

7-8 классы

А) Качество с выбором каждого правильного ответа (в закрытой форме)

1. Термин «Олимпиада» в древней Греции означал...

- а) соревнования, проводимые по иرمи 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) детский в трико;
- г) давления 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 сококов со спортивных снарядов рекомендуется приземляться...

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

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

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

1 что м

Маша

9. Вероятность травм при занятиях физическими упражнениями снижается, если занимаешься...

- а) переоценивая свои возможности; б) следует учитывать предостережения; в) выполняет навскидку выполнения движения; г) не умеет выполнить упражнениями

10. В программу современного пятиборья не входит...

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

11. В шахматах «блэнд» означает

- а) фигура; б) молниеносная игра; в) дебютная новинка; г) подвижное преимущество

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

- а) обеспечивает ритmicность работы организма; б) позволяет правильно планировать дела в течение дня; в) распределение основных дел осуществляется более или менее случайно в течение каждого дня; г) позволяет избежать неоправданных физических напряжений.

13. Прыжок в длину с разбега делится на фазы.

прыжок с носком

14. Наибольшая сумма очков определяет в конце соревнования...

кто выиграл

15. В плавании старт с тумбочки выполняется для спосов:

кросс, фан, в закрытой

16. В I Олимпийских играх современности не принимали участие

се девушки

Маша

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 Олимпийцы, кие игры.
 - в) четырехлетний период между Олимпийскими играми.
 - г) год проведения Олимпийских игр.
2. Слово «гимнастика» означает:
 - а) занятия на снарядах.
 - б) одетый в трико.
 - в) занятия с предметами.
 - г) занятия с гимнасткой.
3. Под общей физической подготовкой (ОФП) понимают тренировочный процесс, направленный на...
 - а) формирование правильной осанки, б) гармоничное 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) волейное 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 утраживание утренней гимнастики, чтобы это не привело к утомлению, необходимо выполнять...
 - а) 16-18 раз, б) 18-20 раз, в) 8-12 раз, г) 22-24 раза.

79028

Розель

9. Вероятность травм при занятиях физическими упражнениями снижается, если занимаешься...
 - а) переоценивать свои возможности, б) следовать указаниям преподавателя, в) выработать привычки выполнения движения, г) не уметь 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 ритmicность 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 набегать неоправданных физических напряжений.

13. Прыжок в длину с разбега делится на фазы:
 - а) разбег, б) прыжок, в) посадка.

14. Наибольшая сумма очков определяет в конце соревнования...
 - а) победителя.

15. В плавании старт с тумбочки выполняется для способов:
 - а) кроль, б) брасс, в) баттерфляй.

16. В Олимпийских играх современности не принимали участие
 - а) женщины, б) мужчины.

Мед

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 прадруют 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) гармоничное 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) вольное поло.
7. При выполнении прыжков и соскоков со спортивных снарядов рекомендуется приземляться...
а) на мат, мягко на носки, пружинисто приседа; 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 заниматься...

- а) переоценивая 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 для 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 избежать неоправданных физических напряжений.
- в) Задания, в которых правильный ответ надо дописать (в открытой форме)
13. Прыжок в длину с разбега делится на фазы:
дб Месс пушай увешное падём чувешивши
14. Наибольшая сумма очков определяет в конце соревнования...
дб серебряную новинку
15. В плавании старт с тумбочки выполняется для способов:
интермитtentный и бегущий спаль
старт с воды - спаль
16. В Олимпийских играх современности не принимали участие
греки аряне

794305 Д

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 праддуют Олимпийские игры,
- в) четырехлетний период между Олимпийскими играми,
- г) год проведения Олимпийских игр.

2. Слово «гимнастика» означает:

- а) занятия на снарядах,
- б) одетый в трико,
- 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) дружинные 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) волейное поло.

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

- а) на мат, мягко на носки, дружинного приседа,
- б) на мат, полностью выпрямляя ноги в коленях,
- в) на мат, мягко на пятки,
- г) на мат в положении основной стойки.

8. Каждое утрождение 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 заниматься...

- а) переоценивая свои возможности,
- б) следуя указаниям преподавателя,
- в) выделяя 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) распределяет основные дел осуществляются более или менее стандартно в течение каждого дня,
- г) позволяет избирать неоправданных физических напряжений.

13. Прыжок в длину с разбега делится на фазы:

вз и прыжок

14. Наибольшая сумма очков определяет в конце соревнования...

до победителя

15. В плавании старт с тумбочки выполняется для способов:

старт с воды -

16. В I Олимпийских играх современности не принимали участие

Мад

7 242005 14 51107

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 предшлужают Олимпийские игры.
в) четырехлетний период между Олимпийскими играми.
г) год проведения Олимпийских игр.
2. Слово «гимнастика» означает:
- а) занятия на снарядах;
б) одетый в трико;
в) обнаженный;
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) волейное поло
7. При выполнении прыжков и соскоков со спортивных снарядов рекомендуется приземляться...
- а) на мат, мягко на ноги, 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 утро утренняя гимнастика, чтобы это не привело к утомлению, необходимо выполнять...
- а) 16-18 раз; б) 18-20 раз; в) 8-12 раз; г) 22-24 раза.

490316 1050006

2. Вероятность травм при занятиях физическими упражнениями снижается, если занимающийся ...

- а) переоценивал свои возможности; б) следуют указаниям преподавателя;
в) владеет навыками выполнения движения; г) не умеет владеть своим 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) распределяет основные дела осуществлять более или менее стандартно в течение каждого дня; г) позволяет избирать неоправданных физических напряжений

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

13. Прыжок в длину с разбега делится на фазы.

14. Наибольшая сумма очков определяется в конце соревнования.

15. В плавании старт с тумбочки выполняется для способов:

Прыжковый Мухомов

16. В I Олимпийских играх современности не принимали участие

российские спортсмены

Мухомов

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) одетый в трико;
 - в) обнаженный;
 - г) занятия с предметами.
3. Под общей физической подготовкой (ОФП) понимают тренировочный процесс, направленный на...
- а) формирование правильной осанки;
 - б) гармоничное 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) вольное поло.
7. При выполнении прыжков и соскоков со спортивных снарядов рекомендуется приземляться...
- а) на мат, матко на носки, пружинисто приседа;
 - б) на мат, полностью выпрямляя ноги в коленях;
 - в) на мат, матко на пятки;
 - г) на мат в положении 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.

17.03.19

24
Dalle

9. Вероятность травм при занятиях физическими упражнениями снижается, если заниматься...

- а) перенапрягая свои возможности;
- б) следуя 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 избежать неоправданных физических напряжений.

В) Задания, в которых практичный ответ надо описать (в открытой форме)

13. Прыжок в длину с разбега делится на фазы:

разбег, толчок, полет, приземление

14. Наибольшая сумма очков определяет в конце соревнования...

покажется

15. В плавании старт с тумбочки выполняется для способов:

спины, кроля, вольного

старт с воды -

16. В Олимпийских играх современности не принимали участие

Мад

ф

7-8 классы

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

1. Термин «Олимпиада» в древней Греции означает...
 - 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) гармоничное 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) волейное 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 положении 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.

Вопросы

10

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 избежать неоправданных физических напряжений.

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

13. Прыжок в длину с разбега делится на фазы:

для дальнего прыжка

14. Наибольшая сумма очков определяет в конце соревнования...

100 баллов

15. В плавании старт с тумбочки выполняется для способов:

спине, кроулю, в воде

старт с воды - с тумбочки

16. В I Олимпийских играх современности не принимали участие

муж.

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) одежды 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) дружинные 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) волейное поло.

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

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

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

- а) 16-18 раз;
- б) 18-20 раз;
- в) 9-12 раз;
- г) 22-24 раза.

804303

18.10.2026

9. Вероятность травм при занятиях физическими упражнениями снижается, если заниматься...

- а) переоценивать свои возможности;
- б) следовать указаниям преподавателя;
- в) владеть навыками выполнения движения;
- г) не уметь 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) подальшее 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 избежать 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...

кто набрал больше

15. В плавании старт с тумбочки выполняется для способов:

кроль, брасс, баттерфляй

старт с воды - в свободном и на спине

16. В I Олимпийских играх современности не принимали участие

стрелки

М.Р.К.

7-8 классы

А) Законя 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 прадшествуют 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) волейбол.

7. При выполнении прыжков и сокков со спортивными снарядами рекомендуется приземляться...

- а) на мат, матко на носки, пружинисто приседав;
- б) на мат, полностью выпрямляя ноги в коленях;
- в) на мат, матко на пятки;
- г) на мат в положении 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 занимаешься...

- а) перераспределяют 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 ритmicность 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.

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

13. Прыжок в длину с разбега делится на фазы.

Разбег - отталкивание - полет - приземление

14. Наибольшая сумма очков определяется в конце соревнования...

Будь

15. В плавании старт с тумбочки выполняется для способов:

Кроль, брасс, дельфин, баттерфляй.

старт с воды - на спине

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

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 прерывает Олимпийские игры;
- в) четырехлетний период между Олимпийскими играми;
- г) год проведения Олимпийских игр.

2. Слово «гимнастика» означает:

- а) занятия на снарядах;
- б) обогащенный;
- 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) волейное поло.

7. При выполнении прыжков и соскоков со спортивных снарядов рекомендуется приседать...

- а) на мат, мягко на носки, пружинисто приседа;
- б) на мат, полностью выпрямляя ноги в коленях;
- в) на мат, мягко на пятки;
- г) на мат в положении 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.

040900 20 раз

9. Вероятность травм при занятиях физическими упражнениями снижается, если заниматься...

- а) переоценивать свои возможности;
- б) следовать указаниям преподавателя;
- в) вкладывать навскидку выполнения движения;
- г) не уметь владеть своими эмоциями

10. В программе 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 избежать неоправданных физических напряжений.

13. Задания, в которых требуется ответ надо дописать (в открытой форме)

13. Прыжок в длину с разбега делится на фазы:

разбег, отталкивание, полет и приземление.

14. Наибольшая сумма очков определяется в конце соревнования...

не побеждает.

15. В плавании старт с тумбочки выполняется для спусков:

при плавании кролем, баттерфляем, старт с воды - старт с тумбочки и баттерфляем.

16. В I Олимпийских играх современности не принимали участие

Российские спортсмены

1917

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) одежды в трико.
- г) занятия с предметами.

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

- а) формирование правильной осанки, б) термическое 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) волейное поло.

7. При выполнении прыжков и сосков со спортивной снарядов рекомендуется приседаться...

- а) на мат, мягко на ноги, пружинисто приседаю. б) на мат, полностью выпрямляя ноги в коленях, в) на мат, мягко на пятки, г) на мат в положении основной стойки.

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

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

894808

28
Август

9. Вероятность травм при занятиях физическими упражнениями снижается, если заниматься...

- а) переоценивая свои возможности, б) следуя 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 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 избежать неоправданных физических напряжений.

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

13. Прыжок в длину с разбега делится на фазы.

разбег, ~~разбег~~ отталкивание, полет, приземление.

14. Наибольшая сумма очков определяет в конце соревнования...

Его подсчитывают.

15. В плавании старт с тумбочки выполняется для способов

справ, вольно, вольно, вольно.

старт с воды -

вольный, вольный, вольный.

16. В I Олимпийских играх современности не принимали участие

древнейшие спортсмены.

7-8 классы

А) Задача 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) одетый в трико;
- в) оближенный;
- г) занятия с предметами

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

- а) формирование правильной осанки;
- б) гармоничное 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) волейное поло.

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

- а) на мат, мягко на носки, пружинисто приседа;
- б) на мат, полностью выпрямляя ноги в коленях;
- в) на мат, мягко на пятки;
- г) на мат в положении 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

704204 18.11.18

9. Вероятность травм при занятиях физическими упражнениями снижается, если занимающийся...

- а) переоценивает свои возможности;
- б) следует указаниям преподавателя;
- в) владеет навыками выполнения движения;
- г) не умеет владеть своими эмоциями

10 В программу современного пятиборья не входит...

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

11 В шахматах «блэнд» 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 избежать неоправданных физических напряжений

Б) Задача, в которой правильный ответ надо дописать (в открытой форме)

13 Прыжок в длину с разбега делится на фазы:

разбег, выпрыгивание, полет и приземление

14 Наибольшая сумма очков определяется в конце соревнования...

по победителю

15 В плавании старт с тумбочки выполняется для способов:

кроль, брасс, баттерфляй, вольный старт с воды

16 В I Олимпийских играх современности не принимали участие:

фехтование

Мурф

исся
кани с выбором одного правильного ответа (в закрытой форме)
мин «Олимпиада» в древней Греции означал...
установана, проводимые во время Олимпийских игр;
рвыи год четырехлетия, наступление которого празднуют Олимпийские
и,
стырехлетний период между Олимпийскими играми;
од проведения Олимпийских игр

Слово «гимнастика» означает:
занятия на снарядах; **б) обогащенный,**
занятия с предметами. **в) занятия с предметами.**
) одеты в трико; **г) занятия с предметами.**

1. 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) образа жизни**
в) наследственности;

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

7. При выполнении прыжков и соскоков со спортивных снарядов рекомендуется приседаться...
 а) на мат, матко на носки, пружинисто присесть; б) на мат, полностью выпрямляя ноги в коленях; в) на мат, матко на пятки; г) на мат в положении основной стойки

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

Вопрос 20 баллов

9. Вероятность травм при занятиях физическими упражнениями снижается, если занимающийся...
а) переоценивает свои возможности; **б) следуют указаниям преподавателя;**
 в) владеет навыками выполнения движения; г) не умеет 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

13. Задания, в которых правильный ответ надо дописать (в открытой форме)
13. Прыжок в длину с разбега делится на фазы:

подбег, взмах, выталкивание

14. Наибольшая сумма очков определяет в конце соревнования...

на высшем уровне соревнований

15. В плавании старт с тумбочки выполняется для способов:

кроль, брасс.
старт с воды - веревочные

16. В I Олимпийских играх современности не принимали участие

Греки

Марк

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 «аэробика».
2. Физическая культура способствует...
 а) восстановлению функции организма после травм и заболеваний;
 б) регулярным занятиям физическими упражнениями, закаливанию организма, повышению уровня здоровья, 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;
 в) физическая подготовка. б) физическое упражнение;
 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) зоробная усталость;
 в) временное снижение работоспособности; г) анаэробная утомляемость.
7. Основная цель массового спорта заключается в...
 а) достижениях 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.

94309 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 XII Олимпийских игр был:
 а) олимпийский мишка; б) чебурашка; в) попутай; г) левенок
13. Основоложником 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, с оздоровительную, физкультурную, спортивную.
16. Физические упражнения, используемые для исправления различных деформаций опорно-двигательного аппарата, называются...
 а) подвижными; б) имитационными;
 в) корригирующими; г) общеразвивающими.

М.Ф.

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 «аэробобика».
2. Физическая культура способствует...
а) восстановлению функции организма после травм и заболеваний;
б) регулярным занятиям физическими упражнениями, закаляя организм;
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. Основной 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) сверхкомпенсация затраченной энергии;
б) аэробная усталость;
в) временное снижение работоспособности; г) анаэробная утомляемость.
7. Основная цель массового спорта заключается в...
а) достижениях 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 танцемано ХХУ Олимпийских игр был:
а) олимпийский мячик, левенок; б) чебурашка; в) полутай; г) левенок; стелет; д.

13. Основоложателем 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 медико-спортивные группы:
а) слабую, среднюю, сильную;
б) основную, подготовительную, специальную;
в) без отклонений в состоянии здоровья, с отклонениями в состоянии здоровья, с оздоровительную, физкультурную, спортивную.

16. Физические упражнения, используемые для исправления различных деформаций опорно-двигательного аппарата, называются...
а) подводящими; б) имитационными;
в) корригирующими; г) общеразвивающими.

9804 14 14

9 класс

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

1. Каким изменился в развитии физической культуры и спорта процесс 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 «академробика».
2. Физическая культура способствует...
а) восстановлению функции организма после травм и заболеваний;
б) регулярным занятиям физическими упражнениями, закаливанию организма;
в) достижением обществу, отрицающим 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. Основной 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) сверхкомпенсация затраченной энергии; б) аэробная усталость;
в) временное снижение работоспособности; г) анаэробная утомляемость.
7. Основная цель массового спорта заключается в...
а) достижениях 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.

994808

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 XIII Олимпийских игр был:
а) олимпийский мишка; б) чебурашка; в) попутай; г) левенок.
13. Основоложником 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) обшеразвивающими.

Vertical text columns on the top page, likely bleed-through from the reverse side. The text is illegible due to blurring and orientation.

Vertical text columns on the bottom page, likely bleed-through from the reverse side. The text is illegible due to blurring and orientation.

Handwritten mark or signature in the bottom left corner of the page.

9 класс

А) Задания с выбором одного правильного ответа (с открытой формой)

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 «кавааробика».
2. Физическая культура способствует...
а) восстановлению функции организма после травм и заболеваний;
б) регулярным занятиям физическими упражнениями, закаливанию организма, достижением 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 освоения ценностей, накопленных в сфере физической культуры;
б) способ повышения работоспособности и укрепления здоровья;
в) обеспечение общего уровня физической подготовленности.
6. Утомление в спорте определяется как...
а) сверхкомпенсация затраченной энергии; б) аэробная усталость;
в) временное снижение работоспособности; г) анаэробная утомляемость.
7. Основная цель массового спорта заключается в...
а) достижениях 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 «Детям к труду и обороне» (ГТО)», 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 XIII Олимпийских игр был:
а) олимпийский мишка; б) чебурашка; в) полугай; г) левенок.
13. Основоложником 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) подвижными; б) имитационными;
в) коррипирующими; г) общеразвивающими.

984309

168

Мед

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 «аэробика».
2. Физическая культура способствует...
а) восстановлению функций 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. Основной 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 максимальных высочайших 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) полтауй; г) львянок.

13. Основоложником отечественной системы физического воспитания является:
а) М.В. Ломоносов; б) К.Д. Ушинский; в) П.Ф. Лесифт; 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 делятся на группы:
а) слабую, среднюю, сильную;
б) основную, подготовительную, специальную;
в) без отклонений в состоянии здоровья, с отклонениями в состоянии здоровья, оздоровительную, физкультурную, спортивную.

16. Физические упражнения, используемые для исправления различных деформаций опорно-двигательного аппарата, называются...
а) подводящими; б) корригирующими; в) восстанавливающими; г) общеукрепляющими.

9.04.13/18

10.04.13



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 «аэробика».
2. Физическая культура способствует...
а) восстановлению функций организма после травм и заболеваний,
б) регулярным занятиям физическими упражнениями, закаляяно 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 предполагает 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) аэробная усталость,
а) суперкомпенсация затраченной энергии, б) анаэробная утомляемость,
в) временное снижение работоспособности г) анаэробная утомляемость.
7. Основная цель массового спорта заключается в...
а) достижениях максимальной высокой спортивной результативности;
 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 класс

18.05.2015

9. Указ Президента Российской Федерации «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)», постановивший 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 XIII Олимпийских игр был:
 а) олимпийский мишка, б) чебурашка, в) полугай, г) левенок
13. Основоополжником отечественной системы физического воспитания является:
а) М.В. Ломоносов, б) К.Д. Ушинский, в) П.Ф. Лестафт, г) Н.А. Семашко
14. Все вопросы, связанные с организацией и проведением соревнований разрешаются...
 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, с 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 «аэробика».
2. Физическая культура способствует...
а) восстановлению функций организма после травм и заболеваний. +
б) регулярным занятиям физическими упражнениями, закаливанию организма, 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) сверхкомпенсация затраченной энергии; б) избыточная усталость; в) временное снижение работоспособности; г) андробная утомляемость. +
7. Основная цель массового спорта заключается в...
а) достижениях 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 XII Олимпийских игр был:
а) олимпийский мишка; б) чебурашка; в) полтауй, г) левенок. +
13. Основоложником 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 распределяются...
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

9943 МД

Иванов

9 класс

А) Задания с выбором одного правильного ответа (в заданной 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 «каваларбодика». **+**
2. Физическая культура способствует...
а) восстановлению функций 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. Основной физической культуры является...
а) физическое развитие;
б) физическая подготовка; **в) физическое совершенствование**
5. Физическое воспитание представляет собой...
а) процесс освоения ценностей, накопленных в сфере физической культуры;
б) способ повышения работоспособности и укрепления здоровья;
г) обеспечение общего уровня физической подготовленности **+**
6. Утомление в спорте определяется как...
а) сверхкомпенсация затраченной энергии;
б) временное снижение работоспособности; **в) аэробная усталость; 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** **+**

9 913 КД

14 1005

9. Указ Президента Российской Федерации «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)», а 2014 году;
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) Диффар; г) Архимед**
11. Гигиенические нормы и требования регламентируются...
а) специальными санитарными правилами;
б) распоряжением директора школы;
в) инструкцией учителя физической культуры **+**
12. Олимпийским талисманом XIII Олимпийских игр был:
а) олимпийский мишка; **б) чебурашка; в) попуай; г) левенок** **+**
13. Основоложником 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 Правилах соревнований;
б) 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) слабою, 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) подвижными; **б) гимнастическими; в) коррипирующими; г) общеразвивающими** **+**

Handwritten signature

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

1. В каком году был создан Международной 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) физкультурыые занятия;
 - б) физические упражнения;
 - в) способы решения двигательных задач;
 - г) двигательные действия
5. Под силой как физическим качеством понимают:
 - 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
 - г) умение делать упражнение быстрее
6. Под гибкостью как физическим качеством понимают:
 - а) умение садиться на шпагат;
 - б) способность выполнять движения, используя максимальную подвижность суставов;
 - в) способность человека быстро набирать скорость;
 - г) способность человека противостоять утомлению в какой-либо деятельности
7. Под быстротой, как физическим качеством понимают:
 - а) комплекс психофизических свойств человека, позволяющих передвигаться с большой скоростью;
 - б) комплекс психофизических свойств человека, позволяющих выполнить перодолжительную 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) подвигных и спортивных игр;
 - б) выпрыгиваний вверх с места;
 - в) коротко-словоых упражнений;
 - г) прыжков в длину
9. Под выносливостью как физическим качеством понимают:
 - 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
 - г) прыжков в высоту;
 - а) подвигных и спортивных игр;
 - б) бег с максимальной скоростью
10. Лучшие условия для развития ловкости создаются во время:
 - а) способности точно дозировать величину мышечных усилий;
 - б) способности точно дозировать величину мышечных усилий;
 - в) способности быстро реагировать на стартовый сигнал;
 - г) способности точно воспроизводить движения в пространстве
11. Каким из представленных способностей не относится к группе координационных?
 - а) способность выполнять упражнения без активного внимания;
 - б) правильное выполнение двигательных действий;
 - в) уровень видения движения при активизиции внимания;
 - г) способы управления двигательными действиями
12. Двигательными умениями и навыками принято называть...
 - а) способы выполнения упражнения без активного внимания;
 - б) правильное выполнение двигательных действий;
 - в) уровень видения движения при активизиции внимания;
 - г) способы управления двигательными действиями
13. С помощью какого прибора определяют функциональные возможности системы дыхания (жизненную емкость легких)?
 - а) спиромер;
 - б) аспирметр;
 - в) аканметр;
 - г) вольтметр
14. Чем характеризуется утомление:
 - а) отходом от равновья;
 - б) временным снижением работоспособности организма;
 - в) повышенной ЧСС.
15. Основными источниками энергии для организма являются:
 - а) белки и углеводы;
 - б) углеводы и жиры;
 - в) углеводы и минеральные элементы;
 - г) белки и жиры
16. Недостаточность движений - это...
 - а) гиподинамия;
 - б) гиподинамия;
 - в) гиподинамия;
 - г) гипертония

10 класс 19 ноября

Маш

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 преодолевать на внешние силы за счет мышечных напряжений;
 в) возможность человека преодолевать внешнее сопротивление либо противостоять ему за счет мышечных напряжений;
 г) умение делать упражнения лежа
6. Под гибкостью как физическим качеством понимается:
- а) умение садиться на шпагат;
 б) способность выполнять движения, используя максимальную подвижность суставов;
 в) 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 выполнять непроизвольную 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 упражнения без активизации внимания;
 б) правильное выполнение двигательных действий;
 в) умение владения движением при активизации внимания;
 г) способы управления двигательными действиями
13. С помощью какого прибора определяют функциональные возможности системы дыхания (калениструю емкость, ледник)?
- а) спирометр;
 б) актирометр;
 в) аканметр;
 г) вольтметр
14. Чем характеризуется утомление:
- а) отходом от работы;
 б) прекращением 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) гипокисемия;
 б) гипердинамия;
 в) утомляемость;
 г) гиперстемия

10 класс В. А. Саулов

Мад