

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

7-8 классы

- 1. С какого года начинается отсчет первых Олимпийских Игр в Древней Греции?**
 А) 1896 г. до н.э.;
 Б) 776 г. до н.э.;
 В) 688 г. до н.э.;
 Г) 394 г. до н.э.
- +
- 2. Ему равна беговая дистанция в современной метрической системе, которую по преданию отметил Геракл (1 стадия)?**
 А) 190 м 42 см;
 Б) 192 м 27 см;
 В) 200 м;
 Г) 42 км 195 м.
- +
- 3. Какой континент символизирует кольцо красного цвета в олимпийской эмблеме?**
 А) Австралия;
 Б) Америка;
 В) Азия;
 Г) Африка.
- +
- 4. Кто был избран первым президентом Международного олимпийского комитета?**
 А) Пьер де Кубертен;
 Б) Эйвери Брэндедж;
 В) Хуан Антонио Самаранч;
 Г) Деметриус Викелас.
- +
- 5. Какие факторы внешней среды являются средствами физического воспитания:**
 А) водная и воздушная среда;
 Б) солнечная радиация, водная и воздушная среда;
 В) солнечная радиация и воздушная среда;
 Г) водная среда и солнечная радиация.
- +
- 6. Здоровый образ жизни – это способ жизнедеятельности, направленный на:**
 А) поддержание высокой работоспособности людей;
 Б) сохранение и улучшение здоровья людей;
 В) подготовку к профессиональной деятельности;
 Г) развитие физических качеств людей.
- +
- 7. Какая система организма человека регулирует работу внутренних органов?**
 А центральная нервная система;
 Б) периферическая нервная система;
 В) пищеварительная система;
 Г) вегетативная нервная система.
- +
- 8. Физкультурные минутки на уроках служат для:**
 А) ...воспитания двигательных качеств;
 Б) ...повышения уровня физической подготовленности;
 В) ...активизации мыслительной деятельности;
 Г) ...организации внимания.
- +

9. Какое из перечисленных контрольных упражнений НЕ входит в нормы ГТО?

- А) метание мяча;
- Б) метание гранаты;
- В) толкание ядра;
- Г) рывок гири.

+

10. Какой из видов спорта относится к игровым?

- А) керлинг;
- Б) бобслей;
- В) биатлон;
- Г) шорт-трек.

+

11. Какое из перечисленных упражнений является статическим?

- А) махи ногами;
- Б) равновесие на одной ноге;
- В) подтягивание на перекладине;
- Г) приседания.

+

12. Начало какой из спортивных игр сопровождается спорным броском мяча в центре круга?

- А) баскетбол;
- Б) регби;
- В) гандбол;
- Г) волейбол.

+

13. В каких условных единицах оцениваются гимнастические упражнения?

- А) в метрах;
- Б) в секундах;
- В) в количестве повторений;
- Г) в баллах.

+

14. Сколько игроков одной команды одновременно может находиться на поле в футболе?

- А) 7;
- Б) 9;
- В) 11;
- Г) 15.

+

15. Как называются брусья в спортивной гимнастике в мужской программе?

- А) параллельные;
- Б) разновысокие;
- В) прямые;
- Г) перпендикулярные.

+

16. Чем в гимнастике вис отличается от упора?

- А) в висе плечи находятся ниже точки опоры, а в упоре – выше;
- Б) в висе тело находится вниз головой, а в упоре – вверх головой;
- В) в висе тело зафиксировано на опоре руками, а в упоре – ногами;
- Г) в висе тело находится в вертикальном положении, а в упоре – в горизонтальном.

+

17. В каком городе пройдут Зимние Олимпийские Игры в 2022 году?

Пекин +

18. Состояние организма, возникающее при длительном выполнении какой-либо работы и приводящее к временному снижению работоспособности, называется

Утомление +

19. Как называется вид спорта, который включает в себя бег, плавание и езду на велосипеде?

триатлон +

20. Привычная поза человека в положении стоя, сидя и во время ходьбы, обозначается как

осанка +

21. Способность выполнять движения с наибольшей амплитудой под воздействием внешних растягивающих сил называется

растяжимость +

22. Водный вид спорта, связанный с выполнением в воде различных фигур под музыку называется

синхронное плавание +

23. Установите соответствие между системами организма и показателями функционирования организма.

1. Дыхательная система	<input checked="" type="checkbox"/> А) Жизненная емкость легких (ЖЕЛ)
	<input checked="" type="checkbox"/> Б) Частота сердечных сокращений (ЧСС)
2. Сердечно-сосудистая система	<input checked="" type="checkbox"/> В) Проба Штанге
	<input checked="" type="checkbox"/> Г) Артериальное давление (АД)

24. Установите соответствие между видами спорта и программой Олимпийских игр.

Программа Олимпийских игр	Виды спорта
1. летние Олимпийские игры	<input checked="" type="checkbox"/> А) синхронное плавание
	<input checked="" type="checkbox"/> Б) биатлон
	<input checked="" type="checkbox"/> В) хоккей
2. зимние Олимпийские игры	<input checked="" type="checkbox"/> Г) бобслей
	<input checked="" type="checkbox"/> Д) гребной слалом
	<input checked="" type="checkbox"/> Е) современное пятиборье

25. Перечислите целесообразную последовательность выполнения упражнений в разминке:

- 3 а) на мышцы ног;
- 1 б) на мышцы рук;
- 2 в) на мышцы туловища;
- 4 г) комбинированные упражнения, прыжки.

16
12
6
4

38 баллов

Кузьмин В.Р.

- 1. А -
- 2. Б +
- 3. Б +
- 4. Г +
- 5. Б +
- 6. Б +
- 7. Г +
- 8. Г -
- 9. Б -
- 10. А +
- 11. Б +
- 12. А +
- 13. Г +
- 14. А -
- 15. А +
- 16. А +
- 17. Текли (Китай) +
- 18. Чашинен^и +
- 19. ~~Триатон~~ Триатон +
- 20. Осанка +
- 21. Тибкость +
- 22. Синхронное тавание +
- 23. 1-А, В +
2-Б, Г
- 24. 1-А, Д, Е +
2-Б, В, Г
- 25. а, б, а, з +

12
12
6
4

34 берилла

Л. Д. Д. / Кузнецов В. Р. /

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

7-8 классы

1. С какого года начинается отсчет первых Олимпийских Игр в Древней Греции?
 А) 1896 г. до н.э.;
 Б) 776 г. до н.э.; +
 В) 688 г. до н.э.;
 Г) 394 г. до н.э.
2. Ему равна беговая дистанция в современной метрической системе, которую по преданию отметил Геракл (1 стадия)?
 А) 190 м 42 см;
 Б) 192 м 27 см; +
 В) 200 м;
 Г) 42 км 195 м.
3. Какой континент символизирует кольцо красного цвета в олимпийской эмблеме?
 А) Австралия;
 Б) Америка; +
 В) Азия;
 Г) Африка.
4. Кто был избран первым президентом Международного олимпийского комитета?
 А) Пьер де Кубертен; +
 Б) Эйвери Брэндедж;
 В) Хуан Антонио Самаранч; -
 Г) Деметриус Викелас.
5. Какие факторы внешней среды являются средствами физического воспитания:
 А) водная и воздушная среда;
 Б) солнечная радиация, водная и воздушная среда; +
 В) солнечная радиация и воздушная среда;
 Г) водная среда и солнечная радиация.
6. Здоровый образ жизни – это способ жизнедеятельности, направленный на:
 А) поддержание высокой работоспособности людей;
 Б) сохранение и улучшение здоровья людей; +
 В) подготовку к профессиональной деятельности;
 Г) развитие физических качеств людей.
7. Какая система организма человека регулирует работу внутренних органов?
 А центральная нервная система;
 Б) периферическая нервная система; -
 В) пищеварительная система;
 Г) вегетативная нервная система.
8. Физкультурные минутки на уроках служат для:
 А) ...воспитания двигательных качеств;
 Б) ...повышения уровня физической подготовленности;
 В) ...активизации мыслительной деятельности; +
 Г) ...организации внимания.

9. Какое из перечисленных контрольных упражнений НЕ входит в нормы ГТО?

- А) метание мяча;
- Б) метание гранаты;
- В) толкание ядра;
- Г) рывок гири.

+

10. Какой из видов спорта относится к игровым?

- А) керлинг;
- Б) бобслей;
- В) биатлон;
- Г) шорт-трек.

—

11. Какое из перечисленных упражнений является статическим?

- А) махи ногами;
- Б) равновесие на одной ноге;
- В) подтягивание на перекладине;
- Г) приседания.

+

12. Начало какой из спортивных игр сопровождается спорным броском мяча в центре круга?

- А) баскетбол;
- Б) регби;
- В) гандбол;
- Г) волейбол.

+

13. В каких условных единицах оцениваются гимнастические упражнения?

- А) в метрах;
- Б) в секундах;
- В) в количестве повторений;
- Г) в баллах.

+

14. Сколько игроков одной команды одновременно может находиться на поле в футболе?

- А) 7;
- Б) 9;
- В) 11;
- Г) 15.

+

15. Как называются брусья в спортивной гимнастике в мужской программе?

- А) параллельные;
- Б) разновысокие;
- В) прямые;
- Г) перпендикулярные.

+

16. Чем в гимнастике вис отличается от упора?

- А) в висе плечи находятся ниже точки опоры, а в упоре – выше;
- Б) в висе тело находится вниз головой, а в упоре – вверх головой;
- В) в висе тело зафиксировано на опоре руками, а в упоре – ногами;
- Г) в висе тело находится в вертикальном положении, а в упоре – в горизонтальном.

—

17. В каком городе пройдут Зимние Олимпийские Игры в 2022 году?
Пекин +

18. Состояние организма, возникающее при длительном выполнении какой-либо работы и приводящее к временному снижению работоспособности, называется
Утомление +

19. Как называется вид спорта, который включает в себя бег, плавание и езду на велосипеде? Триатлон +

20. Привычная поза человека в положении стоя, сидя и во время ходьбы, обозначается как осанка +

21. Способность выполнять движения с наибольшей амплитудой под воздействием внешних растягивающих сил называется гибкость +

22. Водный вид спорта, связанный с выполнением в воде различных фигур под музыку называется синхронное плавание +

23. Установите соответствие между системами организма и показателями функционирования организма.

1. Дыхательная система <u>А, В</u>	А) Жизненная емкость легких (ЖЕЛ)
	Б) Частота сердечных сокращений (ЧСС)
2. Сердечно-сосудистая система <u>Б, Г</u>	В) Проба Штанге
	Г) Артериальное давление (АД)

24. Установите соответствие между видами спорта и программой Олимпийских игр.

Программа Олимпийских игр	Виды спорта
1. летние Олимпийские игры <u>А, Д, Е</u>	А) синхронное плавание
	Б) биатлон
	В) хоккей
2. зимние Олимпийские игры <u>Б, В, Г</u>	Г) бобслей
	Д) гребной слалом
	Е) современное пятиборье

25. Перечислите целесообразную последовательность выполнения упражнений в разминке:

- а) на мышцы ног; б, в, а, г
б) на мышцы рук;
в) на мышцы туловища;
г) комбинированные упражнения, прыжки.

12
12
6
4

34 балла

Сева / Кузьмин В.Р. /