

1. Что означает баскетбольный термин «пробежка» при выполнении броска в кольцо?

- а) выполнение с мячом в руках одного шага  
 б)  выполнение с мячом в руках двух шагов  
 в) выполнение с мячом в руках трех шагов

2. С какого года ведут отчет Олимпийские игры Древней Греции?

- а) 836 до н.э. б) 684 до н.э. в)  776 до н.э. г) 595 до н.э.

3. Какое игровое амплуа у голкипера?

- а) нападающий  
 б) вратарь  
 в)  защитник  
 г) полузащитник

4. Какое из физических упражнений является статическим?

- а)  вис б) приседания в) кувырок г) бег

5. Что чаще всего приводит к нарушению осанки?

- а) высокий рост человека;  
 б) слабая мускулатура;  
 в) увеличение межпозвоночных дисков;  
 г)  нарушение естественных изгибов позвоночника.

6. Почему античные Олимпийские игры назывались праздниками мира?

- а) в период проведения Олимпийских игр прекращались войны;  
 б) в Олимпийских играх принимали участие атлеты со всего мира;  
 в) Олимпийские игры имели мировую известность;  
 г) игры отличались миролюбивым характером соревнований.

7. Какой вид спорта обеспечивает наибольший эффект при развитии силы?

- а) самбо б) баскетбол в)  бокс г) тяжелая атлетика

8. Вид спорта, известный как «королева спорта»:

- а) художественная гимнастика;  
 б) стрельба из лука;  
 в) легкая атлетика;  
 г)  фигурное катание.

9. Как назывался вид спортивной программы Олимпийских игр древности, сочетающий борьбу с кулачным боем?

- а) долиходром б)  панкратион в) пентатлон

10. Кому из перечисленных людей принадлежит инициатива возрождения Олимпийских игр?

- а) Алексею Бутовскому б) Деметрису Викеласу в)  Пьеру де Кубертену

11. Что понимается под закаливанием?

- а) приспособление организма к воздействиям внешней среды;  
 б) сочетание воздушных и солнечных ванн с физическими упражнениями;  
 в)  купание в холодной воде и хождение босиком.

12. Лучшие условия для развития ловкости создаются:

- а) во время бега с максимальной скоростью;  
 б) прыжков в высоту;  
 в)  подвижных и спортивных игр.

13. Часть матча в волейболе, за время которой, одна из команд должна набрать 25 очков.

- а) сет       б) партия      в) раунд       г) тайм

14. Что понимается под тестированием физической подготовленности?

- а) измерение роста и веса;  
 б) измерение уровня физических качеств;  
в) измерение показателей деятельности сердечно-сосудистой и дыхательных систем.

15. Физическая культура – это:

- а) стремление к высшим спортивным достижениям;  
 б) разновидность развлекательной деятельности человека;  
в) часть человеческой культуры.

16. Для чего проводят физкультминутки и паузы?

- а) снятие утомления, повышение продуктивности умственной и физической работы;  
б) укрепление двигательного аппарата человека;  
в) совершенствование физических качеств.

17. Какой континент символизирует кольцо желтого цвета в олимпийской эмблеме?

- а) Африка;  
б) Австралия;  
 в) Азия;  
г) Америка.

18. Какая из представленных способностей не относится к группе координационных?

- а) факторы функциональной экономичности  
б) аэробные возможности  
 в) скоростно-силовые способности  
г) личностно-психические качества

19. Галина Кулакова. Раиса Сметанина – чемпионы Олимпийских игр в соревнованиях:

- а) по биатлону  
 б) гимнастике  
в) лыжным гонкам  
г) плаванию

20. Установите соответствие между видом спорта и его характеристиками

1) футбол	а) площадка 28 × 15 м, время матча – 4 четверти по 10 минут			
2) баскетбол	б) площадка 18 × 9 м, время матча – до выигрыша одной командой трёх партий			
3) гандбол	в) площадка 23,77 × 8,23 м, время матча – до выигрыша одним из игроков 2 из 3 либо 3 из 5 сегов			
4) волейбол	г) поле 120 × 90 м, время матча – 2 тайма по 45 минут			
5) теннис (одиночная игра)	д) площадка 40 × 20 м, время матча – 2 тайма по 30 минут			
1- а	2- б	3- в	4- г	5- д

Количество правильных ответов 12

Сурин      Сурин П.В.  
Подпись      Ф.И.О

Жеремьяко Н.А.  
Подпись      Ф.И.О