

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΑΙΔΕΙΑΣ, ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ, ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΝΕΟΛΑΙΑΣ

Βασίλης Γιωργαλλάς, καθηγητής Φυσικής Αγωγής

ΦΥΣΙΚΗ ΑΓΩΓΗ – ΟΛΥΜΠΙΑΚΗ ΠΑΙΔΕΙΑ Γ' ΛΥΚΕΙΟΥ

ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΕΞΕΛΙΞΗ ΣΩΜΑΤΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ

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

Επιλέξτε τη σωστή απάντηση.

1. Το βασικό φαινόμενο που διακρίνει κάθε ζωντανό οργανισμό είναι...

- α) η όραση
- β) η κίνηση
- γ) η σκέψη
- δ) η όσφρηση

2. Το Κογκ-Φου ήταν μορφή άσκησης που εμφανίστηκε στην...

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

3. Το Κογκ-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

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

- α) η πάλη
- β) η γιόγκα
- γ) η πυγμαχία
- δ) το ταε κβο ντο

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

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

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

- α) στην Μεσοποταμία
- β) στη Περσία
- γ) στο Νεπάλ
- δ) στην Αίγυπτο

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

- α) εργάτη
- β) πολεμιστή
- γ) άνθρωπο
- δ) αθλητή

8. 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

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

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

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

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

11. 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 της:

- α) νίκης με κάθε μέσον
- β) έξυπνης επικράτησης
- γ) ευγενικής άμιλλας
- δ) ανταγωνιστικής έριδας

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

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

13. 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

14. 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

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

- α) πολυτάλαντο αθλητή
- β) ανίκητο αθλητή
- γ) μονομάχο αθλητή
- δ) πάνοπλο αθλητή

16. Χαρακτηριστικό του «μονομάχου αθλητή» είναι η...

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

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

- α) παίζω για τη χαρά
- β) άρτος και θεάματα
- γ) κρασί και νίκη
- δ) ή ταν ή επί τας

18. 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

19. 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

20. Η εισαγωγή της Φυσικής Αγωγής ως αναπόσπαστο μέρος της εκπαίδευσης πραγματοποιείται στην περίοδο...

- α) του Μεσαίωνα
- β) της Αναγέννησης και του Διαφωτισμού
- γ) της Οθωμανικής αυτοκρατορίας
- δ) της Βυζαντινής αυτοκρατορίας

21. Με την συμβολή του Γάλλου βαρόνου Πιερ Ντε Κουμπερτέν και την επίδραση της αρχαίας Ελληνικής αγωγής, αναβιώνονται στην Αθήνα το 2004 οι Ολυμπιακοί Αγώνες...

- α) ΣΩΣΤΟ
- β) ΛΑΘΟΣ

22. Ο Πιερ Ντε Κουμπερτέν οδηγήθηκε στην αναβίωση των Ολυμπιακών αγώνων αναζητώντας...

- α) νέα ανθρωποκεντρικά συστήματα
- β) τρόπους ανάπτυξης στρατιωτικής αγωγής
- γ) τρόπους οικονομικής ανάπτυξης
- δ) μεθόδους βελτίωσης της υγείας

Αξιολόγηση:

1. 20-22: ΑΡΙΣΤΗ ΓΝΩΣΗ ΚΕΦΑΛΑΙΟΥ
2. 17-19: ΠΟΛΥ ΚΑΛΗ ΓΝΩΣΗ ΚΕΦΑΛΑΙΟΥ
3. 13-16: ΚΑΛΗ ΓΝΩΣΗ ΚΕΦΑΛΑΙΟΥ
4. 0-12: ΧΡΕΙΑΖΕΣΑΙ ΚΑΛΥΤΕΡΗ ΜΕΛΕΤΗ ΤΟΥ ΚΕΦΑΛΑΙΟΥ