**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ**

**ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ**

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ**

**«АНТРАЦИТОВСКИЙ КОЛЛЕДЖ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ И ЭКОНОМИКИ»**

**ЗАДАНИЕ**

для проведения олимпиады по дисциплине

Физическая культура

Антрацит

2021

**1. Двигательное умение – это:**

1. уровень владения знаниями о движениях
2. уровень владения двигательным действием
3. уровень владения тактической подготовкой
4. уровень владения системой движений

**2. Временное снижение работоспособности принято называть:**

1. усталостью
2. напряжением
3. утомлением
4. передозировкой

**3. Какие из перечисленных ниже физических упражнений относятся к циклическим?**

1. метания
2. прыжки
3. кувырки
4. бег

**4. Какое физическое качество развивается при длительном беге в медленном темпе?**

1. сила
2. выносливость
3. быстрота
4. ловкость

**5. Укажите вид спорта, который обеспечивает наибольший эффект в развитии гибкости:**

1. тяжелая атлетика
2. гимнастика
3. современное пятиборье
4. легкая атлетика

**6. Лучшие условия для развития ловкости создаются во время…**

1. подвижных и спортивных игр
2. прыжков в высоту
3. бега с максимальной скоростью
4. занятий легкой атлетикой

**7. Назовите основные физические качества.**

1. координация, выносливость, гибкость, сила, быстрота
2. ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость
3. общая выносливость, силовая выносливость, быстрота, сила, ловкость
4. общая выносливость, силовая выносливость, гибкость, быстрота, ловкость

**8. Древнейшей формой организации физической культуры были:**

1. бега
2. единоборство
3. соревнования на колесницах
4. игры

**9. Положение занимающегося на снаряде, при котором его плечи находятся ниже точек хвата, в гимнастике обозначается как:**

1. хват
2. упор
3. группировка
4. вис

**10. Положение занимающегося, при котором согнутые в коленях ноги поднятые руками к груди и кисти захватывают колени, в гимнастике обозначается как:**

1. хват
2. захват
3. перекат
4. группировка

**11. Прыжок со снаряда в гимнастике обозначается как…**

1. вылет
2. спад
3. соскок
4. спрыгивание

**12. В волейболе игрок, находящийся в 1-ой зоне, при «переходе» перемещается в зону…**

1. 2
2. 3
3. 5
4. 6

**13. Игра в баскетболе начинается….**

1. со времени, указанного в расписании игр
2. с начала разминки
3. с приветствия команд
4. спорным броском в центральном круге

**14. Какова ширина футбольных ворот?**

1. 7м 30см
2. 7м 32см
3. 7м 35см
4. 7м 38см

**15. С какого расстояния пробивается «пенальти» в футболе?**

1. 9 м
2. 10 м
3. 11 м
4. 12 м