Б) Бокс. В) Гимнастика. Г) Тяжелая атлетика. Д) Плавание.

16. Для определения уровня развития гибкости используют тест...

- А) подтягивание. Б) наклон вперед из положения сидя.
 В) прыжок в длину с места. Г) челночный бег. Д) бег на длинную дистанцию.

17. Осанкой называется...

- А) эластичность и подвижность опорно-двигательного аппарата.
 Б) пружинистые характеристики позвоночника и стоп.
 В) привычная поза человека в вертикальном положении.
 Г) привычная поза человека в горизонтальном положении.
 Д) положение туловища в движении.

18. Для чего в древности люди прикрепляли к лыжам шкуры убитых животных?

- А) Чтобы лыжи не намокали. Б) Для лучшего скольжения.
 В) Чтобы не проваливались в снег. Г) Чтобы ноги не мерзли.
 Д) Заметали следы.

19. Девиз Олимпийских игр:

- А) «Быстрее, выше, сильнее». Б) «Прочнее, надежнее, тверже».
 В) «Ярче, блестяще, красивее». Г) «Грациозно, восхитительно, блистательно».
 Д) «Стремительно, легко, непринужденно».

20. В беге на какой дистанции в 2004 году на Олимпийских играх в Афинах белорусская спортсменка Юлия Нестеренко выиграла золотую медаль?

- А) 1500 м. Б) 100 м. В) 500 м. Г) 2000 м. Д) 200 м с барьерами.

21. Сергей Новиков бронзовый призер Олимпийских игр по...

- А) плаванию. Б) стрельбе из лука. В) биатлону.
 Г) лыжным гонкам. Д) прыжкам на лыжах с трамплина.

22. Показателем реакции организма на нагрузку является величина...

- А) ЖЕЛ. Б) ЧСС. В) АД. Г) динамика веса и роста. Д) ЭКГ.

23. «Королева спорта» – это...

- А) гимнастика. Б) легкая атлетика. В) плавание.
 Г) тяжелая атлетика. Д) гребля.

24. Дописав недостающие буквы в слова по горизонтали, вы прочитаете...

- А) вид спорта. Б) упражнение.
 В) фамилию выдающегося спортсмена-лыжника.
 Г) фамилию известного белорусского гимнаста.
 Д) спортивное снаряжение.

				Л		Д	Е	Р	
	К	Л	Я	Т		А			
				Р		П	И	Р	А
П	А	Р	А	Ф	И				
		Е	Л	О	Ч		А		
		П	Л	Е	Ч				
		Д	Е	Р	Е		О		