

ФОС
Физическая культура
Итоговая контрольная работа для 7 класса

Спецификация

1. Назначение диагностической работы

Работа предназначена для проведения процедуры текущей диагностики индивидуальной общеобразовательной физической подготовки обучающихся по предмету «Физическая культура» в 7 классе.

Объект оценивания: повторение изученного в 7 классе.

Вид работы: тест на знание теоретической части по физической культуре.

Распределение заданий контрольной работы по разделам программы

Раздел программы	Количество заданий			
	Базовый уровень сложности	Повышенный уровень сложности	Общее количество вопросов по разделу	Реализация НРЭО*
1. Знания о физической культуре. 1.1. История и современное развитие физической культуры.	3	3	6	4
1. Знания о физической культуре. 1.2. Термины и понятия физической культуры.	3	1	4	0
1. Знания о физической культуре. 1.3. Физическая культура человека.	2	0	2	0
2. Способы двигательной (физкультурной) деятельности. 2.1. Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой.	3	1	4	2
2. Способы двигательной (физкультурной) деятельности. 2.2. Оценка эффективности занятий физической культурой.	2	0	2	0
3. Физическое совершенствование.	1	1	2	0
3. Физическое совершенствование. 3.2.1. Лёгкая атлетика	1	0	1	0
3. Физическое совершенствование. 3.2.2. Баскетбол	1	0	1	0
3. Физическое совершенствование. 3.2.3. Гимнастика	1	1	2	0

3. Физическое совершенствование. 3.2.5. Волейбол	1	0	1	0
Общее количество заданий (%)	18 (72%)	7 (28%)	25	6 (24%)*

* - количество заданий НРЭО от суммарного количества заданий базового и повышенного уровня.

План итоговой контрольной работы

№ вопроса	Раздел программы	Проверяемый планируемый результат	Тип задания, уровень сложности	Время выполнения	Максимальный балл
1	1. Знания о физической культуре. 1.1. История и современное развитие физической культуры.	<i>Характеризовать смысл терминов античных Игр Олимпиады.</i>	Закрытая форма, с предложенными вариантами ответов. Повышенный.	1 мин.	1
2	1. Знания о физической культуре. 1.1. История и современное развитие физической культуры.	<i>Объяснять смысл символики и ритуалов Олимпийских игр.</i>	Закрытая форма, с предложенными вариантами ответов. Повышенный.	1 мин.	1
3	1. Знания о физической культуре. 1.1. История и современное развитие физической культуры.	<i>Характеризовать исторические сведения и этапы развития олимпийского движения в России.</i>	Закрытая форма, с предложенными вариантами ответов. Базовый.	1 мин.	1
4	1. Знания о физической культуре. 1.2. Термины и понятия физической культуры.	Раскрывать базовые понятия и термины физической культуры.	Закрытая форма, с предложенными вариантами ответов. Базовый.	1 мин.	1
5	1. Знания о физической культуре. 1.2. Термины и понятия физической культуры.	Раскрывать базовые понятия и термины физической культуры.	Закрытая форма, с предложенными вариантами ответов. Базовый.	1 мин.	1
6	1. Знания о физической культуре. 1.1. История и современное развитие физической культуры.	<i>Знать прославленных отечественных спортсменов и спортсменов Челябинской области, принёсших славу отечественному спорту.</i>	Закрытая форма, с предложенными вариантами ответов. Базовый.	1 мин.	1

7	1. Знания о физической культуре. 1.3. Физическая культура человека	Характеризовать основные органы и системы человека и влияние на них физических упражнений.	Закрытая форма, с предложенными вариантами ответов. Базовый.	1 мин.	1
8	2. Способы физкультурной деятельности. 2.1. Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой.	Отбирать русские народные игры для самостоятельных занятий.	Закрытая форма, с предложенными вариантами ответов. Базовый.	1 мин.	1
9	2. Способы физкультурной деятельности. 2.1. Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой.	Подбирать упражнения для самостоятельных занятий с учётом их функциональной направленности.	Закрытая форма, с предложенными вариантами ответов. Базовый.	1 мин.	1
10	2. Способы физкультурной деятельности. 2.2. Оценка эффективности занятий физической культурой.	Знать способы измерения пульса (ЧСС), для самоконтроля во время самостоятельных занятий физическими упражнениями.	Закрытая форма, с предложенными вариантами ответов. Базовый.	1 мин.	1
11	2. Способы физкультурной деятельности. 2.2. Оценка эффективности занятий физической культурой.	Знать основные антропометрические данные для проведения измерений.	Закрытая форма, с несколькими предложенными вариантами ответов. Базовый.	1,5 мин.	1
12	1. Знания о физической культуре. 1.3. Физическая культура человека	Характеризовать влияние негативных факторов на основные органы и системы человека.	Закрытая форма, с несколькими предложенными вариантами ответов. Базовый.	1,5 мин.	1
13	3. Физическое совершенствование. 3.2.1. Лёгкая атлетика	Знать термины и понятия лёгкой атлетики.	Закрытая форма, с несколькими предложенными вариантами ответов. Базовый.	1,5 мин.	1
14	3. Физическое совершенствование. 3.2.3. Гимнастика	Знать термины и понятия гимнастики.	Закрытая форма, с предложенными вариантами ответов. Базовый.	1 мин.	1
15	3. Физическое	Знать правила игры в	Закрытая форма, с	1 мин.	1

	совершенствование. 3.2.2. Баскетбол	баскетбол и жесты судей.	предложенными вариантами ответов. Базовый.		
16	3. Физическое совершенствование. 3.2.5. Волейбол	Знать правила игры в волейбол и жесты судей.	Закрытая форма, с предложенными вариантами ответов. Базовый.	1 мин.	1
17	3. Физическое совершенствование.	Знать название видов спорта и классифицировать их по предложенным признакам.	Закрытая форма, с предложенными вариантами ответов. Базовый.	1 мин.	1
18	1. Знания о физической культуре. 1.1. История и современное развитие физической культуры.	<i>Знать прославленных отечественных спортсменов и спортсменов Челябинской области, принёсших славу отечественному спорту.</i>	Соответствие. Повышенный.	3 мин.	5
19	1. Знания о физической культуре. 1.1. История и современное развитие физической культуры.	<i>Знать символику, ритуалы крупных Международных соревнований и Олимпийских игр, прошедших в нашей стране.</i>	Перечисление известных фактов, показателей, характеристик. Базовый.	1,5 мин.	3
20	1. Знания о физической культуре. 1.2. Термины и понятия физической культуры.	Раскрывать базовые понятия и термины физической культуры.	Перечисление известных фактов, показателей, характеристик. Базовый.	3 мин.	6
21	1. Знания о физической культуре. 1.2. Термины и понятия физической культуры.	<i>Характеризовать структуру Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» III ступени.</i>	Открытая форма, без предложенных вариантов ответов. Повышенный.	2 мин.	2
22	3. Физическое совершенствование.	Знать название видов спорта и классифицировать их по предложенным признакам.	Открытая форма, без предложенных вариантов ответов. Повышенный.	1,5 мин.	2
23	2. Способы физкультурной деятельности. 2.1. Организация и проведение самостоятельных занятий	Подбирать упражнения для самостоятельных занятий с учётом их функциональной направленности.	Открытая форма, без предложенных вариантов ответов. Базовый.	1,5 мин.	2

	физической культурой.				
24	3. Физическое совершенствование. 3.2.3. Гимнастика	Знать термины и понятия гимнастики.	Открытая форма, без предложенных вариантов ответов. Базовый.	2	2
25	1. Знания о физической культуре. 1.2. Термины и понятия физической культуры.	<i>Характеризовать испытания (тесты) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» III ступени.</i>	Открытая форма, без предложенных вариантов ответов. Повышенный.	2	2

Критерии оценивания для 1 и 2 варианта.

1 – 10 и 14 - 17 вопрос - правильный ответ оценивается в 1 балл.

Максимальное количество баллов по этим вопросам составляет 14 баллов.

11 – 13 вопрос - правильный ответ оценивается в 1 балл. Если в ответе указана, хотя бы одна неверная позиция, ответ считается неверным и оценивается в 0 баллов.

Максимальное количество баллов по этим вопросам составляет 3 балла.

18 вопрос – 1 балл за каждое правильное соответствие. Максимальный балл, который может набрать ученик в одном вопросе – 5 баллов.

19 - 20 вопрос – 1 балл за каждую правильную позицию. Максимальный балл, который может набрать ученик в 19 вопросе – 3 балла, 20 вопросе – 6 баллов.

21 - 25 вопрос – 2 балла за каждую правильную позицию.

Максимальное количество баллов по этим вопросам составляет 10 баллов.

Итого: 17 баллов – задания в закрытой форме.

5 баллов – задание на соответствие.

9 баллов – задания на перечисление.

10 баллов – задание в открытой форме.

Максимальный балл – 41

Примерный вариант оценивания на основе «принципа сложения»

% выполнения от максимального балла	Количество баллов	Цифровая отметка
80 – 100 %	33 - 41	5
61 – 79 %	25 - 32	4
41 – 60%	17 - 24	3
менее 42 %	менее 17	2

Демонстрационный вариант итоговой контрольной работы по физической культуре 7 класс

Инструкция по выполнению заданий

Инструкция по выполнению заданий

Вам предлагаются задания, основанные на содержании основной образовательной программы основного общего образования.

Задания объединены в 5 групп:

1 группа (1 – 10, 14 – 17 вопросы) - Задания в закрытой форме, с предложенными вариантами ответов. Задания представлены в форме незавершенных утверждений, которые, при завершении, могут оказаться либо истинными, либо ложными. Правильным является то, которое наиболее полно соответствует смыслу утверждения.

При выполнении этих заданий, необходимо выбрать только один правильный ответ!

2 группа (11 – 13 вопросы) – Задания в закрытой форме, с несколькими предложенными вариантами ответов. Это условие указано в задании «Отметьте все позиции». При выполнении этих заданий, необходимо выбрать несколько правильных ответов.

Выбранные варианты ответов группы 1 и 2 отмечаются зачеркиванием соответствующего квадрата в бланке ответов: «а», «б», «в» или «г».

3 группа (18 вопрос) - Задание в котором необходимо установить соответствие предложенных вариантов ответов определенным понятиям, фактам, известным спортсменам, событиям, высказываниям и определениям. Ответы вписывайте в соответствующую графу бланка ответов. Жюри оценивает каждую, представленную позицию.

4 группа (19 – 20 вопросы) – Задания предполагают перечисление известных Вам данных и характеристик. Записи выполняйте в бланке ответов. Записи должны быть разборчивыми. Жюри оценивает каждую представленную Вами позицию.

5 группа (21 – 25 вопросы) - Задание в открытой форме, то есть, без предложенных вариантов ответов. При выполнении этого задания, необходимо самостоятельно подобрать вариант ответа, который, завершая высказывание, образует истинное утверждение.

Подобранный ответ вписывайте в соответствующую графу бланка ответов.

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Пропускайте незнакомые задания. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии, Вы сможете вернуться к пропущенному заданию.

Все ответы на предложенные задания вписываются в бланк ответов! Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов. Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ.

Время выполнения заданий – 35 минут!

Желаем удачи!

ВАРИАНТ № 1

1. Почему древние Олимпийские игры называли "праздником мира"?
 - а) Олимпийские игры имели широкую известность по всему миру
 - б) на Игры Олимпиады приезжали делегации со всего мира
 - в) в период проведения Олимпийских игр прекращались все войны
 - г) в Играх Олимпиады принимали участие атлеты со всего мира
2. Что символизируют пять олимпийских колец?
 - а) союз пяти континентов и встречу спортсменов на Олимпийских играх
 - б) пять основных законов Олимпийской хартии
 - в) пять первых видов состязаний проводимых на Играх в Древней Греции
 - г) прекращение войн после проведения Игр на пять лет
3. Кто из российских спортсменов завоевал первую золотую олимпийскую медаль на Олимпийских Играх?
 - а) Евгений Замотин
 - б) Николай Орлов
 - в) Григорий Дёмин
 - г) Николай Панин-Коломенкин
4. Физическая культура - это:
 - а) система физического воспитания в школе
 - б) педагогический процесс, направленный на формирование специальных знаний
 - в) область специальной деятельности
 - г) часть общей культуры, направленная на физическое совершенствование человека
5. Поведение, направленное на улучшение и сохранение здоровья, а также согласованность и единство всех уровней жизнедеятельности человека, называется...
 - а) закаливание
 - б) культура здоровья
 - в) здоровьесбережение
 - г) гигиена
6. В каком виде спорта выступала прославленная спортсменка Челябинской области, Екатерина Гамова?
 - а) конькобежный спорт
 - б) тхэквондо
 - в) стрельба
 - г) волейбол
7. В дыхательной системе человека большую роль играют лёгкие, которые осуществляют...
 - а) обмен газов между вдыхаемым воздухом и кровью
 - б) снабжение органов кровью
 - в) перекачивание воздуха по органам человека
 - г) очищение крови
8. Русской народной игрой принято считать...
 - а) покер
 - б) лапта
 - в) хоккей
 - г) теннис
9. Какой вид деятельности следует применять для преимущественного развития ловкости и координации движений?
 - а) бег, катание на лыжах
 - б) игра в спортивные и подвижные игры
 - в) плавание, катание на велосипеде
 - г) игра в шахматы и шашки
10. Какими способами можно измерять пульс (ЧСС) во время проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями?
 - а) тремя пальцами на запястье, ладонью на груди
 - б) зажать пальцами нос
 - в) кончиками пальцев на мочках ушей
 - г) закрыть глаза
11. Какие показатели относятся к антропометрическим данным?
(отметьте все позиции)
 - а) температура тела
 - б) окружность бедра
 - в) длина тела
 - г) окружность талии

12. Воздействие каких факторов ведёт к снижению зрения?

(отметьте все позиции)

- а) чтение учебников и книг в положении лёжа б) выполнение физкультминуток
в) длительное сидение за компьютером г) выполнение утренней зарядки

13. Какие дистанции относятся к спринтерским?

(отметьте все позиции)

- а) 2000 м б) 60 м в) 800 м г) 30 м

14. В каких единицах оценивается выступление в гимнастике?

- а) килограммы б) очки в) баллы г) секунды

15. Что означает жест судьи в баскетболе «поднятая вверх рука, сжатая в кулак».

- а) фол б) игра ногой в) замена г) пробежка

16. Что означает жест судьи в волейболе «скрещенные предплечья перед грудью с открытыми ладонями».

- а) конец партии б) ошибка при блокировании в) замена г) мяч в «площадке»

17. Спортивная командная игра, в которой игроки стараются забросить руками мяч в ворота противника.

- а) баскетбол б) гандбол в) волейбол г) футбол

18. Установите соответствие между фамилиями прославленных отечественных спортсменов и спортсменов Челябинской области и видом спорта, в котором они выступали.

Фамилия имя спортсмена		Вид спорта	
1	Ольга Фаткулина	1	Бокс
2	Алексей Немов	2	Конькобежный спорт
3	Сергей Макаров	3	Лёгкая атлетика
4	Леонид Мосеев	4	Гимнастика
5	Евгений Ковалёв	5	Хоккей

19. Согласно утверждённым итогам финального голосования 26 февраля 2011 года, для проведения Олимпийских зимних игр в Сочи – 2014 года, было выбрано три талисмана. Запишите эти талисманы в бланке ответов.

20. Запишите в бланк ответов основные составляющие здорового образа жизни.

21. В бланке ответов запишите, как расшифровывается аббревиатура «ГТО»?

22. Спортивная командная игра, в процессе которой две команды соревнуются на специальной площадке, разделённой сеткой, стремясь направить мяч на сторону соперника таким образом, чтобы он приземлился на площадке противника.
Запишите название игры в бланк ответов.

23. Какое физическое качество развивается при выполнении отжиманий в упоре лёжа на полу и подтягиваний на перекладине (высокой или низкой)?

24. Строй, в котором занимающиеся размещены в затылок друг другу называется...

25. В бланке ответов запишите название одного (любого) обязательного вида испытаний (теста) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО» III ступени.

**Итоговая контрольная работа
по физической культуре для 7 класса
ВАРИАНТ № 1**

БЛАНК ОТВЕТОВ

Фамилия имя _____

№ вопроса	Варианты ответов			
1	А	Б	В	Г
2	А	Б	В	Г
3	А	Б	В	Г
4	А	Б	В	Г
5	А	Б	В	Г
6	А	Б	В	Г
7	А	Б	В	Г
8	А	Б	В	Г
9	А	Б	В	Г
10	А	Б	В	Г
11	А	Б	В	Г
12	А	Б	В	Г
13	А	Б	В	Г
14	А	Б	В	Г
15	А	Б	В	Г
16	А	Б	В	Г
17	А	Б	В	Г

18. В колонке «вид спорта» поставить номер того вида спорта (указанного в бланке вопросов) в котором спортсмен выступал.

Фамилия имя спортсмена		Вид спорта
1	Ольга Фаткулина	
2	Алексей Немов	
3	Сергей Макаров	
4	Леонид Мосеев	
5	Евгений Ковалёв	

19. _____

20. _____

21. _____

22. _____

23. _____ 24. _____

25. _____

по физической культуре для 7 класса
ВАРИАНТ № 1

КЛЮЧ ОТВЕТОВ

№ вопроса	Варианты ответов			
1	А	Б	В	Г
2	А	Б	В	Г
3	А	Б	В	Г
4	А	Б	В	Г
5	А	Б	В	Г
6	А	Б	В	Г
7	А	Б	В	Г
8	А	Б	В	Г
9	А	Б	В	Г
10	А	Б	В	Г
11	А	Б	В	Г
12	А	Б	В	Г
13	А	Б	В	Г
14	А	Б	В	Г
15	А	Б	В	Г
16	А	Б	В	Г
17	А	Б	В	Г

18.

Фамилия имя спортсмена		Вид спорта
1	Ольга Фаткулина	2 - Конькобежный спорт
2	Алексей Немов	4 - Гимнастика
3	Сергей Макаров	5 - Хоккей
4	Леонид Мосеев	3 – Лёгкая атлетика
5	Евгений Ковалёв	1 - Бокс

19. Леопард, Белый Мишка и Зайка.

20. Отказ от вредных привычек, рациональное питание, гигиенические факторы, закаливание, физические нагрузки (занятия физкультурой и спортом), режим дня.

21. Готов к труду и обороне.

22. Волейбол.

23. Сила.

24. Колонна.

25. Бег 30 м, бег 60 м, бег 1500 м, бег 2000 м, подтягивание на высокой перекладине, подтягивание на низкой перекладине, отжимания, наклон вперёд из положения стоя (гибкость).

1. Что означает термин олимпиада?

- а) собрание атлетов из разных стран в одном месте для проведения соревнований
- б) четырехлетний период между Олимпийскими играми
- в) первый год четырехлетия, наступление которого празднуются играми
- г) соревнования по олимпийским видам спорта

2. В какой последовательности чередуются цвета олимпийских колец?

- а) чёрный, синий, зелёный, красный, жёлтый
- б) жёлтый, красный, синий, зелёный, чёрный
- в) зелёный, красный, жёлтый, чёрный, синий
- г) синий, чёрный, красный, жёлтый, зелёный

3. В каком году российские спортсмены впервые приняли участие в Играх Олимпиады?

- а) 1900 г. Париж б) 1904 г. Сент-Луис в) 1908 г. Лондон г) 1912 г. Стокгольм

4. Что из представленного не является отличительным признаком физической культуры?

- а) Знания, принципы, правила и методика использования упражнений.
- б) Виды гимнастики, спорта, игр, разновидности комплексов упражнений.
- в) Обеспечение безопасности жизнедеятельности.
- г) Положительные изменения в физическом состоянии человека.

5. Поведение, основанное на санитарно-гигиенических нормах и направленное на сохранение здоровья, называется...

- а) закаливание б) культура здоровья в) здоровьесбережение г) гигиена

6. В каком виде спорта выступал прославленный спортсмен Челябинской области, Вадим Хамутцких?

- а) хоккей б) баскетбол в) волейбол г) бокс

7. В выделительной системе человека большую роль играют почки, которые осуществляют...

- а) удаление лишней жидкости б) снабжение органов водой
- в) регуляцию функций всех клеток г) очищение крови

8. Русской народной игрой принято считать...

- а) футбол б) кёрлинг в) городки г) шахматы

9. Какие упражнения следует применять для преимущественного развития силовых способностей?

- а) незнакомые упражнения связанные с координационной трудностью
- б) упражнения вызывающие максимальное мышечное напряжение
- в) упражнения махового и рывкового характера
- г) упражнения с большой амплитудой движения

10. Какими способами можно измерять пульс (ЧСС) во время проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями?

- а) зажать пальцами нос б) большим пальцем прижать любую мышцу
в) кончиками пальцев на мочках ушей г) большим и указательным пальцами на шее

11. Какие показатели относятся к антропометрическим данным?

(отметьте все позиции)

- а) масса тела б) окружность голени в) окружность плеч г) число отжиманий

12. Воздействие каких факторов ведёт к снижению зрения?

(отметьте все позиции)

- а) чтение книг при тусклом свете б) длительное сидение перед телевизором
в) участие в соревнованиях г) соблюдение гигиенических правил

13. Какие дистанции относятся к спринтерским?

(отметьте все позиции)

- а) 30 м б) 60 м в) 800 м г) 1000 м

14. В каком виде спорта выступление спортсмена оценивается в баллах?

- а) плавание б) баскетбол в) стрельба г) гимнастика

15. Что означает жест судьи в баскетболе «скрещенные руки перед грудью».

- а) спорный мяч б) пронос мяча в) замена г) толчок

16. Что означает жест судьи в волейболе «круговое движение предплечьями вокруг друг друга».

- а) конец партии б) касание сетки в) замена г) мяч «за»

17. Спортивная командная игра, в которой игроки стараются забросить руками мяч в ворота противника, называется...

- а) ручной мяч б) парящий мяч в) лёгкий мяч г) летящий мяч

18. Установите соответствие между фамилиями прославленных отечественных спортсменов и спортсменов Челябинской области и видом спорта, в котором они выступали.

Фамилия имя спортсмена		Вид спорта	
1	Лариса Латынина	1	Биатлон
2	Вячеслав Быков	2	Конькобежный спорт
3	Харис Юсупов	3	Борьба
4	Светлана Бажанова	4	Гимнастика
5	Антон Шипулин	5	Хоккей

19. Согласно утверждённым итогам финального голосования 26 февраля 2011 года, для проведения Олимпийских зимних игр в Сочи – 2014 года, было выбрано три талисмана. Запишите эти талисманы в бланке ответов.

20. Запишите в бланк ответов основные составляющие здорового образа жизни.

21. В бланке ответов запишите, какими значками (соответствующие уровню трудности) награждаются люди сдавшие нормативы Всероссийского физкультурно - спортивного комплекса «ГТО».
22. Спортивная командная игра с мячом, в которой мяч забрасывают руками в корзину (кольцо) соперника. Запишите название игры в бланк ответов.
23. Какое физическое качество развивается при выполнении длительного бега, плавания, езды на велосипеде?
24. Строй, в котором занимающиеся размещены один возле другого на одной линии называется...
25. В бланке ответов запишите название одного (любого) вида испытаний (теста) по выбору, Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО» III ступени.

**Итоговая контрольная работа
по физической культуре для 7 класса
ВАРИАНТ № 2
БЛАНК ОТВЕТОВ**

Фамилия имя _____

№ вопроса	Варианты ответов			
1	А	Б	В	Г
2	А	Б	В	Г
3	А	Б	В	Г
4	А	Б	В	Г
5	А	Б	В	Г
6	А	Б	В	Г
7	А	Б	В	Г
8	А	Б	В	Г
9	А	Б	В	Г
10	А	Б	В	Г
11	А	Б	В	Г
12	А	Б	В	Г
13	А	Б	В	Г
14	А	Б	В	Г
15	А	Б	В	Г
16	А	Б	В	Г
17	А	Б	В	Г

18. В колонке «вид спорта» поставить номер того вида спорта (указанного в бланке вопросов) в котором спортсмен выступал.

Фамилия имя спортсмена		Вид спорта
1	Лариса Латынина	
2	Вячеслав Быков	
3	Харис Юсупов	
4	Светлана Бажанова	
5	Антон Шипулин	

19. _____

20. _____

21. _____

22. _____

23. _____ 24. _____

25. _____

**Итоговая контрольная работа
по физической культуре для 7 класса
ВАРИАНТ № 2**

КЛЮЧ ОТВЕТОВ

№ вопроса	Варианты ответов			
1	А	Б	В	Г
2	А	Б	В	Г
3	А	Б	В	Г
4	А	Б	В	Г
5	А	Б	В	Г
6	А	Б	В	Г
7	А	Б	В	Г
8	А	Б	В	Г
9	А	Б	В	Г
10	А	Б	В	Г
11	А	Б	В	Г
12	А	Б	В	Г
13	А	Б	В	Г
14	А	Б	В	Г
15	А	Б	В	Г
16	А	Б	В	Г
17	А	Б	В	Г

18.

Фамилия имя спортсмена		Вид спорта
1	Лариса Латынина	4 - Гимнастика
2	Вячеслав Быков	5 - Хоккей
3	Харис Юсупов	3 - Борьба
4	Светлана Бажанова	2 - Конькобежный спорт
5	Антон Шипулин	1 - Биатлон

19. Леопард, Белый Мишка и Зайка.

20. Отказ от вредных привычек, рациональное питание, гигиенические факторы, закаливание, физические нагрузки (занятия физкультурой и спортом), режим дня.

21. Золотой, серебряный, бронзовый.

22. Баскетбол.

23. Выносливость.

24. Шеренга.

25. Челночный бег 3 X 10 м, прыжок в длину с места, прыжок в длину с разбега, метание мяча (150 гр.), поднимание туловища из положения лёжа на спине (пресс), бег на лыжах 2 км, кросс по пересечённой местности 3 км, плавание 50 м, стрельба из электронного и пневматического оружия, туристический поход.