

Промежуточная аттестация по предмету «Физическая культура»
за 2024-2025 учебный год

ученика (цы) 7 класса

Фамилия, имя _____

ВАРИАНТ 1

1. Что входило в программу пентатлона на Олимпийских играх древности

а) бег, кулачный бой, классическая борьба б) метание диска, кулачный бой	в) бег, прыжки в длину, метание копья и диска, борьба. г) бег, прыжки в длину, метание копья.
-----------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------

2. Олимпийский принцип был определен в 1896 году основателем современных Игр (отметьте его имя)

а) Ги де Мопассан б) Пьер де Фреді, де Кубертэн	в) Годфруа де Блоне г) Хуан Антонио Самаранч
----------------------------------------------------	-------------------------------------------------

3. Где проводились летние олимпийские игры 1980 года?

а) Париж б) Москва	в) Сочи г) Лондон
-----------------------	----------------------

4. Совокупность устойчивых, индивидуальных особенностей личности, складывающихся и проявляющихся в деятельности и общении, обуславливая типичные для нее способы поведения – это...

а) самосознание; б) самовоспитание;	в) характер; г) темперамент.
----------------------------------------	---------------------------------

5. Перечисли объективные показатели самоконтроля:

- а) антропометрические измерения, результаты функциональных проб тестов.
- б) ЧСС, рост, масса тела, жизненный объем легких.
- в) окраска кожи лица и туловища, потливость, дыхание, движения, внимание.
- г) все перечисленное.

6. Первая помощь при растяжениях заключается в том, чтобы

а) наложить жгут выше места травмы; б) смазать место травмы йодом;	в) наложить тугую повязку на поврежденное место г) обеспечить неподвижность кости в месте травмы.
-----------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------

7. Правильное распределение времени на основные жизненные потребности человека: сон, бодрствование, деятельность (в том числе учебная), прием пищи – это

а) здоровый образ жизни; б) режим дня;	в) тренировка; г) утренняя зарядка.
-------------------------------------------	----------------------------------------

8. Труд этой группы характеризуется однообразной рабочей позой с ограниченной двигательной активностью и однообразием при выполнении рабочих операций в положении сидя без каких-либо физических нагрузок. Такой характер труда вызывает умственно-эмоциональное утомление: вялость, рассеянность и невнимательность.

а) педагогические работники; б) специалисты по обработке металла;	в) работники нефтяной и газодобывающей промышленности; г) работники экономических специальностей.
----------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------

9. Родоначальник этой игры американец Уильям Г. Морган в 1895 году начал пропагандировать игру в "летающий мяч". Назовите современное название этой игры.

а) гандбол; б) баскетбол;	в) футбол; г) волейбол.
------------------------------	----------------------------

10. ГТО – это

а) легкоатлетические соревнования; б) всероссийский физкультурно-спортивный комплекс;	в) двоеборье; г) пятиборье.
------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------

11. По какой беговой дорожке стадиона должен осуществляться разминочный бег:

а) разминочный бег осуществляется по внутренней дорожке; б) разминочный бег осуществляется по внешней дорожке; в) не имеет значения.	
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

12. Какой термин относится к баскетболу?

- а) фол;
- б) угловой;
- в) пенальти;
- г) офсайд.

13. Артур Конан Дойль всю жизнь был физически активен, но успешнее всего у него получалось

а) играть в крикет; б) боксировать;	в) играть в хоккей; г) играть в футбол;
----------------------------------------	--------------------------------------------

14. Олимпийская чемпионка в метании молота, уроженка города Смоленска

- | | |
|-------------------------------|-----------------------------|
| а) Латынина;
б) Кузенкова; | в) Вяльбе;
г) Сметанина. |
|-------------------------------|-----------------------------|

15. Поддача в волейболе может выполняться:

- а) только одной кистью руки;
- б) одной кистью или любой частью руки;

в) любой частью руки или ноги.

Промежуточная аттестация по предмету «Физическая культура»
за 2024-2025 учебный год

ученика (цы) 7 класса

Фамилия, имя _____

ВАРИАНТ 2

1. На Олимпийских играх право на участие имели:

- | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| а) свободные граждане и варвары;
б) свободные граждане и рабы;
в) только свободные граждане (мужчины);
г) все желающие, которые прошли особые испытания. | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

2. В 19-летнем возрасте он совершил поездку в Олимпию. Судя по всему, именно тогда у будущего историка и литератора, педагога и социолога родилась «олимпийская утопия» - возродить Олимпийские игры. О ком идет речь.

- | | |
|----------------------------------------------------|--------------------------------------------------|
| а) Ги де Мопассан
б) Пьер де Фреді, де Кубертэн | в) Годфруа де Блоне
г) Хуан Антонио Самаранч- |
|----------------------------------------------------|--------------------------------------------------|

3. Где проводились XXII летние олимпийские игры?

- | | |
|-----------------------|----------------------|
| а) Париж
б) Москва | в) Сочи
г) Лондон |
|-----------------------|----------------------|

4. Совокупность устойчивых, индивидуальных особенностей личности, складывающихся и проявляющихся в её деятельности, общении и отражающихся в типичных для неё деятельности, общении и отражающихся в типичных для неё способах поведения – это...

- | | |
|----------------------------------------|---------------------------------|
| а) самосознание;
б) самовоспитание; | в) характер;
г) темперамент. |
|----------------------------------------|---------------------------------|

5. Перечисли субъективные показатели самоконтроля:

- а) самочувствие, сон, аппетит, болевые ощущения, настроение, желание заниматься, работоспособность
б) ЧСС, рост, масса тела, жизненный объем легких.
в) окраска кожи лица и туловища, потливость, дыхание, движения, внимание.
г) все перечисленное.

6. Первая помощь при вывихе заключается в том, чтобы

- | | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| а) наложить жгут выше места травмы;
б) смазать место травмы йодом;
в) приложить лист подорожника; | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

г) обеспечить неподвижность кости в месте травмы.	
---------------------------------------------------	--

7. Правильное распределение времени на основные жизненные потребности человека: сон, бодрствование деятельность (в том числе учебная), прием пищи – это

а) здоровый образ жизни; б) режим дня;	в) тренировка; г) утренняя зарядка.
-------------------------------------------	----------------------------------------

8. Труд этой группы характеризуется однообразной рабочей позой с ограниченной двигательной активностью и однообразием при выполнении рабочих операций в положении сидя без каких-либо физических нагрузок. Такой характер труда вызывает умственно-эмоциональное утомление: вялость, рассеянность и невнимательность.

а) педагогические работники б) специалисты по обработке металла в) работники нефтяной и газодобывающей промышленности г) работники экономических специальностей	
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

9. Преподаватель физического воспитания колледжа Уильям Дж. Морган придумал игру, в которую его ученики играли камерой от баскетбольного мяча. Он назвал эту игру «минтанет». Какое современное название у этой игры.

а) гандбол б) баскетбол	в) футбол г) волейбол
----------------------------	--------------------------

10. ГТО – это

а) легкоатлетические соревнования; б) всероссийский физкультурно-спортивный комплекс;	в) двоеборье; г) пятиборье.
------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------

11. Бег по стадиону во время занятий можно осуществлять:

а) только против часовой стрелке; б) только по часовой стрелке;	в) не имеет значение в какую сторону.
--------------------------------------------------------------------	---------------------------------------

12. Самый быстрый и популярный способ спортивного плавания – это

а) кроль на спине; б) баттерфляй;	в) кроль г) брасс.
--------------------------------------	-----------------------

13. Артур Конан Дойль всю жизнь был физически активен, но успешнее всего у него получалось

а) играть в крикет; б) боксировать;	в) играть в хоккей; г) играть в футбол;
----------------------------------------	--------------------------------------------

14. Ольга Кузенкова является Олимпийской чемпионкой в

а) прыжках в длину; б) метание молота;	в) прыжках с шестом; г) толкание ядра.
-------------------------------------------	-------------------------------------------

15. Ирина Чащина, Алина Кабаева, Ляйсан Утяшева, Ульяна Данскова, Маргарита Мамун – эти спортсменки представляли на мировой арене спорта Россию в

а) спортивной гимнастике;
б) синхронном плавании;

в) художественной гимнастике;
г) члены команды первой женской сборной по хоккею с шайбой на льду.

Учитель:

Ассистент:

**Правильные ответы по итоговому тестированию
по физической культуре 7 класс**

В-1

1 - в	6 - в	11 - б
2 - б	7 - б	12 - а
3 - б	8 - г	13 - а
4 - в	9 - г	14 - б
5 - а	10 - б	15 - б

**Правильные ответы по итоговому тестированию
по физической культуре 7 класс**

В-2

1 - в	6 - г	11 - а
2 - б	7 - б	12 - а
3 - б	8 - г	13 - а
4 - в	9 - г	14 - б
5 - а	10 - б	15 - в

**Правильные ответы по итоговому тестированию
по физической культуре 7 класс**

В-3

1 - в	6 - в	11 - а
2 - в	7 - б	12 - б
3 - б	8 - г	13 - б
4 - в	9 - б	14 - а
5 - г	10 - б	15 - б

**Промежуточная аттестация по предмету «Физическая культура»
за 2024-2025 учебный год**

ученика (цы) 7 класса

Фамилия, имя _____

ВАРИАНТ 3

1. Что входило в программу пентатлона на Олимпийских играх древности

а) бег, кулачный бой, классическая борьба б) метание диска, кулачный бой	в) бег, прыжки в длину, метание копья и диска, борьба. г) бег, прыжки в длину, метание копья.
-----------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------

2. На Олимпийских играх право на участие имели:

а) свободные граждане и варвары; б) свободные граждане и рабы; в) только свободные граждане (мужчины); г) все желающие, которые прошли особые испытания.	
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

3. Где проводились летние олимпийские игры 1980 года?

а) Париж б) Москва	в) Сочи г) Лондон
-----------------------	----------------------

4. Совокупность устойчивых, индивидуальных особенностей личности, складывающихся и проявляющихся в деятельности и общении, обуславливая типичные для нее способы поведения – это...

а) самосознание; б) самовоспитание;	в) характер; г) темперамент.
----------------------------------------	---------------------------------

5. Первая помощь при вывихе заключается в том, чтобы

а) наложить жгут выше места травмы; б) смазать место травмы йодом; в) приложить лист подорожника; г) обеспечить неподвижность кости в месте травмы.	
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

6. Первая помощь при растяжениях заключается в том, чтобы

а) наложить жгут выше места травмы; б) смазать место травмы йодом;	в) наложить тугую повязку на поврежденное место г) обеспечить неподвижность кости в месте травмы.
-----------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------

7. Правильное распределение времени на основные жизненные потребности человека: сон, бодрствование, деятельность (в том числе учебная), прием пищи – это

а) здоровый образ жизни;	в) тренировка;
--------------------------	----------------

б) режим дня;	г) утрення зарядка.
---------------	---------------------

8. Преподаватель физического воспитания колледжа Уильям Дж. Морган придумал игру, в которую его ученики играли камерой от баскетбольного мяча. Он назвал эту игру «минтанет». Какое современное название у этой игры.

а) гандбол	в) футбол
б) баскетбол	г) волейбол

9. ГТО – это

а) легкоатлетические соревнования;	в) двоеборье;
б) всероссийский физкультурно-спортивный комплекс;	г) пятиборье.

10. По какой беговой дорожке стадиона должен осуществляться разминочный бег:

а) разминочный бег осуществляется по внутренней дорожке;	
б) разминочный бег осуществляется по внешней дорожке;	
в) не имеет значения.	

11. Какой термин относится к баскетболу?

- а) фол;
- б) угловой;
- в) пенальти;
- г) офсайд.

12. Ольга Кузенкова является Олимпийской чемпионкой в

а) прыжках в длину;	в) прыжках с шестом;
б) метание молота;	г) толкание ядра.

13. Олимпийская чемпионка в метании молота, уроженка города Смоленска

- а) Латынина;
- б) Кузенкова;
- в) Вяльбе;
- г) Сметанина.

14. Бег по стадиону во время занятий можно осуществлять:

а) только против часовой стрелке;	в) не имеет значение в какую сторону.
б) только по часовой стрелке;	

15. Подача в волейболе может выполняться:

- а) только одной кистью руки;
- б) одной кистью или любой частью руки;
- в) любой частью руки или ноги.