

Тест по физической культуре, 7 класс.

1. Античные олимпийские игры получили свое название потому, что соревнования проводились.

а) у подножья горы Олимп;

б) в древнем городе Олимпия;

в) в городе Афины;

г) в городе Спарта.

2. Когда и где Россия впервые приняла участие в Олимпийских играх?

а) в Мюнхене в 1936 г.;

б) в Хельсинки в 1952 г.;

в) в Лондоне в 1908 г.;

г) в Афинах в 1896 г.

3. Кто стал первым Российским Олимпийским чемпионом?

а) Лариса Латынина;

б) Виктор Санеев;

в) Николай Панин-Коломенкин;

г) Иван Поддубный.

4. Что входит в понятие «здоровый образ жизни»?

а) правильное и рациональное питание;

б) регулярные занятия физическими упражнениями;

в) чередование труда и отдыха;

г) все перечисленные варианты.

5. Способность выполнять двигательное действие с максимальной скоростью за наименьший промежуток времени называется:

а) скорость;

б) резкость;

в) реакция;

г) быстрота.

6.Размер баскетбольной площадки?

а) длина 18м, ширина 9м;

б) длина 40м, ширина 20м;

в) длина 28м, ширина 15м;

г) длина 60м, ширина 30м.

7. Высота сетки в волейболе для мужских команд?

а) 2м 10 см;

б) 2м 20см;

в) 2м 24см;

г) 2м 43см.

8. С помощью какого теста не определяется физическое качество выносливость?

а) кросс на 5км;

б) забег на 1000м;

в) забег на 100м;

г) плавание 800м.

9. Снаряд, который в легкой атлетике используется для метания:

а) копье;

б) молот;

в) диск;

г) все перечисленные снаряды используются в метании.

10. Основным средством физического воспитания является ...

а) соблюдение режима дня;

б) правильное питание;

в) закаливание;

г) физические упражнения.