**Демонстрационная работа**

**Промежуточная аттестационная работа по Физической культуре**

**7 класс**

**Тест по разделу «Легкая атлетика»**

**Какой вид спорта называют «королевой спорта»?**

1. теннис
2. фигурное катание
3. легкая атлетика

**Легкая атлетика – это вид спорта, который объединяет упражнения:**

1) Ходьба, бег, прыжки, метания и составленные из этих видов многоборья;

2) Ходьба, бег, прыжки и метания;

3) Бег, прыжки, кросс;

4) Ходьба, метания.

**В спринте применяется старт:**

1) средний (полунизкий);

2) низкий;

3) высокий;

4) любой из перечисленных.

**На какие виды делятся дистанции в беге?**

1) бег 60м, бег 1000м, бег 2000м, кросс

2) длинные, средние, короткие

3) спортивная ходьба, бег, марафон

**Чему равна дистанция марафона?**

1) 42 км 195м

2) 20 км

3) 50 км

**К легкоатлетическим дисциплинам НЕ относят:**

 1) Бег

2) Прыжки

3) Поднятие тяжестей

4) Метание

**Протяженность марафонской дистанции:**

1) 37 км 100 м

2) 42 км 195 м

3) 50 км 170 м

4) 54 км 230 м

**Как называется самый удобный в исполнении способ прыжка в высоту?**

1) «Перекат»

2) «Ножницы»

3) «Перекид»

4) «Пила»

**Как спортсмен принимает эстафетную палочку во время спринтерского забега 4 по 100 м?**

1) Двумя руками

2) Левой рукой

3) Правой рукой

4) Любой рукой

**Сколько игроков-баскетболистов могут одновременно находиться на баскетбольной площадке во время соревнований?**

а) 5 человек.

б) 10 человек.

в) 12 человек.

**Нельзя делать передачу партнеру, если он …**

а) находится позади вас;

б) находится далеко от вас;

в) не смотрит на вас;

г) «оторвался» от соперника.

**Что является ошибкой при ловле баскетбольного мяча?**

а) Ловля мяча с амортизацией сгибанием рук.

б) Ловля на прямые руки.

в) Ловля мяча на уровне груди.

г) Сближение кистей рук и расстановка пальцев.

**Нельзя вырывать мяч у соперника …**

а) захватом мяча двумя руками;

б) захватом мяча одной рукой;

в) ударом кулака;

г) направлением рывка снизу-вверх.

**Выполняя ведение мяча и сближаясь с соперником, игрок защищает мяч …**

а) отталкивая соперника рукой;

б) поворачиваясь к сопернику спиной;

в) небольшим наклоном и поворотом туловища от соперника.

**При выходе к кольцу сбоку наиболее результативным оказывается бросок:**

а) с отскоком мяча от щита;

б) «чистый» бросок мяча в кольцо.

**Тест по разделу «Баскетбол»**

[**1.  В каком году был «изобретён баскетбол?**](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492460000&usg=AFQjCNFUdDmDoW16_MejPKnq7TKz7bBF9g)

[а)  1986 год](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492461000&usg=AFQjCNEQ4qeGcNbqB-zlQYedjQTBdGP39w)

[б)  1905 год](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492462000&usg=AFQjCNHXXRltj7hR-6tic8_TQqcrwgRgzg)

[в)  1891 год](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492462000&usg=AFQjCNHXXRltj7hR-6tic8_TQqcrwgRgzg)

[г)  1936 год](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492463000&usg=AFQjCNE8iAuSUWso9Q3vsKI2GaxRSvHdaA)

[**2.  Кто «изобрёл» баскетбол?**](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492464000&usg=AFQjCNGvd_LWjLwNoElEoaQzYO4nPus7_g)

[а) Джеймс Нейсмит](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492465000&usg=AFQjCNFLED4B_oXI2sTqJuYLxT5usHFM6Q)

[б) Луи Чемберлен](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492465000&usg=AFQjCNFLED4B_oXI2sTqJuYLxT5usHFM6Q)

[в) Деметре Викелас](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492466000&usg=AFQjCNGYChC8UY0YZ5A3VjgUHqYlXpKTAQ)

[г)  Джемс Коннолли](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492467000&usg=AFQjCNH24Rsld0JA_bwoZAEqJBBuHZuDVw)

[**3.  Когда была создана Международная федерация баскетбола?**](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492468000&usg=AFQjCNHd-WetXMc8g3wVXKwsSaLvZ3RWmA)

[а)  18 июня 1932 года](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492468000&usg=AFQjCNHd-WetXMc8g3wVXKwsSaLvZ3RWmA)

[б) 21 июня 1940 года](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492469000&usg=AFQjCNGzZ2ZF5qfAW46wbmhUsfvevjKxpw)

[в) 7 ноября 1917 года](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492470000&usg=AFQjCNHYRBPPYKD3ZjzxXtDtLhV7QlkEDg)

[г)  5 декабря 1955 года](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492470000&usg=AFQjCNHYRBPPYKD3ZjzxXtDtLhV7QlkEDg)

[**4.  Где и когда впервые был организован показательный турнир по баскетболу?**](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492471000&usg=AFQjCNG9TZvRvj90ic0e5FkKxqeBzrd4-Q)

[а)  III О..И. в Сент-Луисе, 1904 год](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492472000&usg=AFQjCNG016aeAU2HET05XEsv5MndLdtlpA)

[б) I О.И. в Афинах, 1896 год](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492473000&usg=AFQjCNFtDnQdJxecXWDbxw1FP_Ybfa9slQ)

[в) VIII О.И. в Париже, 1924 год](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492473000&usg=AFQjCNFtDnQdJxecXWDbxw1FP_Ybfa9slQ)

[**5.  Когда был включён баскетбол в программу Олимпийских игр?**](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492474000&usg=AFQjCNFzzziBQS2RtDHbKrdsJj3dB-pPYg)

[а)  1936 год, XI- О.И. в Берлине](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492475000&usg=AFQjCNFA_9w1t7nM_M9_g8Zvc5FLyP4uMg)

[б)  1952 год, XV 0,И., Хельсинки](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492476000&usg=AFQjCNGMXT3w8W9h3LbxLdYH1HC-z6eNTA)

[в)  1908 год, IV О.И., Лондон](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492476000&usg=AFQjCNGMXT3w8W9h3LbxLdYH1HC-z6eNTA)

[**6.  На каких Олимпийских играх впервые был включён женский баскетбол в программу**](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492477000&usg=AFQjCNEuC2hIdQ8RrLSxzJspzeiBHNFAaA)[**соревнований?**](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492478000&usg=AFQjCNEa5DM1lsoyVW4m1YPBRzfTXugIyg)

[а)  XIV О.И. - Лондон, 1948 год](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492479000&usg=AFQjCNGtmKMeoC7n-YzfkD1CgOZ-jdzVZw)

[б) XVII О.И. - Рим, 1960 год](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492479000&usg=AFQjCNGtmKMeoC7n-YzfkD1CgOZ-jdzVZw)

[в) XXI О.И. - Монреаль, 1976год](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492481000&usg=AFQjCNGzv5YNUOW4EEcoOY2QW5BefWHSMw)

[**7.  На каких Олимпийских играх советские баскетболисты стали чемпионами?**](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492481000&usg=AFQjCNGzv5YNUOW4EEcoOY2QW5BefWHSMw)

[а)  XVIII О.И.- Токио, 1964 год](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492482000&usg=AFQjCNFn0ZmIjd7fctcb-yHEF-yp-UqKDg)

[б) XX О.И.- Мюнхен, 1972 год](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492483000&usg=AFQjCNGNHPHkt1BRoQDvhpdvb1hGBqLwew)

[в) XXI О.И.- Монреаль, 1976 год](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492484000&usg=AFQjCNHKIWs_BPHhwWun0jFOS5MIA9UTrg)

[**8.  Техника владения мячом включает в себя следующие приемы:**](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492484000&usg=AFQjCNHKIWs_BPHhwWun0jFOS5MIA9UTrg)

[а)  ловлю, остановки, повороты, ведение мяча](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492485000&usg=AFQjCNGblme6TgmFmybq57wJQqZPyT3NwQ)

[б) передачи мяча, броски в корзину, ловлю, остановки, повороты](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492486000&usg=AFQjCNEVQr4SoK4ccPjiPY_htDWHZuz1iw)

[в) ловлю, передачи, ведение мяча, броски в корзину](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492487000&usg=AFQjCNGa232A-UlOCSy8hSbDpxRwfb2u-A)

[**9.  Технику передвижений в баскетболе составляют:**](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492487000&usg=AFQjCNGa232A-UlOCSy8hSbDpxRwfb2u-A)

[а)  ходьба, бег, прыжки, остановки, повороты](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492488000&usg=AFQjCNEVY8f9YQa-qX2FOvyAMN-lcvnp7A)

[б) бег, прыжки, передачи мяча, бросок мяча](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492489000&usg=AFQjCNFdwU-Tg-vpoVQwI3EiLzk5T-A3XA)

[в) бег, ведение, остановки, передачи мяча, повороты](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492490000&usg=AFQjCNEYhMJBxAzp4v_CIlOrJfeyy_vIUA)

[**10. Сколько человек играют на площадке?**](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492490000&usg=AFQjCNEYhMJBxAzp4v_CIlOrJfeyy_vIUA)[а) 4](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492491000&usg=AFQjCNFhefsGdP1cHNbq0wO0Wbqe-lmKEw)

[6)5](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492492000&usg=AFQjCNELv8nI_DDyf9_8CRbcEqcl-aebDg)

[в)  6](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492492000&usg=AFQjCNELv8nI_DDyf9_8CRbcEqcl-aebDg)

[г)  11](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492493000&usg=AFQjCNFqJchCrUG3iI3DWI4Jx9t2N5xMwQ)

[**11 .Из США баскетбол проник вначале в :**](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492494000&usg=AFQjCNHmnjmDOB2zAMRMqfH5UDBWwSIFjg)

[а)  Германию, Францию, Россию, Латвию, Южную Америку](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492495000&usg=AFQjCNE5zT7s1gUH_iC7f-P57TN7RFEaVg)

[б) Великобританию, Францию, Германию, Китай, Японию](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492495000&usg=AFQjCNE5zT7s1gUH_iC7f-P57TN7RFEaVg)

[в) Китай, Японию, Филиппины](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492496000&usg=AFQjCNGHELSB0c4NDHDSmWhiqr-ICrC9Jg)

[**12.  Размеры баскетбольной площадки?**](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492499000&usg=AFQjCNEMwy4-FnXYbYhhWRf-K2UnWAxDCA)

[а) 9м. х 18м.](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492500000&usg=AFQjCNGpmv6ovN8tG-EHLVH9cv5FtSIUZw)

[б) 14м. х 26м.](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492501000&usg=AFQjCNEs2hfYseElB0_Kn-UMq0EejZoamw)

[в) 12м. х 24м.](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492502000&usg=AFQjCNEEvJd-vAqMJDPR_UDuTrIJCvZxEw)

[**13.  На какой высоте находится баскетбольное кольцо (корзина)?**](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492503000&usg=AFQjCNEJiFRZi1GHPZTgXrwPNpDZzRXh4w)

[а)  305 см.](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492504000&usg=AFQjCNHKuQJ9R_d9cSmKWXMXczlHfXs2vg)

[б) 260 см.](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492505000&usg=AFQjCNEF_DlPEyXsi09nMifLvvtJxGk2Sg)

[в) 310 см.](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492506000&usg=AFQjCNHVWE5NN0UPZUC9cpW6pWaADxDQuQ)

[г)  300 см.](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492507000&usg=AFQjCNF32xcz-dF7D_2iQ4LmDpcrRDf4KQ)

[**14.  Сколько времени может владеть команда мячом, до того как произвести бросок по**](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492508000&usg=AFQjCNHmW8AYjs5nTLO8tyhje5X_j55_8w)[**кольцу?**](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492509000&usg=AFQjCNHy7HrecFNGRMS4TyELYTwNvx2Kvw)

[а)  30 сек.](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492509000&usg=AFQjCNHy7HrecFNGRMS4TyELYTwNvx2Kvw)

[б) 24 сек.](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492510000&usg=AFQjCNF3hf_MDEiVfA4U33Q6S5tiqJ2b1A)

[в) 20 сек.](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492511000&usg=AFQjCNEDsRLkr0uS-nlLxEnASjX3gQlbFA)

[**15.  Сколько шагов можно делать после ведения мяча?**](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492512000&usg=AFQjCNHtqLA0O9qAHUgrW8_Nh9MxlJhn7A)

[а)  3 шага](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492513000&usg=AFQjCNHPVyD_JTkwLXL5D_MoxKDzz_x_KQ)

[б) 2 шага](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492514000&usg=AFQjCNE9zEZI-NAq8p0S3KpmyjskBp6pbA)

[в) 1 шаг](https://www.google.com/url?q=http://zvezda196729.narod.ru/zabavi.htm&sa=D&ust=1457369492514000&usg=AFQjCNE9zEZI-NAq8p0S3KpmyjskBp6pbA)