

**ИТОГОВАЯ КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА по  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

8 класс

**Тема: Олимпийское движение**

**1. У подножья какой горы праздновались античные Олимпийские игры?**

- а) Кронос
- б) Алфей
- в) Олимп
- г) Афон

**2. В каком году и где было принято решение о возрождении Олимпийских игр?**

- а) 23 июня 1894 г. в Париже
- б) 7 апреля 1896 г. в Греции
- в) 19 июня 1904 г. в Лондоне
- г) 5 мая 1901 г. в Париже

**3. Кто представляет страну на Олимпийских играх в соответствии с Олимпийской хартией?**

- а) национальный олимпийский комитет
- б) президент страны
- в) национальные спортивные федерации
- г) Министерство спорта

**4. Кто был первым президентом российского олимпийского комитета?**

- а) А.Д. Бутовский
- б) Г.И. Рибопьер
- в) Н.А. Панин-Коломенкин
- г) В.И. Срезневский

**5. Слово «атлетика» в переводе с греческого означает**

- а) бег
- б) прыжки
- в) борьба
- г) метание

**6. В древних Олимпийских играх было состязание в пентатлоне (пятиборье), который включал в себя**

- а) бег, прыжки в длину, метание копья и диска, борьбу
- б) кулачный бой, верховую езду, панкратион, гонки на колесницах, марафонский бег
- в) бег, прыжки в высоту с разбега, толкание ядра, кросс по пересечённой местности, кулачный бой
- г) плавание, бег, верховую езду, фехтование, борьбу

**Тема: спортивные игры**

**7. Какой из видов спорта относится к категории спортивных игр?**

- а) теннис
- б) фехтование
- в) скалолазание
- г) дзюдо

**8. Как называется нарушение осанки, характеризующееся изгибом позвоночника в сторону?**

- а) кифотическая осанка
- б) сколиотическая осанка
- в) осанка изогнутого вида
- г) осанка наклонного вида

**9. Как называют совокупность приёмов механического и рефлекторного воздействия на ткани и органы?**

- а) массаж
- б) закаливание
- в) гигиена
- г) нагрузка

**10. В каком виде спорта на площадке может максимально находиться 7 игроков одной команды?**

- а) в баскетболе
- б) в волейболе
- в) в футболе
- г) в гандболе

Тема: знания о физической культуре

**11. В каком году был введён физкультурный комплекс «Будь готов к труду и обороне»?**

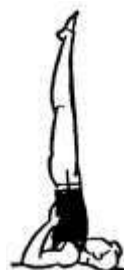
- а) в 1928 г.
- б) в 1931 г.
- в) в 1934 г.
- г) в 1946 г.

**12. Какое упражнение используется для оценки уровня выносливости на V ступени ВФСК ГТО?**

- а) плавание 50 м
- б) подтягивание на высокой или низкой перекладине
- в) бег на дистанцию 100 м
- г) бег на дистанцию 2000 м

**13. Как называется гимнастическое положение, представленное на рисунке?**

- а) стойка на лопатках
- б) стойка на руках и голове
- в) стойка на предплечьях
- г) стойка на руках



**14. Закаливающие процедуры рекомендуется начинать с закаливания**

- а) водой
- б) солнцем
- в) воздухом
- г) холодом

**15. В каком году МОК принял решение о проведении зимних Олимпийских игр?**

**Ответ:** \_\_\_\_\_.

**16. Назовите сооружение для занятий водными видами спорта.**

**Ответ:** \_\_\_\_\_.

## **ТЕХНОЛОГИЯ оценки качества выполнения заданий:**

Задания в закрытой форме (1-14). Каждое верное задание оценивается в 1 балл, -неправильно выполненное задание – 0 баллов.

Задания в открытой форме (15–16). Каждое верное задание оценивается в 1 балла, в остальных случаях (неверный ответ, орфографическая ошибка, опечатка) – 0 баллов

Задание считается невыполненным, если:

- указан номер неправильного ответа
- указаны номера двух и более ответов, даже если среди них указан номер правильного ответа
- номер ответа не указан

Итоговая оценка представляется суммой баллов оценки выполненных заданий.

Итоги контрольной работы определяются по числу правильных ответов на все вопросы.

### **Критерии оценивания:**

13-16 баллов – «5»

10-12 баллов – «4»

8-10 баллов – «3»

0-8 баллов – «2»

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 698875933354843316134420126408267428494147114561

Владелец Лобанкова Ольга Станиславовна

Действителен с 22.04.2025 по 22.04.2026