7-8 классы

А) *Задания с выбором одного правильного ответа (в закрытой форме)*

1. Термин «Олимпиада» в древней Греции означал…
а) соревнования, проводимые во время Олимпийских игр;
б) первый год четырехлетия, наступление которого празднуют Олимпийские игры;
в) четырехлетний период между Олимпийскими играми;
г) год проведения Олимпийских игр.

2. Слово «гимнастика» означает:
а) занятия на снарядах; б) обнаженный;
в) одетый в трико; г) занятия с предметами.

3. Под общей физической подготовкой (ОФП) понимают тренировочный процесс, направленный на…
а) формирование правильной осанки; б) гармоническое развитие человека; в) всестороннее развитие физических качеств; г) достижение высоких спортивных результатов.

4. Осанкой принято называть …
а) качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие и настроение;
б) привычную позу человека в вертикальном положении; в) пружинные характеристики позвоночника и стоп; г) силуэт человека.

5. Здоровье человека, прежде всего, зависит от…
а) состояния окружающей среды; б) деятельности учреждений здравоохранения;
в) наследственности; г) образа жизни.

6. В какой спортивной игре нет вратаря?
а) футбол; б) хоккей; в) баскетбол; г) водное поло.

7. При выполнении прыжков и соскоков со спортивных снарядов рекомендуется приземляться…
а) на мат, мягко на носки, пружинисто приседая; б) на мат, полностью выпрямляя ноги в коленях; в) на мат, мягко на пятки; г) на мат в положение основной стойки.

8. Каждое упражнение утренней гимнастики, чтобы это не приводило к утомлению, необходимо выполнять…
а) 16-18 раз; б) 18-20 раз; в) 8-12 раз; г) 22-24 раза.

9. Вероятность травм при занятиях физическими упражнениями снижается, если занимающиеся…
а) переоценивают свои возможности; б) следуют указаниям преподавателя; в) владеют навыками выполнения движения; г) не умеют владеть своими эмоциями.

10. В программу современного пятиборья не входит…
а) стрельба; б) фехтование; в) гимнастика; г) верховая езда.

11. В шахматах «блиц» означает:
а) фигура; б) молниеносная игра; в) дебютная новинка; г) подавляющее преимущество.

12. Соблюдение режима дня способствует укреплению здоровья потому, что…
а) обеспечивает ритмичность работы организма; б) позволяет правильно планировать дела в течение дня; в) распределение основных дел осуществляется более или менее стандартно в течение каждого дня; г) позволяет избегать неоправданных физических напряжений.

Б) *Задания, в которых правильный ответ надо дописать (в открытой форме)*

13. Прыжок в длину с разбега делится на фазы:
~~на~~ прыжок с полной

14. Наибольшая сумма очков определяет в конце соревнования…
~~кто выиграл~~ кто выиграет

15. В плавании старт с тумбочки выполняется для способов:
кроль, брас, ~~на~~ баттерфляй

старт с воды –

16. В I Олимпийских играх современности не принимали участие
~~де~~ девушки.

7-8 классы

А) *Задания с выбором одного правильного ответа (в закрытой форме)*

1. Термин «Олимпиада» в древней Греции означал…
а) соревнования, проводимые во время Олимпийских игр;
б) первый год четырехлетия, наступление которого празднуют Олимпийские игры;
в) четырехлетний период между Олимпийскими играми;
г) год проведения Олимпийских игр.

2. Слово «гимнастика» означает:
а) занятия на снарядах; б) обнаженный;
в) одетый в трико; г) занятия с предметами.

3. Под общей физической подготовкой (ОФП) понимают тренировочный процесс, направленный на…
а) формирование правильной осанки; б) гармоническое развитие человека;
в) всестороннее развитие физических качеств; г) достижение высоких спортивных результатов.

4. Осанкой принято называть …
а) качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие и настроение;
б) привычную позу человека в вертикальном положении; в) пружинные характеристики позвоночника и стоп; г) силуэт человека.

5. Здоровье человека, прежде всего, зависит от…
а) состояния окружающей среды; б) деятельности учреждений здравоохранения;
в) наследственности; г) образа жизни.

6. В какой спортивной игре нет вратаря?
а) футбол; б) хоккей; в) баскетбол; г) водное поло.

7. При выполнении прыжков и соскоков со спортивных снарядов рекомендуется приземляться…
а) на мат, мягко на носки, пружинисто приседая; б) на мат, полностью выпрямляя ноги в коленях; в) на мат, мягко на пятки; г) на мат в положение основной стойки.

8. Каждое упражнение утренней гимнастики, чтобы это не приводило к утомлению, необходимо выполнять…
а) 16-18 раз; б) 18-20 раз; в) 8-12 раз; г) 22-24 раза.

7 физ 3

20 баллов

9. Вероятность травм при занятиях физическими упражнениями снижается, если занимающиеся…
а) переоценивают свои возможности; б) следуют указаниям преподавателя;
в) владеют навыками выполнения движения; г) не умеют владеть своими эмоциями.

10. В программу современного пятиборья не входит…
а) стрельба; б) фехтование; в) гимнастика; г) верховая езда.

11. В шахматах «блиц» означает:
а) фигура; б) молниеносная игра; в) дебютная новинка; г) подавляющее преимущество.

12. Соблюдение режима дня способствует укреплению здоровья потому, что…
а) обеспечивает ритмичность работы организма; б) позволяет правильно планировать дела в течение дня; в) распределение основных дел осуществляется более или менее стандартно в течение каждого дня; г) позволяет избегать неоправданных физических напряжений.

Б) *Задания, в которых правильный ответ надо дописать (в открытой форме)*

13. Прыжок в длину с разбега делится на фазы:

2б разбег, прыжок, приземление.

14. Наибольшая сумма очков определяет в конце соревнования…

2б победитель

15. В плавании старт с тумбочки выполняется для способов:

2б кроль, брасс, баттерфляй.,
старт с воды – на спине.

16. В I Олимпийских играх современности не принимали участие

7-8 классы

А) *Задания с выбором одного правильного ответа (в закрытой форме)*

1. Термин «Олимпиада» в древней Греции означал…
а) соревнования, проводимые во время Олимпийских игр;
б) первый год четырехлетия, наступление которого празднуют Олимпийские игры;
в) четырехлетний период между Олимпийскими играми;
г) год проведения Олимпийских игр.

2. Слово «гимнастика» означает:
а) занятия на снарядах; б) обнаженный;
в) одетый в трико; г) занятия с предметами.

3. Под общей физической подготовкой (ОФП) понимают тренировочный процесс, направленный на…
а) формирование правильной осанки; б) гармоническое развитие человека;
в) всестороннее развитие физических качеств; г) достижение высоких спортивных результатов.

4. Осанкой принято называть …
а) качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие и настроение;
б) привычную позу человека в вертикальном положении; в) пружинные характеристики позвоночника и стоп; г) силуэт человека.

5. Здоровье человека, прежде всего, зависит от…
а) состояния окружающей среды; б) деятельности учреждений здравоохранения;
в) наследственности; г) образа жизни.

6. В какой спортивной игре нет вратаря?
а) футбол; б) хоккей; в) баскетбол; г) водное поло.

7. При выполнении прыжков и соскоков со спортивных снарядов рекомендуется приземляться…
а) на мат, мягко на носки, пружинисто приседая; б) на мат, полностью выпрямляя ноги в коленях; в) на мат, мягко на пятки; г) на мат в положение основной стойки.

8. Каждое упражнение утренней гимнастики, чтобы это не приводило к утомлению, необходимо выполнять…
а) 16-18 раз; б) 18-20 раз; в) 8-12 раз; г) 22-24 раза.

79и305 10 баллов

9. Вероятность травм при занятиях физическими упражнениями снижается, если занимающиеся…
а) переоценивают свои возможности; б) следуют указаниям преподавателя;
в) владеют навыками выполнения движения, г) не умеют владеть своими эмоциями.

10. В программу современного пятиборья не входит…
а) стрельба, б) фехтование; в) гимнастика, г) верховая езда.

11. В шахматах «блиц» означает:
а) фигура, б) молниеносная игра, в) дебютная новинка; г) подавляющее преимущество.

12. Соблюдение режима дня способствует укреплению здоровья потому, что…
а) обеспечивает ритмичность работы организма; б) позволяет правильно планировать дела в течение дня; в) распределение основных дел осуществляется более или менее стандартно в течение каждого дня; г) позволяет избегать неоправданных физических напряжений.

Б) *Задания, в которых правильный ответ надо дописать (в открытой форме)*

13. Прыжок в длину с разбега делится на фазы:

2б Мах, разбег, прыжок, полёт, приземление

14. Наибольшая сумма очков определяет в конце соревнования…

2б по баскетболу, победитель

15. В плавании старт с тумбочки выполняется для способов:

приседание в воду кроль

старт с воды – брасом

16. В I Олимпийских играх современности не принимали участие

трое греки

7 ФИЗО 14 баллов

7-8 классы

А) *Задания с выбором одного правильного ответа (в закрытой форме)*

1. Термин «Олимпиада» в древней Греции означал…
а) соревнования, проводимые во время Олимпийских игр;
б) первый год четырехлетия, наступление которого празднуют Олимпийские игры;
в) четырехлетний период между Олимпийскими играми;
г) год проведения Олимпийских игр.

2. Слово «гимнастика» означает:
а) занятия на снарядах; б) обнаженный,
в) одетый в трико; г) занятия с предметами.

3. Под общей физической подготовкой (ОФП) понимают тренировочный процесс, направленный на…
а) формирование правильной осанки; б) гармоническое развитие человека;
в) всестороннее развитие физических качеств; г) достижение высоких спортивных результатов.

4. Осанкой принято называть …
а) качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие и настроение;
б) привычную позу человека в вертикальном положении; в) пружинные характеристики позвоночника и стоп; г) силуэт человека.

5. Здоровье человека, прежде всего, зависит от…
а) состояния окружающей среды; б) деятельности учреждений здравоохранения;
в) наследственности; г) образа жизни.

6. В какой спортивной игре нет вратаря?
а) футбол; б) хоккей; в) баскетбол; г) водное поло.

7. При выполнении прыжков и соскоков со спортивных снарядов рекомендуется приземляться…
а) на мат, мягко на носки, пружинисто приседая; б) на мат, полностью выпрямляя ноги в коленях; в) на мат, мягко на пятки; г) на мат в положение основной стойки.

8. Каждое упражнение утренней гимнастики, чтобы это не приводило к утомлению, необходимо выполнять…
а) 16-18 раз; б) 18-20 раз; в) 8-12 раз; г) 22-24 раза.

9. Вероятность травм при занятиях физическими упражнениями снижается, если занимающиеся…
а) переоценивают свои возможности; б) следуют указаниям преподавателя;
в) владеют навыками выполнения движения; г) не умеют владеть своими эмоциями.

10. В программу современного пятиборья не входит…
а) стрельба; б) фехтование; в) гимнастика; г) верховая езда.

11. В шахматах «блиц» означает:
а) фигура; б) молниеносная игра; в) дебютная новинка; г) подавляющее преимущество.

12. Соблюдение режима дня способствует укреплению здоровья потому, что…
а) обеспечивает ритмичность работы организма; б) позволяет правильно планировать дела в течение дня; в) распределение основных дел осуществляется более или менее стандартно в течение каждого дня; г) позволяет избегать неоправданных физических напряжений.

Б) *Задания, в которых правильный ответ надо дописать (в открытой форме)*

13. Прыжок в длину с разбега делится на фазы:
бег и прыжок

14. Наибольшая сумма очков определяет в конце соревнования…
2б победитель

15. В плавании старт с тумбочки выполняется для способов:

старт с воды –

16. В I Олимпийских играх современности не принимали участие

7Ф13/6 18 баллов

7-8 классы

А) *Задания с выбором одного правильного ответа (в закрытой форме)*

1. Термин «Олимпиада» в древней Греции означал…
а) соревнования, проводимые во время Олимпийских игр;
б) первый год четырехлетия, наступление которого празднуют Олимпийские игры;
в) четырехлетний период между Олимпийскими играми;
г) год проведения Олимпийских игр.

2. Слово «гимнастика» означает:
а) занятия на снарядах; б) обнаженный;
в) одетый в трико; г) занятия с предметами.

3. Под общей физической подготовкой (ОФП) понимают тренировочный процесс, направленный на…
а) формирование правильной осанки; б) гармоническое развитие человека;
в) всестороннее развитие физических качеств; г) достижение высоких спортивных результатов.

4. Осанкой принято называть …
а) качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие и настроение;
б) привычную позу человека в вертикальном положении; в) пружинные характеристики позвоночника и стоп; г) силуэт человека.

5. Здоровье человека, прежде всего, зависит от…
а) состояния окружающей среды; б) деятельности учреждений здравоохранения;
в) наследственности; г) образа жизни.

6. В какой спортивной игре нет вратаря?
а) футбол; б) хоккей; в) баскетбол; г) водное поло.

7. При выполнении прыжков и соскоков со спортивных снарядов рекомендуется приземляться…
а) на мат, мягко на носки, пружинисто приседая; б) на мат, полностью выпрямляя ноги в коленях; в) на мат, мягко на пятки; г) на мат в положение основной стойки.

8. Каждое упражнение утренней гимнастики, чтобы это не приводило к утомлению, необходимо выполнять…
а) 16-18 раз; б) 18-20 раз; в) 8-12 раз; г) 22-24 раза.

9. Вероятность травм при занятиях физическими упражнениями снижается, если занимающиеся…
а) переоценивают свои возможности; б) следуют указаниям преподавателя;
в) владеют навыками выполнения движения; г) не умеют владеть своими эмоциями.

10. В программу современного пятиборья не входит…
а) стрельба; б) фехтование; в) гимнастика; г) верховая езда.

11. В шахматах «блиц» означает:
а) фигура; б) молниеносная игра; в) дебютная новинка; г) подавляющее преимущество.

12. Соблюдение режима дня способствует укреплению здоровья потому, что…
а) обеспечивает ритмичность работы организма; б) позволяет правильно планировать дела в течение дня; в) распределение основных дел осуществляется более или менее стандартно в течение каждого дня; г) позволяет избегать неоправданных физических напряжений.

Б) *Задания, в которых правильный ответ надо дописать (в открытой форме)*

13. Прыжок в длину с разбега делится на фазы:

2б разбег, толчок, полёт, приземление

14. Наибольшая сумма очков определяет в конце соревнования…

2б ~~[illegible]~~ победителя

15. В плавании старт с тумбочки выполняется для способов:

Правильного прыжка

старт с воды –

16. В I Олимпийских играх современности не принимали участие

+ российские спортсмены

7-8 классы

А) *Задания с выбором одного правильного ответа (в закрытой форме)*

1. Термин «Олимпиада» в древней Греции означал…
а) соревнования, проводимые во время Олимпийских игр;
б) первый год четырехлетия, наступление которого празднуют Олимпийские игры;
в) четырехлетний период между Олимпийскими играми;
г) год проведения Олимпийских игр.

2. Слово «гимнастика» означает:
а) занятия на снарядах; б) обнаженный;
в) одетый в трико; г) занятия с предметами.

3. Под общей физической подготовкой (ОФП) понимают тренировочный процесс, направленный на…
а) формирование правильной осанки; б) гармоническое развитие человека;
в) всестороннее развитие физических качеств; г) достижение высоких спортивных результатов.

4. Осанкой принято называть …
а) качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие и настроение;
б) привычную позу человека в вертикальном положении; в) пружинные характеристики позвоночника и стоп; г) силуэт человека.

5. Здоровье человека, прежде всего, зависит от…
а) состояния окружающей среды; б) деятельности учреждений здравоохранения;
в) наследственности; г) образа жизни.

6. В какой спортивной игре нет вратаря?
а) футбол; б) хоккей; в) баскетбол; г) водное поло.

7. При выполнении прыжков и соскоков со спортивных снарядов рекомендуется приземляться…
а) на мат, мягко на носки, пружинисто приседая; б) на мат, полностью выпрямляя ноги в коленях; в) на мат, мягко на пятки; г) на мат в положение основной стойки.

8. Каждое упражнение утренней гимнастики, чтобы это не приводило к утомлению, необходимо выполнять…
а) 16-18 раз; б) 18-20 раз; в) 8-12 раз; г) 22-24 раза.

17 ф 43 19 27 балла

9. Вероятность травм при занятиях физическими упражнениями снижается, если занимающиеся…
а) переоценивают свои возможности; б) следуют указаниям преподавателя;
в) владеют навыками выполнения движения; г) не умеют владеть своими эмоциями.

10. В программу современного пятиборья не входит…
а) стрельба; б) фехтование; в) гимнастика; г) верховая езда.

11. В шахматах «блиц» означает:
а) фигура; б) молниеносная игра; в) дебютная новинка; г) подавляющее преимущество.

12. Соблюдение режима дня способствует укреплению здоровья потому, что…
а) обеспечивает ритмичность работы организма; б) позволяет правильно планировать дела в течение дня; в) распределение основных дел осуществляется более или менее стандартно в течение каждого дня; г) позволяет избегать неоправданных физических напряжений.

Б) *Задания, в которых правильный ответ надо дописать (в открытой форме)*

13. Прыжок в длину с разбега делится на фазы:
3б разбег, наскок, полёт, приземление

14. Наибольшая сумма очков определяет в конце соревнования…
2б поощрения.

15. В плавании старт с тумбочки выполняется для способов:
~~стан~~ мягко, высоко

старт с воды –

16. В I Олимпийских играх современности не принимали участие

7-8 классы

А) *Задания с выбором одного правильного ответа (в закрытой форме)*

1. Термин «Олимпиада» в древней Греции означал…
а) соревнования, проводимые во время Олимпийских игр;
б) первый год четырехлетия, наступление которого празднуют Олимпийские игры;
в) четырехлетний период между Олимпийскими играми;
г) год проведения Олимпийских игр.

2. Слово «гимнастика» означает:
а) занятия на снарядах; б) обнаженный;
в) одетый в трико; г) занятия с предметами.

3. Под общей физической подготовкой (ОФП) понимают тренировочный процесс, направленный на…
а) формирование правильной осанки; б) гармоническое развитие человека;
в) всестороннее развитие физических качеств; г) достижение высоких спортивных результатов.

4. Осанкой принято называть …
а) качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие и настроение;
б) привычную позу человека в вертикальном положении; в) пружинные характеристики позвоночника и стоп; г) силуэт человека.

5. Здоровье человека, прежде всего, зависит от…
а) состояния окружающей среды; б) деятельности учреждений здравоохранения;
в) наследственности; г) образа жизни.

6. В какой спортивной игре нет вратаря?
а) футбол; б) хоккей; в) баскетбол; г) водное поло.

7. При выполнении прыжков и соскоков со спортивных снарядов рекомендуется приземляться…
а) на мат, мягко на носки, пружинисто приседая; б) на мат, полностью выпрямляя ноги в коленях; в) на мат, мягко на пятки; г) на мат в положение основной стойки.

8. Каждое упражнение утренней гимнастики, чтобы это не приводило к утомлению, необходимо выполнять…
а) 16-18 раз; б) 18-20 раз; в) 8-12 раз; г) 22-24 раза.

8 физ02 10 баллов

9. Вероятность травм при занятиях физическими упражнениями снижается, если занимающиеся…
а) переоценивают свои возможности; б) следуют указаниям преподавателя;
в) владеют навыками выполнения движения; г) не умеют владеть своими эмоциями.

10. В программу современного пятиборья не входит…
а) стрельба; б) фехтование; в) гимнастика; г) верховая езда.

11. В шахматах «блиц» означает:
а) фигура; б) молниеносная игра; в) дебютная новинка; г) подавляющее преимущество.

12. Соблюдение режима дня способствует укреплению здоровья потому, что…
а) обеспечивает ритмичность работы организма; б) позволяет правильно планировать дела в течение дня; в) распределение основных дел осуществляется более или менее стандартно в течение каждого дня; г) позволяет избегать неоправданных физических напряжений.

Б) *Задания, в которых правильный ответ надо дописать (в открытой форме)*

13. Прыжок в длину с разбега делится на фазы:
для длинного прыжка

14. Наибольшая сумма очков определяет в конце соревнования…
100 баллов

15. В плавании старт с тумбочки выполняется для способов:
~~отбе~~ прыжка в воду

старт с воды – с тумбочки

16. В I Олимпийских играх современности не принимали участие

ЗФИЗО3 18 баллов

7-8 классы

А) *Задания с выбором одного правильного ответа (в закрытой форме)*

1. Термин «Олимпиада» в древней Греции означал…
а) соревнования, проводимые во время Олимпийских игр;
б) первый год четырехлетия, наступление которого празднуют Олимпийские игры;
в) четырехлетний период между Олимпийскими играми;
г) год проведения Олимпийских игр.

2. Слово «гимнастика» означает:
а) занятия на снарядах; б) обнаженный;
в) одетый в трико; г) занятия с предметами.

3. Под общей физической подготовкой (ОФП) понимают тренировочный процесс, направленный на…
а) формирование правильной осанки; б) гармоническое развитие человека;
в) всестороннее развитие физических качеств; г) достижение высоких спортивных результатов.

4. Осанкой принято называть …
а) качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие и настроение;
б) привычную позу человека в вертикальном положении; в) пружинные характеристики позвоночника и стоп; г) силуэт человека.

5. Здоровье человека, прежде всего, зависит от…
а) состояния окружающей среды; б) деятельности учреждений здравоохранения;
в) наследственности; г) образа жизни. +

6. В какой спортивной игре нет вратаря? +
а) футбол; б) хоккей; в) баскетбол; г) водное поло.

7. При выполнении прыжков и соскоков со спортивных снарядов рекомендуется приземляться…
а) на мат, мягко на носки, пружинисто приседая; б) на мат, полностью выпрямляя ноги в коленях; в) на мат, мягко на пятки; г) на мат в положение основной стойки. +

8. Каждое упражнение утренней гимнастики, чтобы это не приводило к утомлению, необходимо выполнять… +
а) 16-18 раз; б) 18-20 раз, в) 8-12 раз; г) 22-24 раза.

9. Вероятность травм при занятиях физическими упражнениями снижается, если занимающиеся…
а) переоценивают свои возможности; б) следуют указаниям преподавателя;
в) владеют навыками выполнения движения; г) не умеют владеть своими эмоциями. +

10. В программу современного пятиборья не входит…
а) стрельба; б) фехтование; в) гимнастика; г) верховая езда. +

11. В шахматах «блиц» означает: +
а) фигура; б) молниеносная игра; в) дебютная новинка; г) подавляющее преимущество. +

12. Соблюдение режима дня способствует укреплению здоровья потому, что…
а) обеспечивает ритмичность работы организма; б) позволяет правильно планировать дела в течение дня; в) распределение основных дел осуществляется более или менее стандартно в течение каждого дня; г) позволяет избегать неоправданных физических напряжений.

Б) *Задания, в которых правильный ответ надо дописать (в открытой форме)*

13. Прыжок в длину с разбега делится на фазы:
Разбег, отталкивание, полёт и приземление +

14. Наибольшая сумма очков определяет в конце соревнования…
его победителя +

15. В плавании старт с тумбочки выполняется для способов:
кроль, брасс, баттерфляй +
старт с воды – в плавание на спине. +

16. В I Олимпийских играх современности не принимали участие
Греки. +

8 физ 10 18 баллов

7-8 классы

А) *Задания с выбором одного правильного ответа (в закрытой форме)*

1. Термин «Олимпиада» в древней Греции означал…
а) соревнования, проводимые во время Олимпийских игр;
б) первый год четырехлетия, наступление которого празднуют Олимпийские игры;
в) четырехлетний период между Олимпийскими играми;
г) год проведения Олимпийских игр.

2. Слово «гимнастика» означает:
а) занятия на снарядах; б) обнаженный;
в) одетый в трико; г) занятия с предметами.

3. Под общей физической подготовкой (ОФП) понимают тренировочный процесс, направленный на…
а) формирование правильной осанки; б) гармоническое развитие человека;
в) всестороннее развитие физических качеств; г) достижение высоких спортивных результатов.

4. Осанкой принято называть …
а) качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие и настроение;
б) привычную позу человека в вертикальном положении; в) пружинные характеристики позвоночника и стоп; г) силуэт человека.

5. Здоровье человека, прежде всего, зависит от…
а) состояния окружающей среды; б) деятельности учреждений здравоохранения;
в) наследственности; г) образа жизни.

6. В какой спортивной игре нет вратаря?
а) футбол; б) хоккей; в) баскетбол; г) водное поло.

7. При выполнении прыжков и соскоков со спортивных снарядов рекомендуется приземляться…
а) на мат, мягко на носки, пружинисто приседая; б) на мат, полностью выпрямляя ноги в коленях; в) на мат, мягко на пятки; г) на мат в положение основной стойки.

8. Каждое упражнение утренней гимнастики, чтобы это не приводило к утомлению, необходимо выполнять…
а) 16-18 раз, б) 18-20 раз; в) 8-12 раз; г) 22-24 раза.

9. Вероятность травм при занятиях физическими упражнениями снижается, если занимающиеся…
а) переоценивают свои возможности; б) следуют указаниям преподавателя;
в) владеют навыками выполнения движения; г) не умеют владеть своими эмоциями.

10. В программу современного пятиборья не входит…
а) стрельба; б) фехтование; в) гимнастика; г) верховая езда.

11. В шахматах «блиц» означает:
а) фигура; б) молниеносная игра; в) дебютная новинка; г) подавляющее преимущество.

12. Соблюдение режима дня способствует укреплению здоровья потому, что…
а) обеспечивает ритмичность работы организма; б) позволяет правильно планировать дела в течение дня; в) распределение основных дел осуществляется более или менее стандартно в течение каждого дня; г) позволяет избегать неоправданных физических напряжений.

Б) *Задания, в которых правильный ответ надо дописать (в открытой форме)*

13. Прыжок в длину с разбега делится на фазы:
Разбег – отталкивание – полёт – презимление

14. Наибольшая сумма очков определяет в конце соревнования…
судья

15. В плавании старт с тумбочки выполняется для способов:
кроль, брасс, батер баттерфляй.

старт с воды – на спине

16. В I Олимпийских играх современности не принимали участие
рабы и варвары-иноземцы

7-8 классы

А) *Задания с выбором одного правильного ответа (в закрытой форме)*

1. Термин «Олимпиада» в древней Греции означал…
а) соревнования, проводимые во время Олимпийских игр;
б) первый год четырехлетия, наступление которого празднуют Олимпийские игры;
в) четырехлетний период между Олимпийскими играми;
г) год проведения Олимпийских игр.

2. Слово «гимнастика» означает:
а) занятия на снарядах; б) обнаженный;
в) одетый в трико; г) занятия с предметами.

3. Под общей физической подготовкой (ОФП) понимают тренировочный процесс, направленный на…
а) формирование правильной осанки; б) гармоническое развитие человека;
в) всестороннее развитие физических качеств; г) достижение высоких спортивных результатов.

4. Осанкой принято называть …
а) качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие и настроение;
б) привычную позу человека в вертикальном положении; в) пружинные характеристики позвоночника и стоп; г) силуэт человека.

5. Здоровье человека, прежде всего, зависит от…
а) состояния окружающей среды; б) деятельности учреждений здравоохранения;
в) наследственности; г) образа жизни. +

6. В какой спортивной игре нет вратаря?
а) футбол; б) хоккей; в) баскетбол; г) водное поло. +

7. При выполнении прыжков и соскоков со спортивных снарядов рекомендуется приземляться…
а) на мат, мягко на носки, пружинисто приседая; б) на мат, полностью выпрямляя ноги в коленях; в) на мат, мягко на пятки; г) на мат в положение основной стойки.

8. Каждое упражнение утренней гимнастики, чтобы это не приводило к утомлению, необходимо выполнять…
а) 16-18 раз; б) 18-20 раз; в) 8-12 раз; г) 22-24 раза. +

Физ-ра 20 баллов

9. Вероятность травм при занятиях физическими упражнениями снижается, если занимающиеся…
а) переоценивают свои возможности; б) следуют указаниям преподавателя;
в) владеют навыками выполнения движения; г) не умеют владеть своими эмоциями.

10. В программу современного пятиборья не входит…
а) стрельба, б) фехтование; в) гимнастика; г) верховая езда.

11. В шахматах «блиц» означает: +
а) фигура; б) молниеносная игра; в) дебютная новинка; г) подавляющее преимущество. +

12. Соблюдение режима дня способствует укреплению здоровья потому, что…
а) обеспечивает ритмичность работы организма; б) позволяет правильно планировать дела в течение дня; в) распределение основных дел осуществляется более или менее стандартно в течение каждого дня; г) позволяет избегать неоправданных физических напряжений.

Б) *Задания, в которых правильный ответ надо дописать (в открытой форме)*

13. Прыжок в длину с разбега делится на фазы:
разбег, отталкивание, полет и приземление. +

14. Наибольшая сумма очков определяет в конце соревнования… +
Его победителя.

15. В плавании старт с тумбочки выполняется для способов:
при плавании кролем (вольным стилем) брассом и баттерфляем. +,
старт с воды –
применяется только при плавании на спине. +

16. В I Олимпийских играх современности не принимали участие
Российские спортсмены +

7-8 классы

А) *Задания с выбором одного правильного ответа (в закрытой форме)*

1. Термин «Олимпиада» в древней Греции означал…
а) соревнования, проводимые во время Олимпийских игр;
б) первый год четырехлетия, наступление которого празднуют Олимпийские игры;
в) четырехлетний период между Олимпийскими играми;
г) год проведения Олимпийских игр. +

2. Слово «гимнастика» означает:
а) занятия на снарядах; б) обнаженный;
в) одетый в трико; г) занятия с предметами.

3. Под общей физической подготовкой (ОФП) понимают тренировочный процесс, направленный на…
а) формирование правильной осанки; б) гармоническое развитие человека;
в) всестороннее развитие физических качеств; г) достижение высоких спортивных результатов. +

4. Осанкой принято называть …
а) качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие и настроение;
б) привычную позу человека в вертикальном положении; в) пружинные характеристики позвоночника и стоп; г) силуэт человека.

5. Здоровье человека, прежде всего, зависит от…
а) состояния окружающей среды; б) деятельности учреждений здравоохранения; +
в) наследственности; г) образа жизни.

6. В какой спортивной игре нет вратаря? +
а) футбол; б) хоккей; в) баскетбол; г) водное поло.

7. При выполнении прыжков и соскоков со спортивных снарядов рекомендуется приземляться… +
а) на мат, мягко на носки, пружинисто приседая; б) на мат, полностью выпрямляя ноги в коленях; в) на мат, мягко на пятки; г) на мат в положение основной стойки.

8. Каждое упражнение утренней гимнастики, чтобы это не приводило к утомлению, необходимо выполнять… +
а) 16-18 раз; б) 18-20 раз; в) 8-12 раз; г) 22-24 раза.

894308 21 балл.

9. Вероятность травм при занятиях физическими упражнениями снижается, если занимающиеся…
а) переоценивают свои возможности; б) следуют указаниям преподавателя;
в) владеют навыками выполнения движения; г) не умеют владеть своими эмоциями.

10. В программу современного пятиборья не входит…
а) стрельба; б) фехтование; в) гимнастика; г) верховая езда. +

11. В шахматах «блиц» означает:
а) фигура; б) молниеносная игра; в) дебютная новинка; г) подавляющее преимущество. +

12. Соблюдение режима дня способствует укреплению здоровья потому, что…
а) обеспечивает ритмичность работы организма; б) позволяет правильно планировать дела в течение дня; в) распределение основных дел осуществляется более или менее стандартно в течение каждого дня; г) позволяет избегать неоправданных физических напряжений.

Б) *Задания, в которых правильный ответ надо дописать (в открытой форме)*

13. Прыжок в длину с разбега делится на фазы:
разбег, ~~[illegible]~~ отталкивание, полёт, приземление. +

14. Наибольшая сумма очков определяет в конце соревнования…
Его победителя +

15. В плавании старт с тумбочки выполняется для способов:
кроль, брас, баттерфляй +

старт с воды – применяется при плавании на спине +

16. В I Олимпийских играх современности не принимали участие
Российские спортсмены +

7ФИЗО4 18 баллов

7-8 классы

А) *Задания с выбором одного правильного ответа (в закрытой форме)*

1. Термин «Олимпиада» в древней Греции означал…
а) соревнования, проводимые во время Олимпийских игр;
б) первый год четырехлетия, наступление которого празднуют Олимпийские игры;
в) четырехлетний период между Олимпийскими играми;
г) год проведения Олимпийских игр. +

2. Слово «гимнастика» означает:
а) занятия на снарядах; б) обнаженный;
в) одетый в трико; г) занятия с предметами. +

3. Под общей физической подготовкой (ОФП) понимают тренировочный процесс, направленный на…
а) формирование правильной осанки; б) гармоническое развитие человека;
в) всестороннее развитие физических качеств; г) достижение высоких спортивных результатов.

4. Осанкой принято называть …
а) качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие и настроение;
б) привычную позу человека в вертикальном положении; в) пружинные характеристики позвоночника и стоп; г) силуэт человека.

5. Здоровье человека, прежде всего, зависит от…
а) состояния окружающей среды; б) деятельности учреждений здравоохранения;
в) наследственности; г) образа жизни. +

6. В какой спортивной игре нет вратаря?
а) футбол; б) хоккей; в) баскетбол; г) водное поло. +

7. При выполнении прыжков и соскоков со спортивных снарядов рекомендуется приземляться… +
а) на мат, мягко на носки, пружинисто приседая; б) на мат, полностью выпрямляя ноги в коленях; в) на мат, мягко на пятки; г) на мат в положение основной стойки.

8. Каждое упражнение утренней гимнастики, чтобы это не приводило к утомлению, необходимо выполнять… +
а) 16-18 раз; б) 18-20 раз; в) 8-12 раз; г) 22-24 раза.

9. Вероятность травм при занятиях физическими упражнениями снижается, если занимающиеся…
а) переоценивают свои возможности; б) следуют указаниям преподавателя; в) владеют навыками выполнения движения; г) не умеют владеть своими эмоциями. +

10. В программу современного пятиборья не входит…
а) стрельба; б) фехтование; в) гимнастика; г) верховая езда. +

11. В шахматах «блиц» означает:
а) фигура; б) молниеносная игра; в) дебютная новинка; г) подавляющее преимущество.

12. Соблюдение режима дня способствует укреплению здоровья потому, что…
а) обеспечивает ритмичность работы организма; б) позволяет правильно планировать дела в течение дня; в) распределение основных дел осуществляется более или менее стандартно в течение каждого дня; г) позволяет избегать неоправданных физических напряжений.

Б) *Задания, в которых правильный ответ надо дописать (в открытой форме)*

13. Прыжок в длину с разбега делится на фазы:
разбег, отталкивание, полет и приземление +

14. Наибольшая сумма очков определяет в конце соревнования…
его победителя +

15. В плавании старт с тумбочки выполняется для способов:
кроль, вольный, брасс 1б.
старт с воды – в плавание со ластами

16. В I Олимпийских играх современности не принимали участие
Греки

ıссы

ıания с выбором одного правильного ответа (в закрытой форме)

ıмин «Олимпиада» в древней Греции означал…

ɔевнования, проводимые во время Олимпийских игр;

рвый год четырехлетия, наступление которого празднуют Олимпийские

ı;

етырехлетний период между Олимпийскими играми;

од проведения Олимпийских игр.

Слово «гимнастика» означает:

занятия на снарядах; б) обнаженный;

) одетый в трико; в) занятия с предметами.

3. Под общей физической подготовкой (ОФП) понимают тренировочный процесс, направленный на…

а) формирование правильной осанки; б) гармоническое развитие человека; в) всестороннее развитие физических качеств; г) достижение высоких спортивных результатов.

4. Осанкой принято называть …

а) качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие и настроение;

б) привычную позу человека в вертикальном положении; в) пружинные характеристики позвоночника и стоп; г) силуэт человека.

5. Здоровье человека, прежде всего, зависит от…

а) состояния окружающей среды; б) деятельности учреждений здравоохранения;

в) наследственности; г) образа жизни.

6. В какой спортивной игре нет вратаря?

а) футбол, б) хоккей; в) баскетбол; г) водное поло.

7. При выполнении прыжков и соскоков со спортивных снарядов рекомендуется приземляться…

а) на мат, мягко на носки, пружинисто приседая; б) на мат, полностью выпрямляя ноги в коленях; в) на мат, мягко на пятки; г) на мат в положение основной стойки.

8. Каждое упражнение утренней гимнастики, чтобы это не приводило к утомлению, необходимо выполнять…

а) 16-18 раз, б) 18-20 раз, в) 8-12 раз; г) 22-24 раза.

3ФКЗ107 20 баллов

9. Вероятность травм при занятиях физическими упражнениями снижается, если занимающиеся…

а) переоценивают свои возможности; б) следуют указаниям преподавателя; в) владеют навыками выполнения движения, г) не умеют владеть своими эмоциями.

10. В программу современного пятиборья не входит…

а) стрельба; б) фехтование; в) гимнастика; г) верховая езда.

11. В шахматах «блиц» означает:

а) фигура; б) молниеносная игра; в) дебютная новинка; г) подавляющее преимущество.

12. Соблюдение режима дня способствует укреплению здоровья потому, что…

а) обеспечивает ритмичность работы организма; б) позволяет правильно планировать дела в течение дня; в) распределение основных дел осуществляется более или менее стандартно в течение каждого дня; г) позволяет избегать неоправданных физических напряжений.

Б) *Задания, в которых правильный ответ надо дописать (в открытой форме)*

13. Прыжок в длину с разбега делится на фазы:

разбег отталкивание. 1б

14. Наибольшая сумма очков определяет в конце соревнования…

~~по сумме наибольшее кол-во очков.~~ победителя

15. В плавании старт с тумбочки выполняется для способов:

кроль быстрее.

старт с воды – медленнее

16. В I Олимпийских играх современности не принимали участие

Греки

9 класс

А) *Задания с выбором одного правильного ответа (в закрытой форме)*

1. Какие изменения в развитии физической культуры и спорта произошли в России после 1917 года?

а) большинство взрослого населения стали заниматься восточными видами гимнастики и борьбы;
б) были созданы военно-спортивные клубы и кружки физической культуры;
в) стали популярными оздоровительные системы «фитнес» и «аквааэробика».

2. Физическая культура способствует…

а) восстановлению функции организма после травм и заболеваний,
б) регулярным занятиям физическими упражнениями, закаливанию организма;
в) достижениям общества, отражающим физическое и духовное развитие человека.

3. Первый комплекс ГТО был разработан…

а) в 1978 г.; б) в 1965 г.; в) в 1931 г.; г) в 2014 г.

4. Основой физической культуры является…

а) физическое развитие; б) физическое упражнение;
в) физическая подготовка; г) физическое совершенствование

5. Физическое воспитание представляет собой…

а) процесс выполнения физических упражнений;
б) способ освоения ценностей, накопленных в сфере физической культуры;
в) способ повышения работоспособности и укрепления здоровья;
г) обеспечение общего уровня физической подготовленности

6. Утомление в спорте определяется как…

а) суперкомпенсация затраченной энергии; б) аэробная усталость;
в) временное снижение работоспособности; г) анаэробная утомляемость.

7. Основная цель массового спорта заключается в…

а) достижении максимально высоких спортивных результатов;
б) восстановлении физической работоспособности;
в) повышении и сохранении общей физической подготовленности.

8. Руководство страны и региональные руководители выступили с инициативой возрождения комплекса ГТО в России в современном формате в…

а) 2013 году; б) 2007 году; в) 2000 году; г) 2015 году.

9ф43309 18 баллов.

9. Указ Президента Российской Федерации «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)», постановляющий о вводе в действие комплекса вышел в…

а) 2014 году, б) 2004 году; в) 2007 году; г) 2015 году.

10. Кто из известных ученых древности был чемпионом ОИ?

а) Аристотель; б) Платон; в) Пифагор; г) Архимед.

11. Гигиенические нормы и требования регламентируются…

а) специальными санитарными правилами;
б) распоряжением директора школы;
в) инструкцией учителя физической культуры

12. Олимпийским талисманом XXII Олимпийских игр был:

а) олимпийский мишка; б) чебурашка; в) попугай; г) львенок.

13. Основоположником отечественной системы физического воспитания является:

а) М.В. Ломоносов; б) К.Д. Ушинский; в) П.Ф. Лесгафт; г) Н.А. Семашко.

14. Все вопросы, связанные с организацией и проведением соревнований раскрываются…

а) в Положении о соревнованиях;
б) в правилах соревнований;
в) в календаре соревнований.

15. В соответствии с состоянием здоровья, физическим развитием, уровнем физической подготовленности все школьники для занятий физической культурой распределяются на следующие медицинские группы:

а) слабую, среднюю, сильную;
б) основную, подготовительную, специальную;
в) без отклонений в состоянии здоровья, с отклонениями в состоянии здоровья;
г) оздоровительную, физкультурную, спортивную.

16. Физические упражнения, используемые для исправления различных деформаций опорно-двигательного аппарата, называются…

а) подводящими; б) имитационными;
в) корригирующими; г) общеразвивающими.

9 класс

А) *Задания с выбором одного правильного ответа (в закрытой форме)*

1. Какие изменеция в развитии физической культуры и спорта произошли в России после 1917 года?

а) большинство взрослого населения стали заниматься восточными видами гимнастики и борьбы;
б) были созданы военно-спортивные клубы и кружки физической культуры;
в) стали популярными оздоровительные системы «фитнес» и «аквааэробика».

2. Физическая культура способствует…

а) восстановлению функции организма после травм и заболеваний;
б) регулярным занятиям физическими упражнениями, закаливанию организма;
в) достижениям общества, отражающим физическое и духовное развитие человека.

3. Первый комплекс ГТО был разработан…

а) в 1978 г.; б) в 1965 г.; в) в 1931 г.; г) в 2014 г.

4. Основой физической культуры является…

а) физическое развитие; б) физическое упражнение;
в) физическая подготовка; г) физическое совершенствование

5. Физическое воспитание представляет собой…

а) процесс выполнения физических упражнений;
б) способ освоения ценностей, накопленных в сфере физической культуры;
в) способ повышения работоспособности и укрепления здоровья;
г) обеспечение общего уровня физической подготовленности

6. Утомление в спорте определяется как…

а) суперкомпенсация затраченной энергии; б) аэробная усталость;
в) временное снижение работоспособности; г) анаэробная утомляемость.

7. Основная цель массового спорта заключается в…

а) достижении максимально высоких спортивных результатов;
б) восстановлении физической работоспособности;
в) повышении и сохранении общей физической подготовленности.

8. Руководство страны и региональные руководители выступили с инициативой возрождения комплекса ГТО в России в современном формате в…

а) 2013 году; б) 2007 году; в) 2000 году; г) 2015 году.

9 физ 14. 14

9. Указ Президента Российской Федерации «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)», постановляющий о вводе в действие комплекса вышел в…

а) 2014 году; б) 2004 году; в) 2007 году; г) 2015 году.

10. Кто из известных ученых древности был чемпионом ОИ?

а) Аристотель; б) Платон; в) Пифагор; г) Архимед.

11. Гигиенические нормы и требования регламентируются…

а) специальными санитарными правилами;
б) распоряжением директора школы;
в) инструкцией учителя физической культуры

12. Олимпийским талисманом XXII Олимпийских игр был:

а) олимпийский мишка; б) чебурашка; в) попугай; г) львенок. ответ: а.

13. Основоположником отечественной системы физического воспитания является:

а) М.В. Ломоносов; б) К.Д. Ушинский; в) П.Ф. Лесгафт; г) Н.А. Семашко.

14. Все вопросы, связанные с организацией и проведением соревнований раскрываются…

а) в Положении о соревнованиях;
б) в правилах соревнований;
в) в календаре соревнований.

15. В соответствии с состоянием здоровья, физическим развитием, уровнем физической подготовленности все школьники для занятий физической культурой распределяются на следующие медицинские группы:

а) слабую, среднюю, сильную;
б) основную, подготовительную, специальную;
в) без отклонений в состоянии здоровья, с отклонениями в состоянии здоровья;
г) оздоровительную, физкультурную, спортивную.

16. Физические упражнения, используемые для исправления различных деформаций опорно-двигательного аппарата, называются…

а) подводящими; б) имитационными;
в) корригирующими; г) общеразвивающими.

9 класс

А) *Задания с выбором одного правильного ответа (в закрытой форме)*

1. Какие изменения в развитии физической культуры и спорта произошли в России после 1917 года?

а) большинство взрослого населения стали заниматься восточными видами гимнастики и борьбы;
б) были созданы военно-спортивные клубы и кружки физической культуры;
в) стали популярными оздоровительные системы «фитнес» и «аквааэробика».

2. Физическая культура способствует…

а) восстановлению функции организма после травм и заболеваний;
б) регулярным занятиям физическими упражнениями, закаливанию организма;
в) достижениям общества, отражающим физическое и духовное развитие человека.

3. Первый комплекс ГТО был разработан…

а) в 1978 г.; б) в 1965 г.; в) в 1931 г.; г) в 2014 г.

4. Основой физической культуры является…

а) физическое развитие; б) физическое упражнение;
в) физическая подготовка; г) физическое совершенствование

5. Физическое воспитание представляет собой…

а) процесс выполнения физических упражнений;
б) способ освоения ценностей, накопленных в сфере физической культуры;
в) способ повышения работоспособности и укрепления здоровья;
г) обеспечение общего уровня физической подготовленности

6. Утомление в спорте определяется как…

а) суперкомпенсация затраченной энергии; б) аэробная усталость;
в) временное снижение работоспособности; г) анаэробная утомляемость.

7. Основная цель массового спорта заключается в…

а) достижении максимально высоких спортивных результатов;
б) восстановлении физической работоспособности;
в) повышении и сохранении общей физической подготовленности.

8. Руководство страны и региональные руководители выступили с инициативой возрождения комплекса ГТО в России в современном формате в…

а) 2013 году; б) 2007 году; в) 2000 году; г) 2015 году.

99 из 08 14

9. Указ Президента Российской Федерации «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)», постановляющий о вводе в действие комплекса вышел в…

а) 2014 году; б) 2004 году; в) 2007 году; г) 2015 году.

10. Кто из известных ученых древности был чемпионом ОИ?

а) Аристотель; б) Платон; в) Пифагор; г) Архимед.

11. Гигиенические нормы и требования регламентируются…

а) специальными санитарными правилами;
б) распоряжением директора школы;
в) инструкцией учителя физической культуры

12. Олимпийским талисманом XXII Олимпийских игр был:

а) олимпийский мишка; б) чебурашка; в) попугай; г) львенок.

13. Основоположником отечественной системы физического воспитания является:

а) М.В. Ломоносов; б) К.Д. Ушинский; в) П.Ф. Лесгафт; г) Н.А. Семашко.

14. Все вопросы, связанные с организацией и проведением соревнований раскрываются…

а) в Положении о соревнованиях;
б) в правилах соревнований;
в) в календаре соревнований.

15. В соответствии с состоянием здоровья, физическим развитием, уровнем физической подготовленности все школьники для занятий физической культурой распределяются на следующие медицинские группы:

а) слабую, среднюю, сильную;
б) основную, подготовительную, специальную;
в) без отклонений в состоянии здоровья, с отклонениями в состоянии здоровья;
г) оздоровительную, физкультурную, спортивную.

16. Физические упражнения, используемые для исправления различных деформаций опорно-двигательного аппарата, называются…

а) подводящими; б) имитационными;
в) корригирующими; г) общеразвивающими.

9 класс

А) *Задания с выбором одного правильного ответа (в закрытой форме)*

1. Какие изменения в развитии физической культуры и спорта произошли в России после 1917 года?

а) большинство взрослого населения стали заниматься восточными видами гимнастики и борьбы;
б) были созданы военно-спортивные клубы и кружки физической культуры;
в) стали популярными оздоровительные системы «фитнес» и «аквааэробика».

2. Физическая культура способствует…

а) восстановлению функции организма после травм и заболеваний;
б) регулярным занятиям физическими упражнениями, закаливанию организма;
в) достижениям общества, отражающим физическое и духовное развитие человека.

3. Первый комплекс ГТО был разработан…

а) в 1978 г.; б) в 1965 г.; в) в 1931 г.; г) в 2014 г.

4. Основой физической культуры является…

а) физическое развитие; б) физическое упражнение;
в) физическая подготовка; г) физическое совершенствование

5. Физическое воспитание представляет собой…

а) процесс выполнения физических упражнений;
б) способ освоения ценностей, накопленных в сфере физической культуры;
в) способ повышения работоспособности и укрепления здоровья;
г) обеспечение общего уровня физической подготовленности

6. Утомление в спорте определяется как…

а) суперкомпенсация затраченной энергии; б) аэробная усталость;
в) временное снижение работоспособности; г) анаэробная утомляемость.

7. Основная цель массового спорта заключается в…

а) достижении максимально высоких спортивных результатов;
б) восстановлении физической работоспособности;
в) повышении и сохранении общей физической подготовленности.

8. Руководство страны и региональные руководители выступили с инициативой возрождения комплекса ГТО в России в современном формате в…

а) 2013 году; б) 2007 году; в) 2000 году; г) 2015 году.

9ф изор 16б

9. Указ Президента Российской Федерации «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)», постановляющий о вводе в действие комплекса вышел в…

а) 2014 году; б) 2004 году; в) 2007 году; г) 2015 году.

10. Кто из известных ученых древности был чемпионом ОИ?

а) Аристотель; б) Платон; в) Пифагор; г) Архимед.

11. Гигиенические нормы и требования регламентируются…

а) специальными санитарными правилами;
б) распоряжением директора школы;
в) инструкцией учителя физической культуры

12. Олимпийским талисманом XXII Олимпийских игр был:

а) олимпийский мишка; б) чебурашка; в) попугай; г) львенок.

13. Основоположником отечественной системы физического воспитания является:

а) М.В. Ломоносов; б) К.Д. Ушинский; в) П.Ф. Лесгафт; г) Н.А. Семашко.

14. Все вопросы, связанные с организацией и проведением соревнований раскрываются…

а) в Положении о соревнованиях;
б) в правилах соревнований;
в) в календаре соревнований.

15. В соответствии с состоянием здоровья, физическим развитием, уровнем физической подготовленности все школьники для занятий физической культурой распределяются на следующие медицинские группы:

а) слабую, среднюю, сильную;
б) основную, подготовительную, специальную;
в) без отклонений в состоянии здоровья, с отклонениями в состоянии здоровья;
г) оздоровительную, физкультурную, спортивную.

16. Физические упражнения, используемые для исправления различных деформаций опорно-двигательного аппарата, называются…

а) подводящими; б) имитационными;
в) корригирующими; г) общеразвивающими.

9 класс

А) *Задания с выбором одного правильного ответа (в закрытой форме)*

1. Какие изменения в развитии физической культуры и спорта произошли в России после 1917 года?

а) большинство взрослого населения стали заниматься восточными видами гимнастики и борьбы;
б) были созданы военно-спортивные клубы и кружки физической культуры;
в) стали популярными оздоровительные системы «фитнес» и «аквааэробика».

2. Физическая культура способствует…

а) восстановлению функции организма после травм и заболеваний;
б) регулярным занятиям физическими упражнениями, закаливанию организма;
в) достижениям общества, отражающим физическое и духовное развитие человека.

3. Первый комплекс ГТО был разработан…

а) в 1978 г.; б) в 1965 г.; в) в 1931 г.; г) в 2014 г.

4. Основой физической культуры является…

а) физическое развитие; б) физическое упражнение;
в) физическая подготовка; г) физическое совершенствование

5. Физическое воспитание представляет собой…

а) процесс выполнения физических упражнений;
б) способ освоения ценностей, накопленных в сфере физической культуры;
в) способ повышения работоспособности и укрепления здоровья;
г) обеспечение общего уровня физической подготовленности

6. Утомление в спорте определяется как…

а) суперкомпенсация затраченной энергии; б) аэробная усталость;
в) временное снижение работоспособности; г) анаэробная утомляемость.

7. Основная цель массового спорта заключается в…

а) достижении максимально высоких спортивных результатов;
б) восстановлении физической работоспособности;
в) повышении и сохранении общей физической подготовленности.

8. Руководство страны и региональные руководители выступили с инициативой возрождения комплекса ГТО в России в современном формате в…

а) 2013 году; б) 2007 году; в) 2000 году; г) 2015 году.

9 ФИЗ 18 10 баллов

9. Указ Президента Российской Федерации «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)», постановляющий о вводе в действие комплекса вышел в…

а) 2014 году; б) 2004 году; в) 2007 году; г) 2015 году.

10. Кто из известных ученых древности был чемпионом ОИ?

а) Аристотель; б) Платон; в) Пифагор; г) Архимед.

11. Гигиенические нормы и требования регламентируются…

а) специальными санитарными правилами;
б) распоряжением директора школы;
в) инструкцией учителя физической культуры

12. Олимпийским талисманом XXII Олимпийских игр был:

а) олимпийский мишка; б) чебурашка; в) попугай; г) львенок.

13. Основоположником отечественной системы физического воспитания является:

а) М.В. Ломоносов; б) К.Д. Ушинский; в) П.Ф. Лесгафт; г) Н.А. Семашко.

14. Все вопросы, связанные с организацией и проведением соревнований раскрываются…

а) в Положении о соревнованиях;
б) в правилах соревнований;
в) в календаре соревнований

15. В соответствии с состоянием здоровья, физическим развитием, уровнем физической подготовленности все школьники для занятий физической культурой распределяются на следующие медицинские группы:

а) слабую, среднюю, сильную;
б) основную, подготовительную, специальную;
в) без отклонений в состоянии здоровья, с отклонениями в состоянии здоровья;
г) оздоровительную, физкультурную, спортивную.

16. Физические упражнения, используемые для исправления различных деформаций опорно-двигательного аппарата, называются…

а) подводящими; б) имитационными;
в) корригирующими; г) общеразвивающими.

9 класс

А) Задания с выбором одного правильного ответа (в закрытой форме)

1. Какие изменения в развитии физической культуры и спорта произошли в России после 1917 года?

а) большинство взрослого населения стали заниматься восточными видами гимнастики и борьбы;
б) были созданы военно-спортивные клубы и кружки физической культуры;
в) стали популярными оздоровительные системы «фитнес» и «аквааэробика».

2. Физическая культура способствует…

а) восстановлению функции организма после травм и заболеваний;
б) регулярным занятиям физическими упражнениями, закаливанию организма;
в) достижениям общества, отражающим физическое и духовное развитие человека.

3. Первый комплекс ГТО был разработан…

а) в 1978 г.; б) в 1965 г.; в) в 1931 г.; г) в 2014 г.

4. Основой физической культуры является…

а) физическое развитие; б) физическое упражнение;
в) физическая подготовка; г) физическое совершенствование

5. Физическое воспитание представляет собой…

а) процесс выполнения физических упражнений;
б) способ освоения ценностей, накопленных в сфере физической культуры;
в) способ повышения работоспособности и укрепления здоровья;
г) обеспечение общего уровня физической подготовленности

6. Утомление в спорте определяется как…

а) суперкомпенсация затраченной энергии; б) аэробная усталость;
в) временное снижение работоспособности; г) анаэробная утомляемость.

7. Основная цель массового спорта заключается в…

а) достижении максимально высоких спортивных результатов;
б) восстановлении физической работоспособности;
в) повышении и сохранении общей физической подготовленности.

8. Руководство страны и региональные руководители выступили с инициативой возрождения комплекса ГТО в России в современном формате в…

а) 2013 году; б) 2007 году; в) 2000 году; г) 2015 году.

9 физ/7

12 баллов

9. Указ Президента Российской Федерации «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)», постановляющий о вводе в действие комплекса вышел в…

а) 2014 году; б) 2004 году; в) 2007 году; г) 2015 году.

10. Кто из известных ученых древности был чемпионом ОИ?

а) Аристотель; б) Платон; в) Пифагор; г) Архимед.

11. Гигиенические нормы и требования регламентируются…

а) специальными санитарными правилами;
б) распоряжением директора школы;
в) инструкцией учителя физической культуры

12. Олимпийским талисманом XXII Олимпийских игр был:

а) олимпийский мишка; б) чебурашка; в) попугай; г) львенок.

13. Основоположником отечественной системы физического воспитания является:

а) М.В. Ломоносов; б) К.Д. Ушинский; в) П.Ф. Лесгафт; г) Н.А. Семашко.

14. Все вопросы, связанные с организацией и проведением соревнований раскрываются…

а) в Положении о соревнованиях;
б) в правилах соревнований;
в) в календаре соревнований.

15. В соответствии с состоянием здоровья, физическим развитием, уровнем физической подготовленности все школьники для занятий физической культурой распределяются на следующие медицинские группы:

а) слабую, среднюю, сильную;
б) основную, подготовительную, специальную;
в) без отклонений в состоянии здоровья, с отклонениями в состоянии здоровья;
г) оздоровительную, физкультурную, спортивную.

16. Физические упражнения, используемые для исправления различных деформаций опорно-двигательного аппарата, называются…

а) подводящими; б) имитационными;
в) корригирующими; г) общеразвивающими.

9 класс

А) Задания с выбором одного правильного ответа (в закрытой форме)

1. Какие изменения в развитии физической культуры и спорта произошли в России после 1917 года?

а) большинство взрослого населения стали заниматься восточными видами гимнастики и борьбы;
б) были созданы военно-спортивные клубы и кружки физической культуры;
в) стали популярными оздоровительные системы «фитнес» и «аквааэробика».

2. Физическая культура способствует…

а) восстановлению функции организма после травм и заболеваний;
б) регулярным занятиям физическими упражнениями, закаливанию организма;
в) достижениям общества, отражающим физическое и духовное развитие человека.

3. Первый комплекс ГТО был разработан…

а) в 1978 г.; б) в 1965 г., в) в 1931 г.; г) в 2014 г.

4. Основой физической культуры является…

а) физическое развитие; б) физическое упражнение;
в) физическая подготовка; г) физическое совершенствование

5. Физическое воспитание представляет собой…

а) процесс выполнения физических упражнений;
б) способ освоения ценностей, накопленных в сфере физической культуры;
в) способ повышения работоспособности и укрепления здоровья;
г) обеспечение общего уровня физической подготовленности

6. Утомление в спорте определяется как…

а) суперкомпенсация затраченной энергии, б) аэробная усталость;
в) временное снижение работоспособности; г) анаэробная утомляемость.

7. Основная цель массового спорта заключается в…

а) достижении максимально высоких спортивных результатов;
б) восстановлении физической работоспособности;
в) повышении и сохранении общей физической подготовленности.

8. Руководство страны и региональные руководители выступили с инициативой возрождения комплекса ГТО в России в современном формате в…

а) 2013 году; б) 2007 году; в) 2000 году; г) 2015 году.

9 физ 12

Иванов

9. Указ Президента Российской Федерации «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)», постановляющий о вводе в действие комплекса вышел в…

а) 2014 году; б) 2004 году; в) 2007 году; г) 2015 году.

10. Кто из известных ученых древности был чемпионом ОИ?

а) Аристотель; б) Платон; в) Пифагор; г) Архимед.

11. Гигиенические нормы и требования регламентируются…

а) специальными санитарными правилами;
б) распоряжением директора школы;
в) инструкцией учителя физической культуры

12. Олимпийским талисманом XXII Олимпийских игр был:

а) олимпийский мишка; б) чебурашка, в) попугай; г) львенок.

13. Основоположником отечественной системы физического воспитания является:

а) М.В. Ломоносов; б) К.Д. Ушинский; в) П.Ф. Лесгафт; г) Н.А. Семашко.

14. Все вопросы, связанные с организацией и проведением соревнований раскрываются…

а) в Положении о соревнованиях;
б) в правилах соревнований;
в) в календаре соревнований.

15. В соответствии с состоянием здоровья, физическим развитием, уровнем физической подготовленности все школьники для занятий физической культурой распределяются на следующие медицинские группы:

а) слабую, среднюю, сильную;
б) основную, подготовительную, специальную;
в) без отклонений в состоянии здоровья, с отклонениями в состоянии здоровья;
г) оздоровительную, физкультурную, спортивную.

16. Физические упражнения, используемые для исправления различных деформаций опорно-двигательного аппарата, называются…

а) подводящими; б) имитационными;
в) корригирующими; г) общеразвивающими.

9 943 20

14 баллов

9 класс

А) *Задания с выбором одного правильного ответа (в закрытой форме)*

1. Какие изменения в развитии физической культуры и спорта произошли в России после 1917 года?

а) большинство взрослого населения стали заниматься восточными видами гимнастики и борьбы;
б) были созданы военно-спортивные клубы и кружки физической культуры;
в) стали популярными оздоровительные системы «фитнес» и «аквааэробика».

2. Физическая культура способствует…

а) восстановлению функции организма после травм и заболеваний;
б) регулярным занятиям физическими упражнениями, закаливанию организма;
в) достижениям общества, отражающим физическое и духовное развитие человека.

3. Первый комплекс ГТО был разработан…

а) в 1978 г.; б) в 1965 г.; в) в 1931 г.; г) в 2014 г.

4. Основой физической культуры является…

а) физическое развитие; б) физическое упражнение,
в) физическая подготовка; г) физическое совершенствование

5. Физическое воспитание представляет собой…

а) процесс выполнения физических упражнений;
б) способ освоения ценностей, накопленных в сфере физической культуры;
в) способ повышения работоспособности и укрепления здоровья;
г) обеспечение общего уровня физической подготовленности

6. Утомление в спорте определяется как…

а) суперкомпенсация затраченной энергии; б) аэробная усталость,
в) временное снижение работоспособности; г) анаэробная утомляемость.

7. Основная цель массового спорта заключается в…

а) достижении максимально высоких спортивных результатов;
б) восстановлении физической работоспособности;
в) повышении и сохранении общей физической подготовленности.

8. Руководство страны и региональные руководители выступили с инициативой возрождения комплекса ГТО в России в современном формате в…

а) 2013 году; б) 2007 году; в) 2000 году; г) 2015 году.

9. Указ Президента Российской Федерации «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)», постановляющий о вводе в действие комплекса вышел в…

а) 2014 году; б) 2004 году; в) 2007 году, г) 2015 году.

10. Кто из известных ученых древности был чемпионом ОИ?

а) Аристотель; б) Платон; в) Пифагор; г) Архимед.

11. Гигиенические нормы и требования регламентируются…

а) специальными санитарными правилами;
б) распоряжением директора школы;
в) инструкцией учителя физической культуры

12. Олимпийским талисманом XXII Олимпийских игр был:

а) олимпийский мишка; б) чебурашка; в) попугай; г) львенок.

13. Основоположником отечественной системы физического воспитания является:

а) М.В. Ломоносов, б) К.Д. Ушинский, в) П.Ф. Лесгафт, г) Н.А. Семашко.

14. Все вопросы, связанные с организацией и проведением соревнований раскрываются…

а) в Положении о соревнованиях;
б) в правилах соревнований;
в) в календаре соревнований.

15. В соответствии с состоянием здоровья, физическим развитием, уровнем физической подготовленности все школьники для занятий физической культурой распределяются на следующие медицинские группы:

а) слабую, среднюю, сильную;
б) основную, подготовительную, специальную;
в) без отклонений в состоянии здоровья, с отклонениями в состоянии здоровья;
г) оздоровительную, физкультурную, спортивную.

16. Физические упражнения, используемые для исправления различных деформаций опорно-двигательного аппарата, называются…

а) подводящими; б) имитационными;
в) корригирующими; г) общеразвивающими.

10 ФИЗ 16 19 баллов

10-11 классы

А) *Задания с выбором одного правильного ответа (в закрытой форме)*

1. В каком году был создан Международный Олимпийский Комитет?

а) 1898г.;

б) 1911г.;

в) 1923г.;

г) 1894г.

2.Физическая культура ориентирована на совершенствование:

а) физических и психических качеств людей;

б) техники двигательных действий;

в) работоспособности человека;

г) природных физических свойств человека

3. Как называется состояние человека, которому свойственно полное физическое, душевное и социальное благополучие?

а) физическое развитие;

б) физическая подготовленность;

в) физическое состояние;

г) здоровье.

4. Предметом обучения в физическом воспитании являются:

а) физкультурные занятия;

б) физические упражнения;

в) способы решения двигательных задач;

г) двигательные действия.

5. Под силой как физическим качеством понимается:

а) способность поднимать тяжелые предметы;

б) возможность воздействовать на внешние силы за счет мышечных напряжений;

в) возможность человека преодолевать внешнее сопротивление либо противодействовать ему за счет мышечных напряжений.

6. Под гибкостью как физическим качеством понимается:

а) умение делать упражнение ласточка;

б) умение садиться на шпагат;

в) способность выполнять движения, используя максимальную подвижность суставов;

г) способность человека противостоять утомлению в какой-либо деятельности.

7. Под быстротой, как физическим качеством понимается:

а) комплекс психофизических свойств человека, позволяющих передвигаться с большой скоростью;

б) комплекс психофизических свойств человека, позволяющих выполнить непродолжительную работу в минимальный отрезок времени;

в) способность человека быстро набирать скорость;

г) комплекс психофизических свойств человека, позволяющих человеку быстро реагировать на сигналы и выполнять движения с большой частотой.

8. Лучшие условия для развития быстроты реакции создаются во время:

а) подвижных и спортивных игр;

б) выпрыгиваний вверх с места;

в) скоростно-силовых упражнений;

г) прыжков в длину.

9. Под выносливостью как физическим качеством понимается:

а) комплекс свойств человека, обуславливающих возможность выполнять разнообразные физические упражнения;

б) комплекс физических свойств человека, определяющих способность организма противостоять утомлению;

в) способность сохранять заданные параметры работы.

10. Лучшие условия для развития ловкости создаются во время:

а) подвижных и спортивных игр;

б) прыжков в высоту;

в) бега с максимальной скоростью.

11. Какая из представленных способностей не относится к группе координационных?

а) способность сохранять равновесие;

б) способность точно дозировать величину мышечных усилий;

в) способность быстро реагировать на стартовый сигнал;

г) способность точно воспроизводить движения в пространстве.

12. Двигательными умениями и навыками принято называть…

а) способы выполнять упражнение без активизации внимания;

б) правильное выполнение двигательных действий;

в) уровень владения движением при активизации внимания;

г) способы управления двигательными действиями.

13. **С помощью какого прибора определяют функциональные возможности системы дыхания (жизненную емкость легких)?**

а) спирометр;

б) амперметр;

в) акваметр;

г) вольтметр.

14.Чем характеризуется утомление:

а) отказом от работы;

б) временным снижением работоспособности организма;

в) повышенной ЧСС.

15.основными источниками энергии для организма являются:

а) белки и витамины;

б) углеводы и жиры;

в) углеводы и минеральные элементы;

г) белки и жиры .

16. **Недостаточность движений - это…**

а) гипокинезия;

б) гипердинамия;

в) гиподинамия;

г) гиперстезия.

10 физВ 17 баллов

10-11 классы

А) *Задания с выбором одного правильного ответа (в закрытой форме)*

1. В каком году был создан Международный Олимпийский Комитет?
а) 1898г.;
б) 1911г.;
в) 1923г.;
г) 1894г.

2.Физическая культура ориентирована на совершенствование:
а) физических и психических качеств людей;
б) техники двигательных действий;
в) работоспособности человека;
г) природных физических свойств человека

3. Как называется состояние человека, которому свойственно полное физическое, душевное и социальное благополучие?

а) физическое развитие;
б) физическая подготовленность;
в) физическое состояние;
г) здоровье.

4. Предметом обучения в физическом воспитании являются:
а) физкультурные занятия;
б) физические упражнения;
в) способы решения двигательных задач,
г) двигательные действия.

5. Под силой как физическим качеством понимается:
а) способность поднимать тяжелые предметы;
б) возможность воздействовать на внешние силы за счет мышечных напряжений;
в) возможность человека преодолевать внешнее сопротивление либо противодействовать ему за счет мышечных напряжений.

6. Под гибкостью как физическим качеством понимается:
а) умение делать упражнение ласточка;
б) умение садиться на шпагат;
в) способность выполнять движения, используя максимальную подвижность суставов;
г) способность человека противостоять утомлению в какой-либо деятельности.

7. Под быстротой, как физическим качеством понимается:
а) комплекс психофизических свойств человека, позволяющих передвигаться с большой скоростью;
б) комплекс психофизических свойств человека, позволяющих выполнить непродолжительную работу в минимальный отрезок времени;
в) способность человека быстро набирать скорость;
г) комплекс психофизических свойств человека, позволяющих человеку быстро реагировать на сигналы и выполнять движения с большой частотой.

8. Лучшие условия для развития быстроты реакции создаются во время
а) подвижных и спортивных игр;
б) выпрыгиваний вверх с места;
в) скоростно-силовых упражнений;
г) прыжков в длину.

9. Под выносливостью как физическим качеством понимается:
а) комплекс свойств человека, обуславливающих возможность выполнять разнообразные физические упражнения;
б) комплекс физических свойств человека, определяющих способность организма противостоять утомлению;
в) способность сохранять заданные параметры работы.

10. Лучшие условия для развития ловкости создаются во время:
а) подвижных и спортивных игр;
б) прыжков в высоту;
в) бега с максимальной скоростью.

11. Какая из представленных способностей не относится к группе координационных?
а) способность сохранять равновесие;
б) способность точно дозировать величину мышечных усилий;
в) способность быстро реагировать на стартовый сигнал;
г) способность точно воспроизводить движения в пространстве.

12. Двигательными умениями и навыками принято называть…
а) способы выполнять упражнение без активизации внимания,
б) правильное выполнение двигательных действий,
в) уровень владения движением при активизации внимания;
г) способы управления двигательными действиями.

13. **С помощью какого прибора определяют функциональные возможности системы дыхания (жизненную емкость легких)?**
а) спирометр;
б) амперметр;
в) акваметр;
г) вольтметр.

14.Чем характеризуется утомление:
а) отказом от работы;
б) временным снижением работоспособности организма;
в) повышенной ЧСС.

15.основными источниками энергии для организма являются:
а) белки и витамины;
б) углеводы и жиры;
в) углеводы и минеральные элементы;
г) белки и жиры .

16. **Недостаточность движений - это…**
а) гипокинезия;
б) гипердинамия;
в) гиподинамия;
г) гиперстезия.