

# ВИКТОРИНА

## «ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ ВЧЕРА И СЕГОДНЯ»



Выполнила  
учитель физической культуры  
Фисенко И.В.

## Вопрос 1.

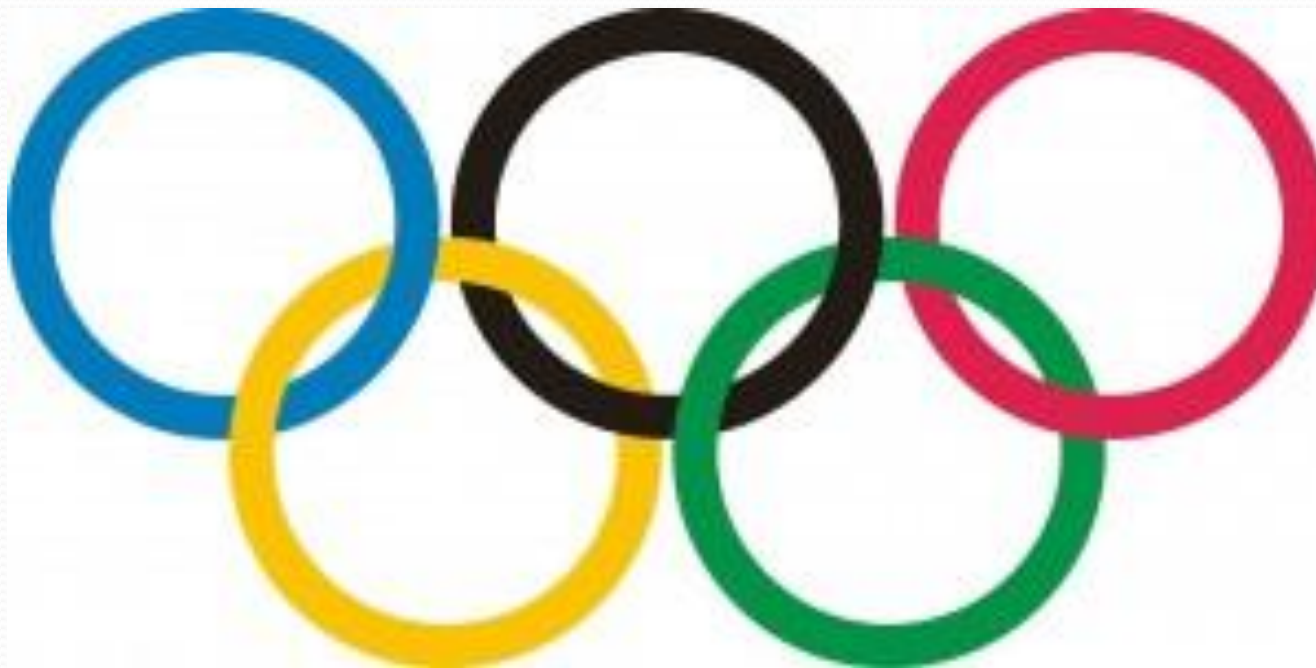
**Олимпийский символ представляет собой пять переплетенных колец, расположенных слева направо в следующем порядке...**



- А.** Вверху – синее, черное, красное, внизу желтое и зеленое.
- Б.** Вверху – зеленое, черное, красное; внизу – синее и желтое.
- В.** Вверху – красное, синее, черное; внизу – желтое и зеленое.
- Г.** Вверху – черное, синее, красное; внизу – желтое и зеленое.

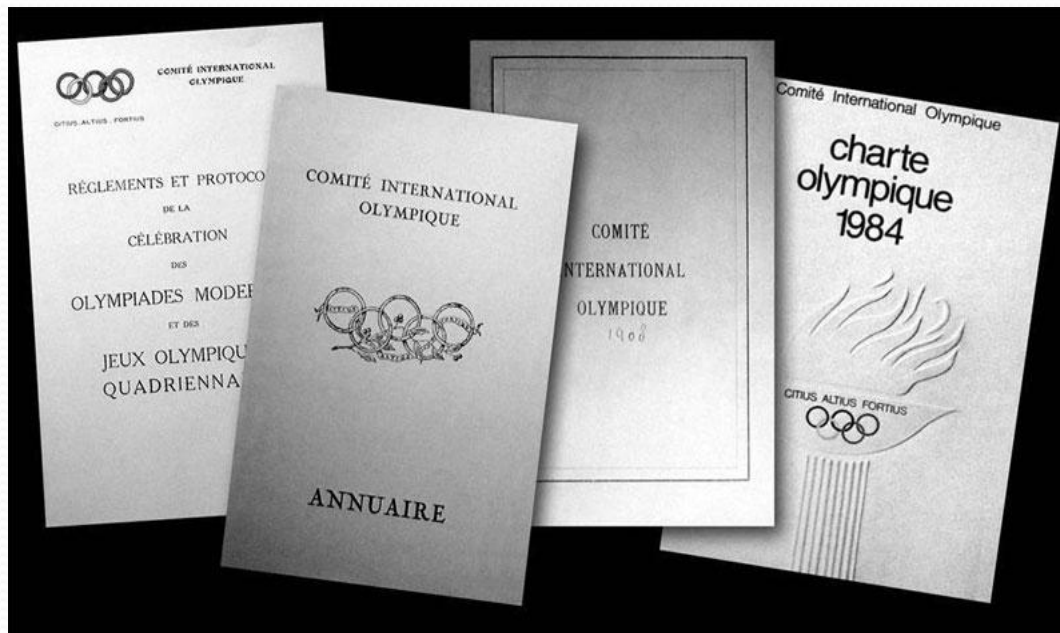
## Ответ 1.

Пять переплетенных колец, которые изображены на флаге олимпиады, известны, как олимпийские кольца. Эти кольца окрашены в **синий**, **желтый**, **черный**, **зеленый** и **красный** цвет, и переплетены друг с другом, в принципе являются символом Олимпийских игр. Вверху – синее, черное, красное, внизу желтое и зеленое.



## Вопрос 2.

### Олимпийская хартия – это...



- А. Название оды спорту, написанной Пьером де Кубертенем.*
- Б. Свод законов, по которым живёт Олимпийское движение.*
- В. Правила соревнований, входящих в программу Олимпийских Игр.*
- Г. Положение о проведении Олимпийских Игр.*

## Ответ 2.

*Олимпийская хартия это свод законов, по которым живёт Олимпийское движение. Основы разработаны Пьером де Кубертенем, утверждены Международным спортивным конгрессом в 1894 в Париже.*

### **Вопрос 3.**

**В соответствии с Олимпийской хартией на Олимпийских играх страну представляет...**



- А.** Правительство страны.
- Б.** Министерство спорта.
- В.** Национальный олимпийский комитет.
- Г.** Дипломаты страны.

## **Ответ 3.**

**Тремя главными составляющими олимпийского движения являются:**

**Международный олимпийский комитет (МОК), международные спортивные федерации (МФ) и национальные олимпийские комитеты (НОК).**

**Страну представляет национальный олимпийский комитет.**

## **Вопрос 4.**

**Инициатором возрождения Олимпийских игр современности стал...**



- А. Римский император Феодосий I.***
- Б. Философ – мыслитель Аристотель.***
- В. Пьер де Фредди, барон де Кубертен.***
- Г. Александр 1***



## Ответ 4.

Инициатором возрождения Олимпийских игр современности стал **Пьер де Фредди, барон де Кубертен**. Кубертен разработал проект возрождения Олимпийских игр и выступил 25 ноября 1892 года в Сорбонне, всемирно известном Парижском университете, с докладом **«Возрождение олимпизма»**.

## **Вопрос 5.**

**Первым олимпийским чемпионом России стал ...**



- А. Фигурист Николай Панин-Коломенский.***
- Б. Гимнастка Ольга Корбут.***
- В. Борец Николай Орлов.***
- Г. Борец Олег Петров***

## Ответ 5.

*Первым русским олимпийским чемпионом стал **фигурист Панин-Коломенкин** первым в мире ввел спортивные разряды, ну а такое его достижение, как модель конька, продолжает жить и по сей день.*

## Вопрос 6.

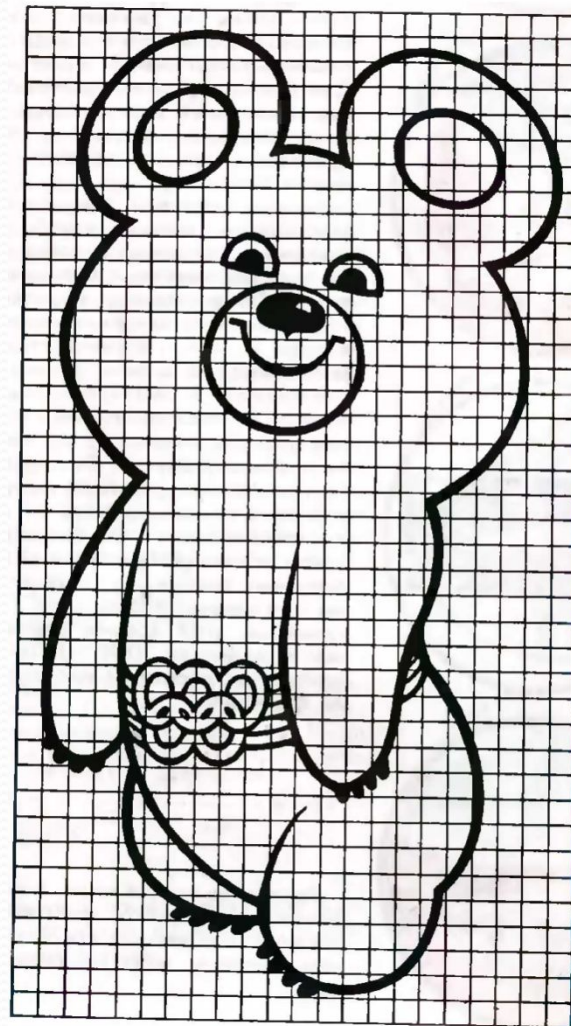
**Талисманом XXII Летних Олимпийских игр являлся ...**



- А. Медведь.**
- Б. Лиса.**
- В. Заяц.**
- Г. Волк**

## Ответ 6.

Официальным талисманом Олимпиады-80 в Москве был **Олимпийский Мишка**.



## **Вопрос 7.**

**Волейбол как спортивная игра появился в конце XIX века в ...**



- А. США**
- Б. Германии**
- В. Канаде**
- Г. Россия**

## Ответ 7.

Официальной датой рождения этой игры считается **1895 год**, а изобрел ее **Вильям Морган** – руководитель физического воспитания в Союзе молодых христиан (УМСА) в городе Холиок – **штат Массачусетс США**. Он предложил перебрасывать мяч через теннисную сетку, натянутую на высоте около 2м. Название новой игре дал доктор Альфред Холстед – преподаватель Спрингфильдского колледжа: «волейбол» – летающий мяч. В 1896 г. волейбол был впервые продемонстрирован перед публикой. А через год в США были опубликованы первые правила игры, которые имели всего 10 параграфов.

## Вопрос 8.

**В легкой атлетике снаряд, метание которого выполняется после «скачка» называется...**



- А. Диск**
- Б. Ядро**
- В. Копье**
- Г. Молот**



## Ответ 8.

*Техника толкания ядра четко не регламентирована. Разные атлеты используют тот вариант техники, который им наиболее подходит. Начинающие спортсмены чаще всего используют самый «древний» стиль. Изначально **ядро** толкали без поворота, прыгая на одной ноге вперёд способом «скачок».*

## Вопрос 9.

**Осанкой называется ...**



- А.** Силуэт человека
- Б.** Привычная поза человека в вертикальном положении
- В.** Качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие
- Г.** Правильная поза человека в сидячем положении

## Ответ 9.

**Осанка** — привычная поза человека в вертикальном положении. «Привычное положение тела» — это то положение тела, которое регулируется бессознательно, на уровне безусловных рефлексов, так называемым двигательным стереотипом. Человек имеет только одну, присущую только ему привычную осанку. Осанка обычно ассоциируется с выправкой, привычной позой, манерой держать себя.

## Вопрос 10.

**Каковы стандартные размеры баскетбольной площадки ...**



- А.** 28x15
- Б.** 26x14
- В.** 30x15
- Г.** 40x20

## Ответ 10.

Баскетбольная площадка — это игровая площадка для игры в баскетбол, которая представляет собой прямоугольную плоскую твердую поверхность без каких-либо препятствий. Для официальных соревнований ФИБА размеры игровой площадки должны быть 28 метров в длину и 15 метров в ширину от внутреннего края ограничивающих линий.

## Вопрос 11.

**Под гибкостью как физическим качеством понимается**



- А.** Эластичность мышц и связок
- Б.** Комплекс морфо-функциональных свойств опорно-двигательного аппарата человека, определяющий глубину наклона
- В.** Способность выполнять движения с большой амплитудой за счет мышечных напряжений
- Г.** Гибкость опорно-двигательного аппарата.

## **Ответ 11.**

**Гибкость** — это способность выполнять движения с большой амплитудой за счёт мышечных напряжений. Термин «гибкость» более приемлем, если имеют в виду суммарную подвижность в суставах всего тела.

## **Вопрос 12.**

*Родина олимпийских игр?*



- А. Египет*
- Б. Рим*
- В. Греция*
- Г. Китай*



## **Ответ 12.**

*Родиной Олимпийских игр является **Древняя Греция**, а именно почитаемое греками святилище **Олимпия**...*

## **Вопрос 13.**

*Часть игры в футбол*



**А.Период**

**Б.Тайм**

**В.Раунд**

**Г. Сет**

## Ответ 13.

Отдельная футбольная игра называется матч, который в свою очередь состоит из двух **таймов** по 45 минут.



## **Вопрос 14.**

*Сигнал к началу боксерского поединка?*



- А. Гонг***
- Б. Сигнал***
- В. Звонок***
- Г. Колокол***

## **Ответ 14.**

*Сигналом к началу и окончанию раунда в боксерском поединке служит **удар гонга** или **колокола**.*

## **Вопрос 15.**

*Континент, который на олимпийской символике обозначен кольцом зеленого цвета?*



- А. Америка***
- Б. Европа***
- В. Австралия***
- Г. Азия***

## Ответ 15.

Распространена версия, что кольца символизируют пять частей света, страны которых участвуют в олимпийском движении: Европа — синий, Америка — красный, Азия — жёлтый, Африка — чёрный, Австралия — зелёный. Шесть цветов (вместе с белым фоном полотна) скомбинированы так, что представляют собой национальные цвета всех без исключения стран мира.

## **Вопрос 16.**

*Площадка для бокса?*



***А. Татами***

***Б. Поле***

***В. Корт***

***Г. Ринг***



**Ответ 16.**

***Ринг*** — площадка для бокса или других боевых искусств.

## **Вопрос 17.**

**Скелетон является разновидностью...**



- А. Санного спорта.***
- Б. Конькобежного спорта.***
- В. Горнолыжного спорта***
- Г. Лыжного спорта***

## **Ответ 17.**

**Скелетон** (англ. *Skeleton*, букв. — скелет, каркас) — зимний олимпийский вид спорта, представляющий собой **спуск по ледяному жёлобу на двухполозьевых санях на укрепленной...**

## **Вопрос 18.**

***Александр Карелин – олимпийский чемпион в...***



- А. Гимнастике.***
- Б. Борьбе***
- В. Плаванье.***
- Г. Дзюдо***

## **Ответ 18.**

*Карелин Александр Александрович – выдающийся российский спортсмен, трёхкратный чемпион Олимпийских игр по греко-римской борьбе, заслуженный мастер спорта СССР.*

## **Вопрос 19.**

**Джоггинг – это обозначение ...**



- А. бег трусцой.***
- Б. вида «боевой» аэробики.***
- В. союз молодёжи спортивного клуба.***
- Г. спортивная ходьба***

**Бег трусцой** (джоггинг, англ. jogging — «шаркающий» бег) — бег со скоростью 7-9 километров в час. Характерные особенности техники: «шлёпанье» расслабленной стопой и иногда жёсткий удар пяткой об опору в результате «натывания»...

## **Вопрос 20.**

**При длительной нагрузке высокой интенсивности рекомендуется дышать ...**



- А. через рот и нос попеременно.***
- Б. только через рот.***
- В. через рот и нос одновременно.***
- Г. только через нос.***



## **Ответ 20.**

*При длительной нагрузке высокой интенсивности рекомендуется дышать **через рот и нос одновременно.***

## Вопрос 21.

**Первый Олимпийские игры Древности состоялись в...**



- А. 906 г. до нашей эры.**
- Б. 1201 г. до нашей эры.**
- В. 776 г. до нашей эры.**
- Г. 1089 г. до нашей эры**

## Ответ 21.

*С богами связаны все древнегреческие праздники и спортивные игры. Знаменитые Олимпийские игры, которые Древняя Греция подарила миру, были в эпоху античности не единственными. Истоки первых олимпиад теряются в древности, но в **776 г, до н. э.** они состоялись.*

## **Вопрос 22.**

**Александр Попов олимпийский чемпион в каком виде спорта –**



- А. Гимнастике.***
- Б. Борьбе.***
- В. Плавание.***
- Г. Биатлоне***

## Ответ 22.

**Алекса́ндр Влади́мирович Попóв** (16 ноября 1971, Свердловск-45, ныне г. Лесной, Свердловская область, РСФСР, СССР) — выдающийся советский и российский пловец, четырёхкратный олимпийский чемпион, шестикратный чемпион мира... **Александр Попов олимпийский чемпион по плаванию.**

## Вопрос 23.

**Исторически сложившаяся деятельность человека, базирующаяся на соревнованиях, выявляющая победителей и определяющая спортивные достижения, называется -**



- А. Спорт**
- Б. Физическая культура**
- В. Физическое воспитание**
- Г. Спортивные состязания**

## Ответ 23.

*Исторически сложившаяся деятельность человека, базирующаяся на соревнованиях, выявляющая победителей и определяющая спортивные достижения, называется - **спорт**.*

## **Вопрос 24.**

**Структура урока физической культуры состоит из ...**



- А. Вводной, разминочной, восстановительной части.***
- Б. Подготовительной, основной, заключительной части.***
- В. Организационной, самостоятельной, низкоинтенсивной части.***
- Г. Подготовительной, соревновательной, результативной части***



## Ответ 24.

*Школьный урок физической культуры строится в соответствии с общими положениями. Как и всякое иное рационально организованное занятие, он состоит из 3 частей:*  
**подготовительной, основной и заключительной.**

## **Вопрос 25.**

**Основным средством физического воспитания является ...**



- А. Физические упражнения.**
- Б. Закаливание.**
- В. Соблюдение режима дня.**
- Г. Тренировка**

## Ответ 25.

Основным средством физического воспитания являются физические упражнения, с помощью которых формируются жизненно важные умения и навыки, воспитываются физические качества, развиваются физические способности.

## **Вопрос 26.**

**Физкультминутки и физкультпаузы используются в режиме дня для ...**



- А. Снятие стресса**
- Б. Подготовки к урокам физической культуры**
- В. Поддержание работоспособности**
- Г. Для перехода к новому виду деятельности**

## Ответ 26.

*Физкультминутки и физкультпаузы используют в режиме дня для **поддержания работоспособности** человека. К таким комплексам физических упражнений обращаются при ощущении первых признаков утомления.*

## Вопрос 27.

**Основные факторы риска в образе жизни людей – это ...**



- А.** *Малая двигательная активность (гипокинезия), психологические стрессы.*
- Б.** *Нарушение в питании, переедание.*
- В.** *Всё перечисленное.*
- Г.** *Алкоголизм, наркомания, курение.*

## Ответ 27.

*В качестве основных видов выделяют социальную, трудовую и физическую активность. Для здорового образа жизни недостаточно сосредоточивать усилия лишь на преодолении факторов риска возникновения различных заболеваний, поэтому основными факторами риска является все перечисление пункты.*

## **Вопрос 28.**

**Совокупность гигиенических правил, выполнение которых способствует сохранению и укреплению здоровья человека определяют ...**



- А. Общественную гигиену.**
- Б. Личную гигиену.**
- В. Специальную гигиену.**
- Г. Школьная гигиену.**



## **Ответ 28.**

***Личная гигиена определяется совокупностью гигиенических правил, выполнение которых способствует сохранению и укреплению здоровья и включает общие гигиенические правила для любого возраста.***

## **Вопрос 29.**

**Система использований физических факторов внешней среды для повышения сопротивляемости организма к простудным и инфекционным заболеваниям принято называть ...**



- А. Здоровым образом жизни.**
- Б. Закаливанием.**
- В. Атлетической гимнастикой.**
- Г. Солнечные ванны**

**Закаливание** – это научно-обоснованная система использования физических факторов внешней среды для повышения сопротивляемости организма к простудным и инфекционным заболеваниям.

## Вопрос 30.

**Физическим упражнением называют ...**



- А.** Двигательное действие, используемое для формирования техники движений
- Б.** Двигательное действие, используемое для развития физических качеств и укрепления здоровья
- В.** Двигательные действия, выполняемые на уроках физической культуры и в самостоятельных занятиях
- Г.** Двигательные действия, выполняемые в самостоятельных занятиях

## **Ответ 30.**

**Физическим упражнением называют - двигательное действие, используемое для развития физических качеств и укрепления здоровья.**

## Вопрос 31.

**В каком году и где состоялись первые Зимние Олимпийские Игры?**



- А. В 1924 году в Шамони.**
- Б. В 1928 году в Берне.**
- В. В 1908 году в Лондоне.**
- Г. В 1948 году Санкт-Мориц**

## Ответ 31.

*I зимние Олимпийские игры проводились с 25 января по 5 февраля **1924 года в Шамони (Франция).***

## Вопрос 32.

**Женщины начали принимать участие в ...**



- А. Играх I Олимпиады ( 1896 г. Афины, Греция).***
- Б. Играх II Олимпиады ( 1900 г. Париж, Франция).***
- В. Играх III ( 1904 г. Сент – Луис, США).***
- Г. Играх IV Олимпиады ( 1908 г. Лондон, Великобритания).***



## Ответ 32.

*Олимпийский дебют женщин состоялся в Париже на Играх **II Олимпиады 1900 года**. Шесть спортсменок разыграли первенство в соревнованиях по теннису и восемь - по гольфу.*

## **Вопрос 33.**

**Международная олимпийская академия находится в ...**



- А. Афинах.**
- Б. Цюрихе.**
- В. Олимпии.**
- Г. Париже.**

## **Ответ 33.**

*Международная олимпийская академия (МОА) создана в 1961 году. Работает под покровительством МОК, финансируется НОК Греции и находится в **Олимпии**.*

## Вопрос 34.

**Первая летняя Спартакиада народов СССР проводилась в ...**



510: Мария В.  
Спартакиада народов СССР — смотр сил и мастерства! 1955

- А.** 1948  
году.
- Б.** 1952  
году.
- В.** 1956  
году.
- Г.** 1960 году.

## **Ответ 34.**

*Глобальный масштаб эти состязания приняли в **1956 году**, когда прошла первая Спартакиада народов СССР. Спартакиада народов СССР проводилась, как правило, в год, предшествующий Олимпийским играм.*

## Вопрос 35.

**Для нормальной деятельности центральной нервной системы, регуляции обмена углеводного и аминокислот, необходим ...**



- А.** витамин А.
- Б.** витамин В 1.
- В.** витамин С.
- Г.** витамин D.

## **Ответ 35.**

**Витамин В1 (тиамин).** *Функции: Входит в состав ферментов, регулирует углеводный обмен, обмен аминокислот, обеспечивает нормальную деятельность ЦНС и периферической нервной системы.*

## Вопрос 36.

**Быстрая утомляемость и сонливость, головные боли и головокружения в значительной мере обусловлены недостатком витаминов, особенно ...**



- А. витамина А.**
- Б. витамин В 1.**
- В. витамин С.**
- Г. витамин D.**



## Ответ 36.

*Быстрая утомляемость и сонливость, головные боли и головокружения в значительной мере обусловлены недостатком витаминов, особенно С .*

## Вопрос 37.

**Вид деятельности, являющийся предметом соперничества и исторически оформившийся как способ выявления и сравнения человеческих возможностей принято называть ...**



- А. гимнастикой.**
- Б. терренкуром.**
- В. соревнованием.**
- Г. видом спорта.**

## Ответ 37.

*Вид деятельности, являющийся предметом соперничества и, исторически оформившийся как способ выявления и сравнения человеческих возможностей принято называть **видом спорта**.*

## Вопрос 38.

**Изометрические (статистические) упражнения преимущественно применяются при совершенствовании**



- А. собственно-силовых способностей.**
- Б. скоростных способностей.**
- В. скоростно-силовых способностей.**
- Г. общей выносливости.**

## Ответ 38.

Упражнения с преодолением веса собственного тела, применяют в тренировках людей различного возраста, пола, подготовленности и во всех формах занятий. Изометрические (статистические) упражнения преимущественно применяются при совершенствовании **собственно-силовых способностей.**

## Вопрос 39.

**Термин «Олимпиада» означает ...**



- А.** соревнования на Олимпийских играх.
- Б.** собрание спортсменов в одном городе.
- В.** високосный год.
- Г.** четырёхлетний период между Олимпийскими играми.

## **Ответ 39.**

*Термин «Олимпиада» означает **период в четыре года подряд**, который начинается открытием одних олимпийских игр и заканчивается открытием игр следующей олимпиады.*

## **Вопрос 40.**

***В каком году состоялись первые летние юношеские олимпийские игры:***



- А. 2010 году***
- Б. 2008 году***
- В. 2000 году***
- Г. 1998 году***



## **Ответ 40.**

*Летние юношеские Олимпийские игры 2010 — первые летние Олимпийские игры среди спортсменов-юниоров в возрасте от 14 до 18 лет, которые состоялись в Сингапуре с 14 по 26 августа 2010 года.*

# Благодарю за участие!

