При составлении тестов использовались официальные правила по видам спорта, материалы муниципального и регионального этапов Олимпиады по физической культуре, справочная литература по Олимпийскому движению.

Все учащиеся выполняют тест одновременно. На выполнение всех заданий отводится 40 минут.

**Инструкция по заполнению тестовых заданий.**

Вопросов в одном варианте 36, нужно выбрать один правильный ответ из предложенных вариантов.

Вопросы разбиваются на 3 варианта с одинаковым количеством вопросов по разделам.

I-II раздел по 1 баллу за правильный ответ.

III раздел по 2 баллу за правильный ответ.

**I. История Олимпийских игр, Олимпийское движение.**

1. В каком году и в каком городе состоялись XXII летние Олимпийские игры?

*а) 1976 г., Монреаль*

***б) 1980 г., Москва***

*в) 1984 г., Лос-Анджелес*

2. Какую награду получал победитель на Олимпийских играх в Древней Греции?

***а) венок из ветвей оливкового дерева***

*б) звание почётного гражданина*

*в) медаль, кубок и денежное вознаграждение*

3. В каком городе Летние Олимпийские игры прошли зимой?

*а) Мельбурн*

***б) Афины***

*в) Хельсинки*

*г) Ванкувер*

4. Какой год был объявлен Организацией Объединённых Наций (ООН) Международным годом спорта и олимпийского идеала?

*а) 1990 год*

*б)* ***1994 год***

*в) 1998 год*

*г) 2000*

5. Почему античные Олимпийские игры называли праздником мира?

*а) в них принимали участие атлеты со всего мира*

***б) в период проведения игр прекращались войны***

*в) игры отличались миролюбивым проведением соревнований*

6*.* Из каких соревнований состоят Олимпийские игры?

*а) соревнования между странами*

*б) соревнования по летним и зимним видам спорта*

*в) и****гры Олимпиады и зимние Олимпийские игры***

*г) открытие, награждение участников и закрытия*

7. Кто из знаменитых учёных Древней Греции побеждал на Олимпийских играх в соревнованиях кулачных бойцов?

*а) Платон (философ)*

***б) Пифагор (математик)***

*в) Архимед (механик)*

8. С 1994 года Зимние Олимпийские игры проводятся …

*а) в зависимости от решения МОК*

*б) как дополнительные к летним Олимпийским играм*

*в) для рейтинговой оценки квалификации спортсменов*

***г) со сдвигом в два года от летних Олимпийских игр***

9. Кто является инициатором возрождения Олимпийских игр современности?

*а) Римский император Феодосий I*

***б) Пьер де Кубертен***

*в) Хуан Антонио Самаранч*

10. Первый российский Олимпийский чемпион по фигурному катанию?

***а) Николай Панин-Коломенкин***

*б) Дмитрий Саутин*

*в) Ирина Роднина*

11. По какой причине не проводились XII и XIII летние Олимпийские игры современности?

*а) Куликовская битва*

*б) Февральская демократическая революция*

*в)* ***Вторая мировая война***

*г) Перестройка в СССР*

12. Право проведения Олимпийских игр предоставляется ….

***а) городу***

*б) региону*

*в) стране*

13. В каком году впервые Олимпийские игры проводились в нашей стране?

*а) в 2000 г. XXVII летние Олимпийские игры*

*б) в нашей стране Олимпийские игры еще не проводились*

***в) в 1980 г. XXII летние Олимпийские игры***

*г) в 2014 г. XXII зимние Олимпийские игры*

14. В каком году были первые известные Олимпийские игры в истории?

*а) 755 г. до н.э.*

***б) 776 г. до н.э.***

*в) 657 г. до н.э.*

*г) 586 г. до н.э.*

15. В каком году был создан Международный олимпийский комитет (МОК)

*а) 1894 г.*

*б) 1892 г.*

*в) 1896 г.*

*г) 1898 г.*

16. Что изображено на эмблеме Международного олимпийского комитета:

*а) голубь*

***б) пять колец***

*в) факел с лентой*

*г) мяч*

17. Что символизирует эмблеме Международного олимпийского комитета:

*а) пять основных языков на земле*

*б) пять первых Олимпийских видов спорта*

*в) объединение пяти человеческих рас*

***г) объединение пяти континентов***

18. Талисманом на ХХII летних Олимпийских играх стал

*а) лиса*

***б) медведь***

*в) заяц*

*г) барс*

19. В каком виде спорта Александр Карелин стал Олимпийским чемпионом?

*а) гимнастика*

***б) борьба***

*в) плавание*

*г) лыжные гонки*

20. В каком виде спорта Александр Попов стал Олимпийским чемпионом?

*а) гимнастика*

*б) борьба*

***в) плавание***

*г) лыжные гонки*

21. В каком виде спорта, уроженец Ишима Борис Шахлин завоевал олимпийское золото (Мельбурн, 1956г.)

***а) спортивная гимнастика***

*б) борьба*

*в) конный спорт*

*г) городки*

22. В каком году биатлонистка Луиза Носкова стала Олимпийской чемпионкой?

*а) Альбервиль – 1992*

***б) Лиллихаммер – 1994***

*в) Нагано – 1998*

*г) Турин – 2006*

23. В каком виде спорта уроженец Тобольска Чахкиев Рахим Русланович стал Олимпийским чемпионом в Пекине (2008)?

*а) дзюдо*

*б) борьба*

***в) бокс***

*г) настольный теннис*

24. В каком стиле плавания Юлия Ефимова стала трехкратным призером на Олимпийских играх в Лондоне (2012) и Рио-де-Жанейро (2016)

*а) кроль*

***б) брасс***

*в) баттерфляй*

*г) кроль на спине*

25. В каком году сборная команда СССР (России) стала Олимпийским чемпионом по футболу?

*а) 1980 – Москва*

***б) 1956 – Мельбурн***

*в) 1972 – Мюнхен*

*г) 1960 – Рим*

26. Кто среди Российских спортсменов завоевал большее количество медалей на XXIII Зимних Олимпийских играх

*а) Спицов Денис*

***б) Большунов Александр***

*в) Загитова Алина*

*г) Трегубов Никита*

27.Каких птиц традиционно выпускают на открытии Олимпийских игр?

*а) Коршунов*

*б) Куропаток*

***в) Голубей***

*г) Попугаев*

28. На открытии Олимпийских игр команды выстраиваются в алфавитном порядке — по первым буквам названий стран, которые они представляют. Но впереди всегда шествует команда одной и той же страны. Какой?

*а) США*

***б) Греции***

*в) Великобритании*

*г) Швейцарии*

29. На каком из перечисленных материков ни разу не проводились Олимпийские игры современности?

*а) в Азии*

*б) в Австралии*

*в) в Америке*

***г) в Африке***

30. Что из перечисленного входило в программу первых Олимпийских игр современности?

*а) городки*

***б) перетягивание каната***

*в) домино*

*г) прятки*

31. В каком виде спорта великий ученый Пифагор стал олимпийским чемпионом?

*а) бег*

*б) шахматы*

***в) борьба***

*г) плавание*

32. Сколько метров в самой короткой легкоатлетической дистанции современных Олимпийских игр?

***а) 100 метров***

*б) 60 метров*

*в) 400 метров*

33. Мировой рекорд в беге на 100 м., установленный Усэйном Болтом в 2009 году составляет:

*а) 10.58 сек*

***б) 9.58 сек***

*в) 8.67 сек*

*г) 9.78 сек*

34. Олимпийские игры, прошедшие в 1980 г. в Москве были первыми в социалистической стране. В играх участвовали спортсмены из 80 стран-всего 5283 спортсмена. Самым возрастным участником стал 70-летний болгарский яхтсмен Красимир Крыстев. Сколько лет было самому молодому участнику Московской Олимпиады?

***а) 13***

*б) 14*

*в) 15*

*г) 16*

35. Через сколько лет проводятся чемпионаты мира по футболу?

***а) 4 года***

*б) 2 года*

*в) 8 лет*

36. В каком году и в каком городе взяла своё начало традиция зажигать Олимпийский огонь на стадионе?

*а) 1900 году в Париже*

*б) 1912 году в Стокгольме*

*в) 1928 году в Амстердаме*

*г)* ***1936 году в Берлине***

37. Какое из этих единоборств является Олимпийским видом спорта?

*а) самбо*

***б) дзюдо***

*в) рукопашный бой*

*г) айкидо*

38. Особое значение в современных Олимпийских играх играет церемония открытия. С каждой олимпиадой эта церемония становится все грандиознее, торжественнее, используются современные технологии. Страна – организатор старается удивить, поразить масштабностью и торжественностью мероприятия. В церемонии участвуют самые известные люди страны. Многие детали держатся в строжайшем секрете. Чему должна соответствовать церемония открытия олимпийских игр?

*а) традициям*

*б) законам*

*в) правилам*

***г) хартии***

39. Когда состоялась церемония открытия XXII зимних Олимпийских игр?

*а) 28 января 2014 г.*

*б) 20 марта 2016 г.*

*в) 18 января 2014 г.*

*г)* ***07 февраля 2014 г.***

**II. Вопросы по оказанию первой медицинской помощи**

1. Первая помощь при ушибах заключается в том, что поврежденное место следует:

***а) охладить***

*б) положить на возвышение*

*в) наложить теплый компресс*

2. При вынужденном длительном наложении жгута, для остановки кровотечения необходимо:

***а) периодически ослаблять, и затем переносить выше прежнего места наложения***

*б) периодически ослаблять, и затем переносить ниже прежнего места наложения*

*в) периодически ослаблять, и затем накладывать на прежнее место*

3. Наибольшая эффективность оказания помощи при выведении пострадавшего из обморока?

*а) поднять ноги пострадавшего выше уровня тела*

***б) поднести ватку, смоченную нашатырным спиртом (при отсутствии нашатыря - при нажатии на точку в центре носогубного треугольника)***

*в) укутывании пострадавшего в одеяло*

4. Действия по оказанию первой помощи при обморожении?

*а) растереть обмороженную конечность с помощью спиртосодержащих растворов*

*б) растереть обмороженную конечность снегом*

***в) укутать пострадавшую конечность одеялом, одеждой (сухое тепло) и дать теплое питье***

5. Действия по оказанию первой помощи при термических ожогах:

*а) смазать маслом, кремом, промыть водой*

*б) снять обгоревшую одежду, вскрыть пузыри, наложить повязку*

*в) освободить от одежды обожжённую часть тела (за исключением присохших фрагментов), пузыри не вскрывать, ничем не смазывать, покрыть чистым сухим материалом (наложить стерильную повязку)*

***г) освободить от одежды обожжённую часть тела, охладить место ожога проточной прохладной водой, закрыть влажной повязкой***

6. Действия по оказанию первой помощи пострадавшему при попадании инородного тела в дыхательные пути?

*а) положить пострадавшего на бок и вызвать интенсивную рвоту*

***б) нагнуть туловище пострадавшего вперед, нанести несколько интенсивных ударов ладонью между лопаток, при отсутствии эффекта - обхватить пострадавшего сзади, надавить 4-5 раз на верхнюю часть живота***

*в) нанести пострадавшему, стоящему прямо, несколько интенсивных ударов ладонью между лопаток*

7. К ушибленному месту необходимо приложить:

*а) грелку*

***б) холод***

*в) спиртовой компресс*

8. Как правильно наложить кровоостанавливающий жгут?

*а) наложение жгута на одежду ниже места кровотечения (с указанием времени наложения в записке)*

***б) наложение жгута на одежду выше места кровотечения (с указанием времени наложения в записке)***

*в) наложение жгута под одежду выше места кровотечения*

9. Время наложения кровоостанавливающего жгута:

***а) летом - не более, чем на 1 час, зимой - не более, чем на 30 минут***

*б) летом - не более, чем на 2 часа, зимой - не более, чем на 1,5 часа*

*в) не более, чем на 1 час, независимо от окружающей температуры*

10. Оказание первой помощи при солнечном-тепловом ударе:

***а) поместить в тень, обеспечить обильное питьё, протирать прохладной водой его тело***

*б) положить на бок, освободить от одежды, протирать тёплой водой*

*в) принять горизонтальное положение, укутать теплым одеялом, напоить чаем*

11. Действия по оказанию первой помощи при химических ожогах:

***а) обильно промыть струей воды***

*б) промыть водой, просушить*

*в) протереть тампоном, смоченным спиртосодержащей жидкостью*

12. Действия по оказанию первой помощи при пищевом отравлении:

*а) вызвать рвоту нажатием на корень языка*

***б) дать выпить 5-6 стаканов теплой воды или слабого раствора пищевой соды, вызвать рвоту, повторить несколько раз***

*в) дать выпить два-три стакана крепкого чая*

**III. Вопросы по видам спорта**

1. При групповом старте на короткие дистанции следует бежать

*а) в произвольном порядке*

*б) друг за другом*

***в) по своей дорожке***

2. Какая страна стала первой, организовавшей ассоциацию студенческого спорта?

*а) Швеция*

*б) Италия*

***в) США***

*г) Австралия*

3. Свободный защитник в волейболе называется?

*а) связующий*

***б) либеро***

*в) доигровщик*

*г) капитан*

4. Для состязаний по шорт-треку используется обычная хоккейная площадка, длина которой 111м. Конькобежцы бегут дистанцию против часовой стрелки. Повороты очень крутые, поэтому правила разрешают бегунам касаться льда рукой, чтобы не упасть. Сколько метров составляет самая короткая дистанция в шорт-треке?

*а) 3000*

*б) 1500*

*в) 100*

***г) 500***

5. Бег на короткие дистанции называется?

***а) спринт***

*б) марафон*

*в) кросс*

*г) полумарафон*

6. Способ плавания в переводе, означающий «Бабочка» называется?

*а) кроль*

*б) брас*

***в) баттерфляй***

*г) на спине*

7. Выход запасного игрока на площадку вместо игрока основного состава в игровых видах, это…

*а) таймаут*

***б) замена***

*в) прессинг*

*г) разминка*

8.Бег по пересечённой местности, это…

*а) спринт*

*б) марафон*

***в) кросс***

*г) полумарафон*

9. В России фигурным катанием стали заниматься примерно с 1865 года, когда в Юсуповском саду на Садовой улице был открыт общественный каток. Здесь состоялись первые соревнования фигуристов в России. В каком году это было?

***а) 1878***

*б) 1887*

*в) 1888*

*г) 1877*

10. Размеры баскетбольной площадки для официальных соревнований:

*а) 30х15*

***б) 28х15***

*в) 28х14*

*г) 30х14*

11. В музее города Стерлинг хранится камень для игры в керлинг, на котором выбита дата 1511 год. На самом деле, снаряды для керлинга, конечно, никакие не утюги. Их делают из особого гранита, который добывают в Шотландии. Вес камня почти 20 кг, диаметр 30 см. В каком веке керлинг появился в России?

*а) ХХ*

***б) ХIХ***

*в) XVIII*

*г) XVII*

12. Назовите игровое время матча в баскетболе?

*а) 4 периода по 8 минут*

*б) 2 периода по 20 минут*

***в) 4 периода по 10 минут***

*г) 4 периода по 12 минут*

13. Назовите продолжительность дополнительного периода в баскетболе?

*а) 15 минут*

*б) 10 минут*

***в) 5 минут***

*г) до первого забитого мяча*

14. Кому из соперников записывается в баскетболе 2 очка, если мяч случайно заброшен с игры в корзину своей команды?

*а) никому*

***б) капитану***

*в) тренеру*

*г) любому игроку на усмотрение тренера*

15. Игрок, выполняющий вбрасывание в баскетболе, не должен…

*а) затрачивать более 3 секунд до момента выпуска мяча из рук*

*б) затрачивать более 8 секунд до момента выпуска мяча из рук*

*в) затрачивать более 10 секунд до момента выпуска мяча из рук*

***г) затрачивать более 5 секунд до момента выпуска мяча из рук***

16. Кто имеет право попросить замену в баскетболе?

*а) тренер*

***б) запасной игрок***

*в) помощник тренера*

*г) замена осуществляется без предупреждения судьи*

17. Игрок, который совершил 5 фолов в баскетболе, должен?

***а) быть проинформирован судьей и немедленно покинуть игру***

*б) продолжать игру до последнего фола*

*в) пропустить одну четверть*

*г) ничего не должен делать*

18. Назовите стандартный размеры волейбольной игровой площадки?

*а) 20х10*

***б) 18х9***

*в) 15х8*

*г) 18х8*

19. Высота сетки в волейболе для мужчин?

*а) 2,40 м.*

*б) 2,45 м.*

***в) 2,43 м.***

*г) 2,41 м.*

20. Высота сетки в волейболе для женщин?

***а) 2,24 м.***

*б) 2,25 м.*

*в) 2,20 м.*

*г) 2,21 м.*

21. На международных соревнованиях по легкой атлетике спринтеры стартуют с низкого старта. А на каких дистанциях спортсмены стартуют с высокого старта?

*а) 400 м.*

***б) 1500 м.***

*в) 200 м.*

*г) 800 м.*

22. Назовите высоту возвышения антенны над сеткой в волейболе?

*а) 50 см.*

*б) 60 см.*

*в) 70 см.*

***г) 80 см.***

23. Сколько тайм-аутов максимум в волейболе может взять команда в партии?

***а) 2***

*б) 1*

*в) 3*

*г) ни одного*

24. Сколько замен максимум в волейболе может сделать команда в партии?

*а) 2*

***б) 6***

*в) 4*

*г) хоть сколько*

25. Назовите минимальные размеры футбольного поля?

***а) 90х45***

*б) 100х50*

*в) 110х70*

*г) 120х90*

26. Назовите размеры футбольных ворот?

*а) 7,40м х 2,55м*

*б) 7,50м х 2,50м*

*в) 7,20м х 2,20м*

***г) 7,32м х 2,44м***

27. Назовите длину окружности футбольного мяча?

*а) не более 65 см и не менее 63 см*

*б) не более 72 см и не менее 70 см*

***в) не более 70 см и не менее 68 см***

*г) не более 68 см и не менее 66 см*

28. В баскетболе существует много правил, связанных с ограничением времени: правило 3 секунд; 5 секунд; 8 секунд и т. д. Что означает правило 24 секунд?

*а) 24 секунды отводится команде, чтобы перейти из зоны защиты в зону нападения*

*б) 24 секунды длится тайм-аут*

*в) 24 секунды отводится команде на доведение атакующих до броска по кольцу*

*г) 24 секунды отводится игроку на выполнение штрафных бросков*

29. Футбольный матч не может быть начат или продолжен, если в любой из команд?

***а) менее 7 игроков***

*б) менее 6 игроков*

*в) менее 9 игроков*

*г) менее 11 игроков*

30. Сколько основных таймов в футбольном матче?

*а) 1*

*б) 4*

***в) 2***

*г) 3*

31. Перерыв между основными таймами в футболе не должен превышать?

*а) 10 минут*

***б) 15 минут***

*в) 20 минут*

*г) 5 минут*

32. Назовите нарушение которое не подходит к игре в футбол?

*а) «вне игры»*

*б) «игра рукой в мяч»*

***в) «пробежка»***

*г) «опасная игра»*

33. Сколько полей темного и светлого цвета на шахматной доске?

*а) 54*

*б) 62*

***в) 64***

*г) 68*

34. Сколько фигур находиться на шахматной доске у 2-х игроков в начале игры?

*а) 16*

***б) 32***

*в) 36*

*г) 24*

35. Регламентом соревнований в спортивных играх определяются не только правила игры, оборудование и инвентарь, но и спортивная форма игроков. В какой спортивной игре соперники отличают друг друга только по цвету шапочек?

*а) гольф*

*б) поло*

*в) крикет*

***г) водное поло***

36. Верхняя поверхность теннисного стола, называется?

*а) «игровая поле»*

***б) «игровая поверхность»***

*в) «игровая зона»*

*г) «игровая площадка*

37. Назовите высоту сетки в настольном теннисе от игровой поверхности до верхнего края?

***а) 15,25 см***

*б) 15,50 см*

*в) 15,00 см*

*г) 16,00 см*

38. Назовите диаметр мяча для игры в настольный теннис

***а) 40 мм***

*б) 30 мм*

*в) 35 мм*

*г) 45 мм*

39. Назовите расстояние от передней планки «полукона» до лицевой линии в городошном спорте?

*а) 7 м*

***б) 6,5 м***

*в) 6 м*

*г) 6,45 м*

40. Назовите максимальную длину биты в городошном спорте?

*а) не длиннее 1,5 м*

*б) не длиннее 1,2 м.*

***в) не длиннее 1 м.***

*г) не длиннее 0,8 м.*

41. Назовите состав команды в лапте

*а) 7 человек*

*б) 9 человек*

*в) 11 человек*

***г) 10 человек***

42. Сколько минутных перерывов в лапте можно взять команде в каждом тайме?

*а) 2*

***б) 1***

*в) 3*

*г) хоть сколько*

43. Назовите минимальные размеры поля для лапты?

***а) 40х25 м***

*б) 50х40 м*

*в) 45х30 м*

*г) 40х20 м*

44. Виды классических ходов в лыжных гонках….

***а) попеременный двухшажный ход, одновременный бесшажный ход, одновременный двухшажный ход***

*б) попеременный двухшажный ход, одновременный одношажный ход, одновременный двушажный ход*

*в) попеременный двухшажный ход, одновременный одношажный ход, попеременный одношажный ход*

*г) одновременный бесшажный ход, одновременный двухшажный ход, попеременный одношажный ход*

45. Сколько очков в игре «лапта» присваивается команде за пойманную свечу?

*а) 5*

***б) 1***

*в) 3*

*г) 10*

46. С гирями какого веса включаются упражнения в программу соревнований по гиревому спорту?

*а) 16, 26, 36*

*б) 12, 22, 32*

***в) 16, 24, 32***

*г) 14, 24, 34*

47. В пляжном волейболе партия продолжается до…

*а) 12 очков*

*б) 15 очков*

*в)* ***21 очка***

*г) 25 очков*

48. Назовите общее количество фигур в шахматах.

*а) 16*

*б) 23*

***в) 32***

*г) 48*

49. Какое наказание для игрока не предусмотрено правилами хоккея на льду?

*а) малый штраф*

*б) большой штраф*

*в) удаление до конца игры*

***г) средний штраф***

50. Что учитывается, когда хоккеиста называют лучшим бомбардиром?

*а) цвет формы*

***б) забитые голы***

*в) количество удалений*

*г) силу удара по шайбе*

51. Что получит футболист, затеявший драку на футбольном поле?

*а) устное предупреждение*

*б) жёлтую карточку*

***в) красную карточку***

*г) приз от Федерации бокса*

52. Как в футболе называют ведение мяча игроком?

*а) шейпинг*

*б) шопинг*

***в) дриблинг***

*г) тюнинг*

53. Через сколько лет проводятся чемпионаты мира по футболу?

***а) 4 года***

*б) 2 года*

*в) 8 лет*

*г) 3 года*

54. Как называется вид спорта, где включено одновременно три дисциплины: плавание, велоспорт, бег?

*а) маунтин-байк*

***б) триатлон***

*в) марафон*

*г) дуатлон*

55. Когда в баскетболе назначается дополнительное время?

*а) когда захотят сами игроки*

*б) если игроки не наигрались и хотят ещё*

***в) когда основное время завершилось ничьей***

*г) когда скажет судья*