

Тестовое задание по физической культуре для 9 класса

1. Первым президентом Международного Олимпийского Комитета был:
 - А) Эвери Брендедж
 - Б) Пьер де Кубертен
 - В) Деметриус Викелас
 - Г) Зигфрид Эдстрем
2. основополагающие принципы современного олимпизма изложены в:
 - А) олимпийской клятве
 - Б) официальных разъяснениях МОК
 - В) Олимпийской хартии
 - Г) положении об Олимпийской солидарности
3. В каком городе будут проводиться зимние Олимпийские игры 2022 года?
 - А) Токио
 - Б) Пекин
 - В) Стокгольм
 - Г) Торонто
4. За что отвечали элланодики?
 - А) за подготовку атлетов
 - Б) награждали победителей и налагали штрафы на нарушителей правил
 - В) следили, чтобы места соревнований были в порядке
 - Г) отвечали за все перечисленное
5. Зимние Олимпийские игры празднуются:
 - А) в високосный год
 - Б) в течение последнего года празднуемой Олимпиады
 - В) в течение первого года празднуемой Олимпиады
 - Г) в течение второго календарного года, следующего после года начала Олимпиады
6. Международный Олимпийский Комитет принял решение о проведении зимних Олимпийских игр:
 - А) в 1920 году
 - Б) в 1922 году
 - В) в 1924 году
 - Г) в 1925 году
7. Эстафета олимпийских факелов, первый из которых вспыхивает в Олимпии, впервые состоялась на играх:
 - А) в 1920 г.
 - Б) в 1924 г.
 - В) в 1932 г.
 - Г) в 1936 г.
8. Как называется подача в игре в волейбол?
 - А) планер
 - Б) вертолет
 - В) самолет
 - Г) ракета
9. Регулярные занятия физическими упражнениями способствуют повышению работоспособности, потому что...

- А) обеспечивают усиленную работу мышц
 - Б) обеспечивают выполнение большего объема мышечной работы с разной интенсивностью
 - В) обеспечивают усиленную работу систем дыхания и кровоснабжения
 - Г) обеспечивают усиленную работу систем энергообеспечения
10. Содержание уроков физической культуры в общеобразовательной школе прежде всего ориентировано на...
- А) оздоровление учащихся
 - Б) компенсацию вынужденной неподвижности во время уроков
 - В) базовое физическое воспитание учащихся
 - Г) совершенствование физической подавленности учащихся
11. Техникой физических упражнений принято называть:
- А) способ целесообразного решения двигательной задачи
 - Б) способ организации движений при выполнении упражнений
 - В) состав и последовательность движений при выполнении упражнений
 - Г) рациональную организацию двигательных действий
12. Как называется деятельность, составляющая основу физической культуры?
- А) физическая подготовка
 - Б) физическое упражнение
 - В) физическое развитие
 - Г) физическое совершенство
13. Что принято называть осанкой?
- А) форму грудной клетки человека
 - Б) физиологические изгибы позвоночника
 - В) привычную позу человека в вертикальном положении
 - Г) хорошо развитую мускулатуру
14. Избыток углеводов в организме возникает в результате:
- А) несоответствия прихода и расхода энергии
 - Б) чрезмерного употребления сахара
 - В) низкой двигательной активности
 - Г) недостатка витаминов
15. Какое из приведенных утверждений сформулировано некорректно:
- А) спорт – это соревновательная деятельность
 - Б) спорт – это неотъемлемая часть физической культуры
 - В) спорт – это соревновательная деятельность и подготовка к ней
 - Г) все утверждения сформулированы корректно
16. Упражнения, содействующие развитию быстроты, целесообразно выполнять в ... части занятия:
- А) конце подготовительной
 - Б) конце основной
 - В) середине основной
 - Г) начале основной
17. Соотношение между объемом и интенсивностью двигательной активности характеризуется...
- А) увеличением ответных реакций организма
 - Б) обратно пропорциональной зависимостью

- В) показателями темпа и скорости движений
 - Г) прямо пропорциональной зависимостью
18. Отличительным признаком физической культуры является:
- А) воспитание физических качеств и обучение двигательным действиям
 - Б) использование гигиенических факторов и оздоровительных сил природы
 - В) высокими результатами в учебной, трудовой и спортивной деятельности
 - Г) определенным образом организованная двигательная активность
19. Смысл физической культуры, как компонента культуры общества, заключается в...
- А) укреплении здоровья и воспитании физических качеств людей
 - Б) обучении двигательным действиям и повышении работоспособности
 - В) совершенствовании природных, физических свойств людей
 - Г) создании специфических духовных ценностей
20. Оздоровительные задачи в процессе физического воспитания решаются на основе...
- А) обеспечения полноценного физического развития
 - Б) закаливания и физиотерапевтических процедур
 - В) совершенствования телосложения
 - Г) формирования двигательных умений и навыков