

# Тест по физической культуре.

## 7 класс

**1. Физические упражнения – это ...**

- А) естественные движения и способы передвижения
- Б) движения, выполняемые на уроках физической культуры
- В) действия, выполняемые по определенным правилам
- Г) сложные двигательные действия

**2. Какая страна является родиной Олимпийских Игр?**

- А) Рим
- Б) Китай
- В) Древняя Греция
- Г) Италия

**3. Сколько периодов в футболе?**

- А) 3х15 минут
- Б) 4х20 минут
- В) 2х45 минут
- Г) 2х20 минут

**4. В какой стране проходили зимние Олимпийские игры 2010 года?**

- А) В Австралии
- Б) В Канаде
- В) В Китае
- Г) В России

**5. На какое поле запрещено выходить без шлема?**

- А) Хоккейное
- Б) Футбольное
- В) Волейбольное
- Г) Теннисное

**6. Девиз Олимпийских игр:**

- А) «Спорт, спорт, спорт!»
- Б) «О спорт! Ты – мир!»;
- В) «Быстрее! Выше! Сильнее!»
- Г) «Быстрее! Выше! Дальше!»

**7. Туфли для бега называются:**

- А) кеды
- Б) пуанты
- В) чешки
- Г) шиповки

**8. В каком году проводились Олимпийские игры в нашей стране?**

- А) 2000
- Б) 1980
- В) 2004
- Г) 1999
- Д) 2014

**9. Родиной баскетбола является ...**

- А) Франция
- Б) Россия
- в) США
- г) Англия

**10. Каким упражнением проверить физическое качество – гибкость:**

- А) подтягивание в висе на перекладине                      Б) прыжки в длину с места  
В) наклон вперед из положения сидя, ноги врозь      Г) кувырок вперед

**11. В какой спортивной игре нет вратаря?**

- А) футбол      Б) хоккей      В) баскетбол      Г) водное поло

**12. Какой из способов спортивного плавания самый бесшумный?**

- А) кроль на спине                                      Б) кроль на груди  
В) баттерфляй (дельфин)                              Г) брасс

**13. Атлетов, нанесших смертельные раны сопернику во время Игр**

**Олимпиады судьи Эллады:**

- А) признавали победителем                              Б) секли лавровым венком,  
В) объявляли героем                                      Г) изгоняли со стадиона

**14. Что обозначает чёрное кольцо в эмблеме Олимпиады?**

- А) Европу      Б) Азию      В) Африку      Г) Австралию      Д) Америку

**15. По какой части тела замеряется длина прыжка?**

- А) По руке и ноге  
Б) По части тела, ближайшей к зоне отталкивания  
В) По части тела, наиболее удаленной от зоны отталкивания  
Г) По любой части тела

**16. Какова протяженность марафонской дистанции на Олимпийских играх?**

- А) 42 км 195 м      Б) 32 км 195 м      В) 50 км 195 м      Г) 43 км 195 м.

**17. К основным физическим качествам относятся ...**

- А) Рост, вес, объем бицепсов, становая сила  
Б) Бег, прыжки, метания  
В) Сила, выносливость, быстрота, ловкость, гибкость  
Г) Бег на 3 км, подтягивание, прыжок с места

**18. Первой спортсменкой преодолевшей высоту 5 метров в прыжках с шестом стала ...**

- А) Стейси Драгила
- Б) Светлана Феофанова
- В) Дженнифер Стучински
- Г) Елена Исинбаева.

**19. Что получит футболист, затеявший драку на Футбольном поле?**

- А) Приз от Федерации футбола
- Б) Жёлтую карточку
- В) Строгий выговор от тренера
- Г) Красную карточку

**20. Какое из единоборств является Олимпийским видом спорта?**

- А) Каратэ
- Б) Дзюдо
- В) Самбо
- Г) Бои без правил

**21. Что из перечисленного вошло в программу первых Олимпийских игр современности?**

- А) Домино
- Б) Прятки
- В) Городки
- Г) Перетягивание каната

**22. Как называется комплекс жилых помещений для спортсменов, участников Олимпийских игр?**

- А) Олимпийская деревня
- Б) Спортивный городок
- В) Чемпионское село
- Г) Поляна рекордсменов

**23. Какое количество игроков в волейболе находится на площадке?**

- А) 8 человек
- Б) 6 человек
- В) 4 человека
- Г) 5 человек

**24. XXI Зимние Олимпийские Игры проходили в ...**

- А) Ванкувер
- Б) Сочи
- В) Зальцбург
- Г) Калгари

**25. Состояние здоровья обусловлено:**

- А) условиями производственного труда
- Б) образом жизни
- В) уровнем здравоохранения
- Г) отсутствием болезней

**26. Что относится к закаливающим процедурам?**

1. Солнечные ванны
2. Воздушные ванны
3. Водные процедуры
4. Лечебные процедуры
5. Подводный массаж
6. Гигиенические процедуры

А) 2,4,6

Б) 1,2,3

В) 2,3,5

Г) 3,4,6

# ТАБЛИЦА ОТВЕТОВ

<b>1</b>	<b>В</b>	<b>14</b>	<b>В</b>
<b>2</b>	<b>В</b>	<b>15</b>	<b>Б</b>
<b>3</b>	<b>В</b>	<b>16</b>	<b>А</b>
<b>4</b>	<b>Б</b>	<b>17</b>	<b>В</b>
<b>5</b>	<b>А</b>	<b>18</b>	<b>Г</b>
<b>6</b>	<b>В</b>	<b>19</b>	<b>Г</b>
<b>7</b>	<b>Г</b>	<b>20</b>	<b>Б</b>
<b>8</b>	<b>БД</b>	<b>21</b>	<b>Г</b>
<b>9</b>	<b>В</b>	<b>22</b>	<b>А</b>
<b>10</b>	<b>В</b>	<b>23</b>	<b>Б</b>
<b>11</b>	<b>В</b>	<b>24</b>	<b>А</b>
<b>12</b>	<b>Г</b>	<b>25</b>	<b>Б</b>
<b>13</b>	<b>Г</b>	<b>26</b>	<b>Б</b>