

ΦΥΣΙΚΗ ΑΓΩΓΗ – ΟΛΥΜΠΙΑΚΗ ΠΑΙΔΕΙΑ Γ΄ ΛΥΚΕΙΟΥ – ΚΑΡΤΑ ΑΥΤΟΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ

ΜΑΘΗΜΑ 5^ο - ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΕΞΕΛΙΞΗ ΤΗΣ ΣΩΜΑΤΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ

Καθηγητής: Βασίλης Γιωργαλλάς

Όνομα μαθητή/τριας:..... Ημερομηνία:.....

Τμήμα:..... Αριθμός:.....

Επιλέξτε τη σωστή απάντηση.

1. Το Κονγ-Φου ήταν μορφή άσκησης που εμφανίστηκε στην...

- α. Αίγυπτο β. Ιαπωνία γ. Κίνα δ. Ινδία

2. Το Κονγ-Φου είναι γύμναση, τρόπος θρησκευτικής τελετουργίας με γυμναστικές ασκήσεις που είχαν τρεις σειρές από βασικές στάσεις-κινήσεις: Στάσεις - αλλαγή στάσεων - αναπνοές

- α. ΣΩΣΤΟ β. ΛΑΘΟΣ

3. Στην Ινδία η άσκηση δέθηκε με τη θρησκεία και πρωτοεμφανίζεται η...

- α. Πάλη β. Γιόγκα γ. Πυγμαχία δ. Κορώνα

4. Το Ζίου – Ζίτσου ήταν μορφή στρατιωτικών αθλημάτων που εμφανίστηκε στη...

- α. Κίνα β. Ινδία γ. Ιαπωνία δ. Περσία

5. Το Πόλο παίχτηκε για πρώτη φορά τον 8^ο π.Χ. αιώνα...

- α. Στην Μεσοποταμία β. Στη Περσία γ. Στο Νεπάλ δ. Στην Αίγυπτο

6. Η άσκηση στην Ελλάδα ήταν μέρος του πολιτισμού και της αγωγής, άμεσα συνδυασμένη με την πνευματική καλλιέργεια και σκόπευε να δημιουργήσει τον...

- α. Ιδανικό εργάτη β. Ιδανικό πολεμιστή γ. Ιδανικό άνθρωπο δ. Ιδανικό αθλητή

7. Τα χαρακτηριστικά του ιδανικού ανθρώπου στην Αρχαία Ελλάδα ήταν η ισόρροπη ανάπτυξη...

- α. Δυνατού και ωραίου σώματος β. Του σώματος, της ψυχής και του πνεύματος
γ. Των γραμμάτων της μουσικής και της τέχνης δ. Του καλού πολίτη που έχει υγεία και δύναμη

8. Τα ταυροκαθάψια ήταν ασκήσεις με ταύρους και είναι χαρακτηριστικό του...

- α. Μυκηναϊκού πολιτισμού β. Μινωϊκού πολιτισμού
γ. Αιγυπτιακού Πολιτισμού δ. Σπαρτιατικού πολιτισμού

9. Στη Κρήτη η άσκηση αποκτά τεχνική και σκόπευε να προπαρασκευάσει τους νέους...

- α. για τον πόλεμο β. για την εργασία γ. για την κοινωνία δ. για τους αγώνες

10. Οι αρχαίοι Έλληνες ανέπτυξαν ανθρωπιστικές αξίες με την αγωγή να έχει σημαντικό ρόλο. Η άσκηση είναι μέσον για απόκτηση της αρετής στη ζωή. Εδώ αναπτύχθηκε ο ανταγωνισμός με τη μορφή:

- α. Της Νίκης με κάθε μέσον
β. Της Έξυπνης επικράτησης
γ. Της Ευγενικής άμμιλας
δ. Της ανταγωνιστικής έριδας

11. Στην Αθήνα η γυμναστική είναι απαραίτητο στοιχείο της αγωγής για τη δημιουργία...

- α. Του «έξυπνου πολίτη»
β. Του «καλού καγαθού»
γ. Του «καλού αθλητή»
δ. Του «καλού πολεμιστή»

12. Στη Σπάρτη η άσκηση χρησιμοποιείται για σκληραγωγία και τελειοποίηση...

- α. Της αθλητικής δύναμης
β. Του Ιδανικού πολίτη
γ. Του καλού καγαθού
δ. Της στρατιωτικής δύναμης

13. Οι Ρωμαίοι χρησιμοποίησαν τις ίδιες μορφές σωματικής άσκησης που χρησιμοποίησαν και οι αρχαίοι Έλληνες, αλλά οδήγησαν στην παρακμή της άθλησης γιατί...

- α. Άλλαξαν τα έπαθλα των αγώνων
β. Πίστευαν περισσότερο στη νίκη
γ. Άλλαξαν το πνεύμα της άσκησης
δ. Άλλαξαν τους κανονισμούς

14. Στη θέση του «καλού καγαθού» στη Ρώμη συναντάμε τον...

- α. Τον πολυτάλαντο αθλητή
β. Τον ανίκητο αθλητή
γ. Τον Μονομάχο αθλητή
δ. Πάνοπλο αθλητή

15. Χαρακτηριστικό του «μονομάχου αθλητή» είναι...

- α. Η ομορφιά και η εξυπνάδα του
β. Η τέλεια αρμονία του σώματος
γ. Η δύναμη και η σκληράδα του
δ. Η ισορροπία ψυχής, σώματος και πνεύματος

16. Η αγωνιστική συμπεριφορά των Ρωμαίων εκφράζεται με τη νοοτροπία της εποχής:

- α. Παίζω για τη χαρά
β. Άρτος και θέαμα
γ. Κρασί και νίκη
δ. Αναζητώ την τελειότητα

17. Τα χαρακτηριστικά της ρωμαϊκής μορφής άθλησης επηρέασαν θετικά τους ολυμπιακούς αγώνες, επέβαλλαν την δική τους άποψη και νοοτροπία διοργανώνοντας τις πιο ένδοξες ολυμπιάδες

- α. ΛΑΘΟΣ
β. ΣΩΣΤΟ

18. Οι Βυζαντινοί επηρεασμένοι από την αρχαία ελληνική κουλτούρα δίνουν έμφαση στα παιχνίδια... αυτά που μέχρι σήμερα ονομάζονται

- α. Αθλοπαιδιές
β. Επιτραπέζια
γ. Παραδοσιακά
δ. Ανταγωνιστικά

19. Με την συμβολή του Γάλλου βαρόνου Πιερ Ντε Κουμπερτέν που αναζητώντας νέα ανθρωποκεντρικά παιδαγωγικά συστήματα, για την ισομερή ανάπτυξη του ανθρώπου –και την επίδραση της αρχαίας Ελληνικής αγωγής, αναβιώνονται στην Αθήνα το 1896 οι Ολυμπιακοί Αγώνες...

- α. ΣΩΣΤΟ
β. ΛΑΘΟΣ

Αξιολόγηση: 17-19: ΑΡΙΣΤΗ ΓΝΩΣΗ ΚΕΦΑΛΑΙΟΥ
14-16: ΠΟΛΥ ΚΑΛΗ ΓΝΩΣΗ ΚΕΦΑΛΑΙΟΥ
10-13: ΚΑΛΗ ΓΝΩΣΗ ΚΕΦΑΛΑΙΟΥ
0-9: ΧΡΕΙΑΖΕΣΑΙ ΚΑΛΥΤΕΡΗ ΜΕΛΕΤΗ ΤΟΥ ΚΕΦΑΛΑΙΟΥ