ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Входной тест

1.Самые главные спортивные состязания

а) Президентские состязания

б) Олимпийские игры

2. Девиз олимпийских игр

а) главное не победа, а участие

б) быстрее, выше, сильнее

3. Страна зимних Олимпийских игр в 2014 г.:

а) Россия

б) Англия

4. Чтобы идти быстрее надо увеличить:

а) длину шагов

б) частоту шагов

5. Физическая нагрузка упражнений, характеризующаяся увеличением частоты сердечных сокращений до 130 – 150 ударов в минуту оценивается как

а) средняя

б) большая

6. Из каких двух дисциплин состоит биатлон

а) прыжки на батуте и стрельба из винтовки

б) бег на лыжах на большие дистанции и стрельба из винтовки

7. Как называется олимпийская дисциплина, в которой конькобежцы двигаются по кругу?

А) шорт-трек

б) лонг-трек

8. Устройство, позволяющее точно определить порядок прихода спортсменов на финиш?

А) секундомер

б) фотофиниш

9. Что стремится установить спортсмен?

А) результат

б) рекорд

10. Физкультминутка это…?

а) способ преодоления утомления;

б) возможность прервать урок;

в)время для общения с одноклассниками;

Итоговый тест

1.Назовите количество человек в волейбольной команде (находящиеся на площадке)

а) 10

б) 6

в) 12

2. На занятиях по баскетболу нужно играть:

а) футбольным мячом;

б)волейбольным мячом;
в) баскетбольным мячом;
3.На занятиях по лыжной подготовке следует:
а) заниматься в короткой спортивной форме;
б) заниматься без учителя;
в) заниматься в теплой спортивной форме с учителем;
4.Акробатика-это:
а) строевые упражнения;
б) упражнения на бревне;
в) кувырки, «мост».
5.Что относится к подвижным играм?
а) хоккей;
б) футбол;
в) салки;
6.Год зарождения Олимпийских игр
а) 776 год до н.э.;
б) 776 год н.э.;
в) 1776 год до н.э
7. Где проходили Летние Олимпийские игры 1980 года?
а) в Москве;
б) в Санкт-Петербурге;
в) в Сочи;
8. Бег на короткие дистанции-это:
а) 400 и 800 метров;
б) 1000, 1500, 2000 метров;
в) 30, 60,100 метров;
9. Выберите родину баскетбола:
а) США
б) Англия
в) Италия
10. Олимпийский девиз- звучит
а) «Быстрее, выше, сильнее»;
б) « Выше, быстрее, сильнее»;
в) «Быстрее, точнее, сильнее»;