



**Лист 1 – Задания**

Дата проведения: **1 марта 2019 года**

Возрастная группа: **4 класс**

Время проведения: **45 минут**

Конкурсное задание состоит из **20 вопросов**.

Количество верных ответов может быть больше одного!



**Здоровье и здоровый образ жизни**

**1. Выбери основные правила для сохранения зрения.**

- (1) читать в транспорте
- (2) выполнять два раза в день гимнастику для глаз
- (3) бегать по утрам
- (4) чередование зрительной нагрузки

**2. При выполнении каких упражнений не следует делать вдох? Выбери верные ответы.**

- (1) при прогибе туловища назад
- (2) при поворотах туловища
- (3) при круговых движениях туловища
- (4) при наклонах туловища

**3. Разгадай ребус. Запиши полученное слово в ответ.**



**4. Что необходимо сделать для оказания первой помощи при ушибе? Выбери верный ответ.**

(1) продолжить заниматься	(2) использовать народную медицину	(3) приложить холод	(4) наложить шину

**5. Для чего применяются данные упражнения? Выбери верные ответы.**



- (1) для укрепления свода стопы
- (2) для укрепления мышечного корсета
- (3) в комплексе физкультминутки
- (4) в комплексе утренней гимнастики

**Спортивный теоретик**

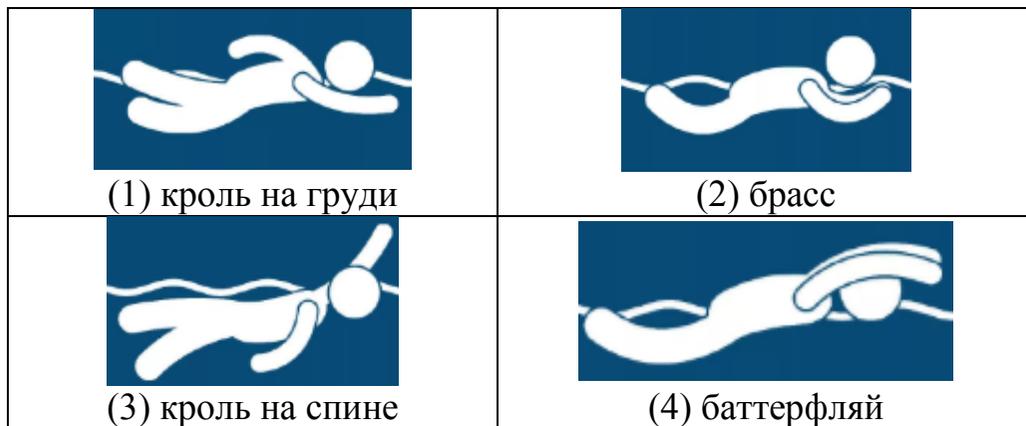
**6. Какое расстояние от баскетбольного кольца до пола? Выбери верный ответ.**



- (1) 305см
- (2) 300см
- (3) 260см
- (4) 310см



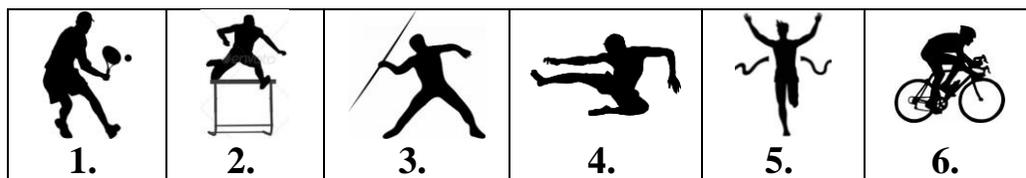
7. Какой стиль плавания самый быстрый? Выбери верный ответ.



8. В каком случае на соревнованиях не будет засчитан прыжок в высоту с разбега? Выбери верные ответы.

- (1) участник приземлился на спину
- (2) участник задел планку, но планка осталась на месте
- (3) участник выполнил толчок двумя ногами
- (4) участник сбил планку

9. Какие спортивные дисциплины не включает в себя «королева спорта»? Выбери верный ответ.



- (1) 1, 3, 4, 6
- (3) 1, 3, 5, 6

- (2) 2, 3, 5, 6
- (4) 2, 3, 4, 5

10. Соотнеси названия гимнастических упражнений и их изображения. Выбери верный ответ.



- (1) 1В, 2Г, 3А, 4Б
- (3) 1В, 2Б, 3А, 4Г

- (2) 1Г, 2В, 3А, 4Б
- (4) 1Г, 2В, 3Б, 4А

### Спортивный практик

11. Какой слово нужно вставить вместо знака вопроса? Выбери верный ответ.



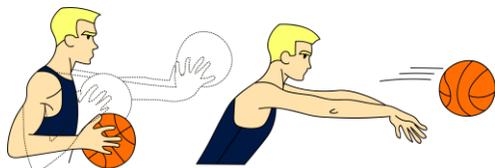
- (1) слалом
- (2) скелетон
- (3) бобслей
- (4) фристайл

12. Прочитай название командной спортивной игры. Сколько игроков одной команды одновременно может находиться на поле во время игры? В ответ запиши число (например, 1).



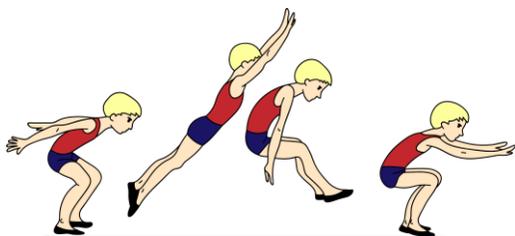


13. Какая передача мяча изображена на картинке? Выбери верный ответ.



- (1) правой рукой от плеча      (2) двумя руками от груди  
(3) левой рукой от плеча      (4) двумя руками об пол

14. По какой части тела замеряется длина прыжка в длину? Выбери верный ответ.



- (1) по руке и ноге  
(2) по части тела, ближайшей к зоне отталкивания  
(3) по части тела, наиболее удаленной от зоны отталкивания  
(4) по любой части тела

15. В таблице приведены нормативы по прыжкам в длину с места (в см.) для четвероклассников. Прыжок Маши составил 120 см. Какую оценку получит Маша? Выбери верный ответ.

	Оценка «5»	Оценка «4»	Оценка «3»
Мальчики	140	115	100
Девочки	130	110	90

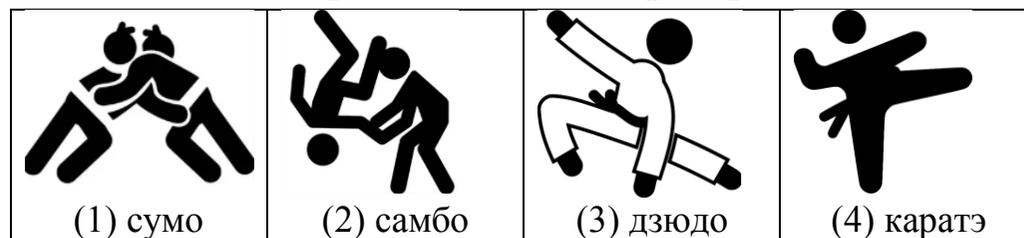
- (1) 2      (2) 3      (3) 4      (4) 5

### История спорта и олимпийского движения

16. Как называется комплекс жилых помещений для спортсменов, участников Олимпийских игр? Выбери верный ответ.

- (1) олимпийская деревня      (2) спортивный городок  
(3) чемпионское село      (4) поляна рекордсменов

17. Какое из единоборств будет включено в программу Олимпийских игр с 2020 года? Выбери верный ответ.



18. Здесь зашифровано название города, в котором проходили древнегреческие Олимпийские игры. Составь название города и запиши его в ответ.



19. Соотнеси древние названия с современными. Выбери верный ответ.

1. Олимпионик      А. Судья  
2. Агон      Б. Победитель  
3. Элладик      В. Соревнование
- (1) 1Б, 2В, 3А      (2) 1В, 2Б, 3А  
(3) 1А, 2Б, 3А      (4) 1Б, 2А, 3В



20. Сколько названий зимних олимпийских видов спорта спрятано в прямоугольнике? Слова располагаются только по вертикали и горизонтали. Выбери верный ответ.

П	О	Х	И	Т	Е	Н	Н	И	С
Л	К	О	Л	Ф	С	К	С	О	К
А	У	К	Ё	Р	Л	И	Н	Г	Е
В	В	К	Р	И	А	С	О	А	Л
А	Ы	Е	Е	С	Л	О	У	Н	Е
Н	Р	Й	Г	Т	О	М	Б	Д	Т
И	О	Н	Б	А	М	К	О	Б	О
Е	К	И	И	Й	Я	С	Р	О	Н
Б	И	А	Т	Л	О	Н	Д	Л	Я
О	М	Я	Ч	Е	С	Т	И	У	А
Б	О	Б	С	Л	Е	Й	Н	П	У
Ы	М	У	К	А	Н	Т	Г	А	Т

- (1) по горизонтали 3 слова, по вертикали – 4 слова
- (2) по горизонтали 3 слова, по вертикали – 5 слов
- (3) по горизонтали 4 слова, по вертикали – 3 слова
- (4) по горизонтали 4 слова, по вертикали – 5 слов