

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

Знайка 19769.

835

Количество правильных ответов 19

Суреев                      Суреев П.Е.  
 Подпись                      Ф.И.О

Ули                      Терешико Н.А.  
 Подпись                      Ф.И.О