

Тест для 5-9 классов

1) В каком городе на церемонии открытия Олимпийских игр был впервые зажжён олимпийский огонь?

Варианты ответов

- Амстердам
- Париж
- Берлин
- Стокгольм

2) В каком из игровых видов спорта нет ведения мяча?

Варианты ответов

- Волейбол
- Футбол
- Баскетбол
- Флорбол

3) Как называется приспособление организма к неблагоприятным условиям внешней среды?

Варианты ответов

- Закаливание
- Восстановление
- Подготовка
- Нагрузка

4) В каком году была принята программа ГТО?

Варианты ответов

- 1931
- 1924
- 1936
- 1922

5) Что такое Олимпийская хартия?

Варианты ответов

- Свод законов олимпийского движения
- Правила судейства Олимпийских игр
- Соблюдение олимпийских традиций на играх
- Правила проведения соревнований

Что относится к личной гигиене?

Варианты ответов

- Всё перечисленное
- Гигиена кожи
- Правильно подобранная одежда
- Правильно подобранная обувь

7) В какой части урока решается задача восстановления организма после выполнения физических нагрузок?

Варианты ответов

- В заключительной
- В основной
- В подготовительной
- В итоговой

8) Игра в футбол состоит из:

Варианты ответов

- таймов
- периодов
- партий
- четвертей

9) С какого года ведётся отсчёт первых Олимпийских игр Древней Греции?

Варианты ответов

- с 776 г. до н.э.
- с 836 г. до н.э.
- с 684 г. до н.э.
- с 595 г. до н.э.

10) Основные физические качества - это:

Варианты ответов

- ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость
- координация, частота сердечных сокращений (ЧСС), гибкость, сила, быстрота
- общая выносливость, скоростно-силовая выносливость, быстрота, сила, ловкость
- общая выносливость, силовая выносливость, гибкость, объём бицепсов, ловкость

11) Здоровый образ жизни - это способ жизнедеятельности, направленный на:

Варианты ответов

- сохранение и улучшение здоровья людей
- развитие физических качеств людей
- поддержание высокой работоспособности людей
- подготовку к профессиональной деятельности

12) Игра в баскетбол состоит из:

Варианты ответов

- четвертей
- таймов
- периодов
- партий

- 13) Как называли тренеров в Древней Греции?

Варианты ответов

- Гимнасты
- Наставники
- Олимпионики
- Элланодики

- 14) Физическая культура представляет собой

Варианты ответов

- часть человеческой культуры
- воспитание физических качеств и обучение двигательным действиям
- процесс совершенствования возможностей человека
- урок, во время которого выполняются физические упражнения

- 15) Сколько игроков одной команды одновременно может находиться на поле в футболе?

Варианты ответов

- 11
- 10
- 9
- 7

16) Игра в волейбол состоит из:

Варианты ответов

- партий
- периодов
- таймов
- четвертей

17) Какой вид спорта появился в честь афинского воина Филипидиса?

Варианты ответов

- Марафон
- Спортивная ходьба
- Метание копья
- Метание диска

18) Как называются запрещённые фармакологические препараты и процедуры, используемые с целью стимуляции физической и психической работоспособности и достижения высокого спортивного результата?

Варианты ответов

- Допинг
- Витамины
- Биологически активные вещества
- Гормоны

19) Кто возродил современные Олимпийские игры?

Варианты ответов

- Пьер де Кубертен
- Пьер Ришар
- Робеспьер
- Жерар Депардьё

20) Игра в хоккей состоит из:

Варианты ответов

- периодов
- таймов
- партий
- четвертей

21) Какое количество штрафных бросков может назначить судья за нарушение правил в баскетболе?

Варианты ответов

- Всё перечисленное
- Один
- Два
- Три

22) Как называется способность выполнять физические упражнения с большой амплитудой?

Варианты ответов

- Гибкость
- Сила
- Быстрота
- Выносливость

23) В какой дисциплине лёгкой атлетики выступала олимпийская чемпионка Елена Исинбаева?

Варианты ответов

- Прыжки с шестом
- Прыжки в длину
- Прыжки в высоту
- Тройной прыжок