**ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ, 2025г.**

**5-7 класс**

1. Торможение «плугом» выполняется:

а) за счет разведения пяток, постановки лыж на внутренние ребра лыж;

б) за счет сведения носков лыж и постановки лыж на внутренние ребра;

в) за счет сведения носков лыж, разведения пяток в сторону и постановки лыж на внутренние ребра;

г) за счет сведения носков лыж, разведения пяток и постановки лыж на внешние ребра.

2. При появлении признаков обморожения необходимо:

а) растереть варежкой поверхность тела рядом с обморожением;

б) растереть поверхность тела рядом с обморожением снегом;

в) растереть варежкой место обморожения;

г) растереть место обморожения.

3. В какой последовательности происходит прыжок в длину?

а) толчок, полет, приземление, разбег;

б) полет, приземление, разбег, толчок;

в) разбег, толчок, полет, приземление;

г) разбег, приземление, толчок, полет.

4. Рекорд Елены Исимбаевой, установленный на Олимпийских играх в Пекине составляет:

а) 4м 90 см;

б) 5м 00 см;

в) 5м 05 см;

г) 5м 10 см.

5. Кто был инициатором возрождения Олимпийских игр современности?

а) Хуан Антонио Самаранч (Испания);

б) Пьер де Кубертен (Франция);

в) Жан Рогг (Бельгия);

г) Деметриус Викелас (Греция).

6. Когда прошли первые зимние Олимпийские игры?

а) 1924 г.;

б) 1896 г.;

в) 1928 г.;

г) 1956 г.

7. Что относится к спортивной гимнастике:

а) упражнения с лентами;

б) упражнения с мячом;

в) упражнения на тренажере;

г) упражнения на коне.

8. Опорный прыжок – это:

а) упражнения на бревне;

б) упражнения на брусьях;

в) прыжок через барьер;

г) прыжок через коня.

9. Перед началом выполнения заданий по физической культуре следует:

а) почитать книгу;

б) сделать разминку;

в) поиграть в футбол;

г) помыть пол.

10. На занятиях по лыжной подготовке необходимо:

а) двигаться по обледенелым склонам;

б) двигаться по снегу, покрытым ледяной коркой;

в) двигаться по местности, где растет кустарник;

г) быть соответственно одетым и выполнять задания учителя.

11. Сколько раз наши футболисты становились чемпионами Олимпийских игр?

а) три;

б) один;

в) два;

г) ни разу.

12. Содержащиеся в табачном дыме никотин, окись углерода, синильная кислота и другие ядовитые вещества, отравляют организм, разрушают многие его системы. На какие системы организма человека, в первую очередь, влияет табакокурение?

а) сердечно-сосудистую систему, дыхательную систему;

б) дыхательную систему, пищеварительную систему;

в) сердечно-сосудистую систему, пищеварительную систему, нервную систему;

г) дыхательную систему, нервную систему, эндокринную систему.

13. Углеводы – это:

а) строительный материал нашего организма, активнейшие участники создания и постоянного обмена клеток и тканей организма;

б) самый главный источник энергии в организме;

в) обеспечивает рост и восстановление клеток и тканей организма, сопротивляемость организма к каким- либо внешним воздействиям;

г) участвуют в пластических процессах формирования костей и тканей, образовании белковых структур, регулируют обмен веществ и жидкости.

14. Назовите размеры баскетбольной площадки:

а) 28м х 14м;

б) 30м х 15м;

в) 32м х 16м;

г) 28м х 15м.

15. Подача в волейболе выполняется из зоны:

а) №3;

б) №6;

в) №1;

г) №5.

Фамилия, имя, отчество \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Школа, класс \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Теоретико-методическое испытание

Промежуточная аттестация

по предмету «физическая культура»

**5 - 7 класс**

БЛАНК ОТВЕТОВ

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Варианты ответов | | | | | | |  | № | Варианты ответов | | | | | | |
| вопроса |  | | | | | | |  | вопроса |  | | | | | | |
|  | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | а |  | б |  | в |  | г |  | 14 | а |  | б |  | в |  | г |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 | а |  | б |  | в |  | г |  | 15 | а |  | б |  | в |  | г |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 | а |  | б |  | в |  | г |  | 16 | а |  | б |  | в |  | г |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4 | а |  | б |  | в |  | г |  | 17 | а |  | б |  | в |  | г |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5 | а |  | б |  | в |  | г |  | 18 | а |  | б |  | в |  | г |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6 | а |  | б |  | в |  | г |  | 19 | а |  | б |  | в |  | г |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7 | а |  | б |  | в |  | г |  | 20 | а |  | б |  | в |  | г |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8 | а |  | б |  | в |  | г |  | 21 | а |  | б |  | в |  | г |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 9 | а |  | б |  | в |  | г |  | 22 | а |  | б |  | в |  | г |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 10 | а |  | б |  | в |  | г |  | 23 | а |  | б |  | в |  | г |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11 | а |  | б |  | в |  | г |  | 24 | а |  | б |  | в |  | г |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 12 | а |  | б |  | в |  | г |  | 25 | а |  | б |  | в |  | г |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 13 | а |  | б |  | в |  | г |  | 26 | а |  | б |  | в |  | г |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Количество правильных ответов \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Подписи членов экзаменационной комиссии