**Тест № 1 по разделу «Гимнастика» для учащихся 7-8-х классов**

1. У каких народов и когда был впервые озвучен термин «Гимнастика:

А. У китайцев в XI веке

Б. У немцев в V веке

В. У древних греков в VIII веке до н.э

Г. У американцев в IV веке до н.э.

**2**. Как назывались специальные заведения для занятий физическими упражнениями у древних греков:

А. Гимнасии

Б. Школы высшего мастерства

В. Университеты

Г. Спортивные школы

1. Основная форма организации занятий по гимнастике в школе:

А. Секции

Б. Урок

В. Факультатив

Г. Внеурочная деятельность.

**4**. Какая задача не решается на уроках физической культуры:

А. Образовательная

Б. Воспитательная

В. Оздоровительная

Г. Учебная.

**5.** Строевые упражнения – это:

А. Коллективные действия в строю, организация организованности и дисциплины.

Б. Комбинации разнообразных гим­настических и акробатических элементов, логично связанных меж­ду собой по законам композиции.

В. Двигательные действия учащихся, выполняемые одновременно всем классом, группами учащихся или отдельными учениками.

Г. то такие двигательные действия (включая и их совокупности), которые направлены на реализацию задач физического воспитания, сформированы и организованы по его закономерностям.

**6**. Вис – это:

А. Такое положение тела на снаряде, при котором плечи находятся ниже точки хвата.

Б. Такое положение тела на снаряде (или полу), при котором плечи находятся выше точки опоры

В. Способ, с помощью которого занимающийся держится за снаряд

Г. Прыжок со снаряда.

**7.** Упор – это:

А. Вращательное движение через голову с последовательным касанием опорной поверхности отдельными частями тела

Б. Такое положение тела на снаряде (или полу), при котором плечи находятся выше точки опоры

В. Положение занимающегося, при котором согнутые в коленях ноги подтянуты руками к груди и кисти захватывают колени

Г. Переворот через голову на поверхности

**8**. Записать цифрами, какие прыжки к каким видам относятся

|  |  |
| --- | --- |
| **Опорные прыжки** | **Неопорные прыжки** |
|  |  |
| 1. Прыжки на одной ноге. 2. Прыжки через козла. 3.Прыжки с высоты.   4. Прыжки через козла. 5.Прыжки через гимнастический стол. 6.Прыжки с трамплина. 7. Прыжки на скакалке | |

**9**. Установить соответствие

1. Основная гимнастика А.Упражнения с мячом, скакалкой, лентой, танцевальные упр-я

2. Спортивная гимнастика Б. Опорные прыжки, брусья, вольные упр-ия, перекладина

3. Художественная гимнастика В. Акробатические прыжки, парные и групповые упр-ия

4. Спортивная гимнастика Г. Строевые упр-ия, упр-ия на снарядах, акробатические упр-ия

**10**. Назовите известную российскую гимнастку:

А. Мысакова Елена

Б. Хоркина Светлана

В. Карпова Наталья

Г. Иванова Татьяна.

Бланк ответов на тест № 1 по разделу «Гимнастика»

Бланк ответов

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | | 9 | 10 |
| В | А | Б | Г | В | А | Б | Опорные | Неопорные | 1-Г  2-Б  3-А  4-В | Б |
| 2, 4, 5 | 1, 3, 6, 7 |

Бланк ответов

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Бланк ответов

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Бланк ответов

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Бланк ответов

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Бланк ответов

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Бланк ответов

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Бланк ответов

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |