

## УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЕМ АДМИНИСТРАЦИИ РАЙОННОГО РАЙОНА

Тестовые задания для контроля и оценки теоретико-методических знаний учащихся по олимпиаде «Физическая культура» для 7-8 классов

Вам предлагается ответить на 30 вопросов. За правильный ответ – 1 балл. В каждом вопросе 4 варианта ответа. Вам необходимо выбрать один правильный ответ и обвести крестиком соответствующую букву. Будуте внимательны, отметив правильные ответы.

1. Впервые в истории человечества Олимпийские игры состоялись:  
а) в V в. до н.э.;  
б) в 776 г. до н.э.;  
в) в I в. н.э.;  
г) в 394 г. н.э.
2. Олимпийцами в Древней Греции называли:  
а) жителей Олимпии;  
б) участников Олимпийских игр;  
в) победителей Олимпийских игр;  
г) судей Олимпийских игр.
3. Первые Олимпийские игры современности проводились:  
а) в 1894 г.;  
б) в 1896 г.;  
в) в 1900 г.;  
г) в 1904 г.
4. Основположением современных Олимпийских игр является:  
а) Деметриус Виллас;  
б) А.Д. Бутковский;  
в) Пьер де Кубертен;  
г) Жан-Жак Руссо.
5. Девиз Олимпийских игр:  
а) «Спорт, спорт, спорт!»;  
б) «О спорт! Ты – мир!»;  
в) «Быстрее! Выше! Сильнее!»;  
г) «Быстрее! Выше! Дальше!».
6. Олимпийская хартия представляет собой:  
а) положение об Олимпийских играх;  
б) программу Олимпийских игр;  
в) свод законов об Олимпийском движении;  
г) правила соревнований по олимпийским видам спорта.

7. Впервые совещание спортсменов, принявшее участие в Олимпийских играх:  
а) в 1948 г.;  
б) в 1952 г.;  
в) в 1956 г.;  
г) в 1960 г.
8. Основным принципом отечественной системы физического воспитания является:  
а) М.В. Домошнев;  
б) К.Д. Улицкий;  
в) П.Ф. Лесгафт;  
г) Н.А. Семашко.
9. Одним из основных средств физического воспитания является:  
а) физическая нагрузка;  
б) физические упражнения;  
в) физическая тренировка;  
г) урок физической культуры.
10. Под общей физической подготовкой (ОФП) понимают тренировочный процесс, направленный:  
а) на формирование правильной осанки;  
б) на гармоничное развитие человека;  
в) на всестороннее развитие физических качеств;  
г) на достижение высоких спортивных результатов.
11. К показателям физической подготовленности относятся:  
а) сила, быстрота, выносливость;  
б) рост, вес, окружность грудной клетки;  
в) артериальное давление, пульс;  
г) частота сердечных сокращений, частота дыхания.
12. Индивидуальное развитие организма человека в течение всей его жизни называется:  
а) гонезис;  
б) гистогенез;  
в) онтогенез;  
г) филогенез.
13. К показателям физического развития относятся:  
а) сила и гибкость;  
б) быстрота и выносливость;  
в) рост и вес;  
г) ловкость и прыгучесть.
14. Гиподинамия – это следствие:  
а) понижения двигательной активности человека;  
б) повышения двигательной активности человека;  
в) понижения двигательной активности человека;  
г) повышения двигательной активности человека.

- в) недостаток витаминов в организме;  
г) чрезмерного питания.
13. Недостаток витаминов в организме человека называется:  
а) авитаминоз;  
б) гиповитаминоз;  
в) гипервитаминоз;  
г) биостерноз.
16. Пульс у взрослого неграмотного человека в состоянии покоя составляет:  
а) 60-90 уд./мин.;  
б) 90-150 уд./мин.;  
в) 150-170 уд./мин.;  
г) 170-200 уд./мин.
17. Динамометр служит для измерения показателей:  
а) роста;  
б) жизненной емкости легких;  
в) силы воли;  
г) силы кисти.
18. Упражнения, где сочетается быстрота и сила, называются:  
а) общеразвивающими;  
б) собственно-силовыми;  
в) скоростно-силовыми;  
г) групповыми.
19. Разучивание сложного двигательного действия следует начинать с освоения:  
а) исходного положения;  
б) основ техники;  
в) подготовительных упражнений;  
г) подготовительных упражнений.
20. С низкого старта бегает:  
а) на коротких дистанциях;  
б) на средних дистанциях;  
в) на длинные дистанции;  
г) кроссы.
21. Бег на длинные дистанции развивает:  
а) гибкость;  
б) ловкость;  
в) быстроту;  
г) выносливость.
22. Бег по пересеченной местности называется:  
а) степль-чет;  
б) марш-бросок;

- а) кросс;  
г) конкур.
23. Турфир для бегу называются:  
а) келье;  
б) пувати;  
в) чешке;  
г) шиповки.
24. Один из способов прыжка в высоту называется:  
а) перешагивание;  
б) перекатывание;  
в) переступание;  
г) перекидывание.
25. Размеры волейбольной площадки составляют:  
а) 6х9 м;  
б) 9х12 м;  
в) 8х16 м;  
г) 9х18 м.
26. Продолжительность одной четверти в баскетболе:  
а) 10 мин.;  
б) 15 мин.;  
в) 20 мин.;  
г) 25 мин.
27. В баскетболе запрещено:  
а) игра руками;  
б) игра ногами;  
в) игра под козырьком;  
г) броски в кольцо.
28. Пилонбол - подвижная игра:  
а) в баскетболу;  
б) в волейболу;  
в) в настольному теннису;  
г) в футболу.
29. Основным способом передвижения на лыжах является:  
а) попеременный бесшагажный ход;  
б) попеременный двухшаговый ход;  
в) одновременно-попеременный ход;  
г) одновременный двухшаговый ход.
30. Остановка для отдыха в походе называется:  
а) стоянка;  
б) ночлег;  
в) привал;  
г) приезд.

298

5-4  
19.02.2024  
Левин / Гаврилова 19  
01-1-19.02.2024