

№ 9101

9 класс Время выполнения задания – 60 минут

Инструкция по выполнению заданий.

Вам предлагаются задания соответствующие требованиям по предмету «Физическая культура».

Задания представлены в закрытой форме, то есть с предложенными вариантами ответов, Среди них содержатся правильные, так и не правильные, а также частично соответствующие. Вы выбираете правильный ответ, или где указаны все возможные правильные ответы.

Также представлены задания в открытой форме, при выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать слово, которое, завершая утверждение, образует истинное высказывание. Подбранное слово Вами вписывается.

Записи должны быть разборчивыми.

Внимательно читаете вопросы и варианты ответов.

Будьте внимательны, делая записи в ответах, исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ.

Желаем удачи!

1. Здоровый образ жизни - это способ жизнедеятельности, направленный на?

- a) Развитие физических качеств людей;
- b) Поддержание высокой работоспособности людей;
- в) Выполнение профессиональной деятельности людей;
- + г) Сохранение и улучшение здоровья людей.

2. Под физическим качеством силы понимается:

- a) комплекс психофизиологических свойств человека, позволяющих выполнять непродолжительную работу в минимальный отрезок времени;
- б) способность организма длительное время противостоять утомлению;
- в) способность преодолевать внешние сопротивления или противодействовать ему за счет мышечных напряжений;
- г) способность поднимать тяжелые предметы.

3. Что из перечисленных процедур может относиться к закаливающим?

- a) Солнечные ванны, Воздушные ванны, Водные процедуры;
- б) Воздушные ванны, Лечебные процедуры. Гигиенические процедуры;
- в) Водные процедуры, Воздушные ванны. Подводный массаж;
- г) Лечебные процедуры, Водные процедуры, Гигиенические процедуры.

4. Какие показатели частоты сердечных сокращений (ЧСС) в покое здорового не тренированного человека?

- a) 55-60 уд/мин; б) 60 - 80 уд/мин; в) 80-84 уд/мин; г) 85-90 уд/мин.

5. В каком виде спорта выступают перечисленные спортсмены: Анастасия Давыдова, Анастасия Ермакова, Наталья Ищенко, Мария Киселева?

- a) Художественная гимнастика;
- + б) Керлинг;
- в) Синхронное плавание;
- г) Академическая гребля.

6. Как оказать первую медицинскую помощь при переломах:

- a) Применяют холод, создают покой;
- б) Накладывают стерильную повязку;
- в) Производят тугую перевязку, применяют холод, создают покой;
- г) Наложение специальных шин или подручных средств путем фиксации близлежащих суставов, приложить холод.

Председатель комиссии: Гурзулова Т.А. А. *Т.А. Гурзулова*
 Члены комиссии: Ашенишова Т.Т. *Т.Т. Ашенишова*
 Романов С.А. *С.А. Романов* *Романов*

7. Техника физических упражнений - это:

- а) Способы выполнения двигательных действий, создающие эстетически приятное впечатление;
- б) Способы выполнения двигательных действий, позволяющие решить двигательную задачу целесообразно и с большей эффективностью;
- в) Действия, направленные на морфологические и функциональные перестройки организма;
- г) Видимая форма, характеризующаяся соотношением кинематических и динамических параметров движения,

8. Упражнения направленные на воспитание координационных способностей рекомендуется выполнять:

- а) В подготовительной части урока;
- б) В начале основной части урока;
- в) В конце основной части урока;
- г) В заключительной части урока.

9. Силовые упражнения рекомендуется сочетать с упражнениями на:

- а) Гибкость;
- б) Быстроту;
- в) Координацию;
- г) Ловкость.

10. Какое количество игроков в баскетболе находится на площадке?

- а) 4 игроков;
- б) 5 игроков;
- в) 6 игроков;
- г) 8 игроков.

11. Физическое упражнение - это ...

- а) Один из методов физического воспитания;
- б) Одно из вспомогательных средств физической культуры, направленное на решение конкретных задач;
- в) Основное средство физического воспитания;
- г) Методический прием обучения двигательным действиям.

12. Протяженность марафонской дистанции составляет?

- а) 32 км 195 м;
- б) 42 км 195 м;
- в) 43 км 195 м;
- г) 50 км 195 м.

13. Что необходимо сделать при отсутствии сердцебиения у пострадавшего?

- а) Искусственное дыхание;
- б) Дать нашатырный спирт;
- в) Непрямой массаж сердца;
- г) Вызвать врача.

14. К циклическим видам спорта относятся:

- а) волейбол;
- б) плавание;
- а) триатлон;
- г) современное пятиборье.

15. Сколько видов входит в технические дисциплины легкой атлетики?

- а) 5; б) 8; в) 10; г) 11

16. Что из перечисленного относится к составным частям здоровья?

- а) Методы контроля за функциональным состоянием;
- б) Закаливание;
- в) Гиподинамия;
- г) Выносливость.

17. В какой игре от каждой команды на площадке одновременно присутствует одиннадцать игроков?

- а) Баскетбол;

- б) Футбол;
в) Хоккей;
г) Водное поло.

18. В спортивную гимнастику входят?

- а) Подвижные игры;
б) Общеразвивающие упражнения;
 в) Прыжки на батуте;
г) Упражнения с лентой.

19. Олимпийский турнир по футболу среди женщин проводится с :

- а) 2004;
 б) 1992;
в) 2000;
д) 1996.

20. Сочи город проведения - Зимних Олимпийских игр?

- а) XXI
б) XX
в) XXI
г) XXIX

21. В программу современных Олимпийских игр входят?

- а) 29 летних и 8 зимних видов спорта;
 б) 28 летних и 7 зимних видов спорта;
в) 28 летних и 8 зимних видов спорта;
г) 30 летних и 10 зимних видов спорта.

22. В пляжный волейбол играют на площадке размером?

- а) 16 x 8 м;
 б) 16 x 7,5 м;
в) 18 x 8 м;
г) 17 x 6 м.

23. Олимпийские игры состоят из

- а) Из соревнований по Летним и Зимним видам спорта;
б) Из Игр Олимпиады и зимних Олимпийских Игр;
 в) Из соревнований между странами;
г) Открытия, Соревнований, награждения участников, закрытия.

Все задания в тестах оцениваются по 1 баллу. Максимально 23 балла.

ВЫПОЛНЯЯ СЛЕДУЮЩИЕ ЗАДАНИЯ ЗАВЕРШИТЕ УТВЕРЖДЕНИЯ, ВПИСАВ СООТВЕТСТВУЮЩИЕ СЛОВО. Каждое задание оценивается по 2 балла.

24. Быстрый переход из упора в вис называется _____

25. Временное снижение работоспособности называется _____

26. Педагогический процесс, направленный на обучение движениям, воспитание физических качеств, овладение специальными физкультурными знаниями и воспитанием морально-волевых качеств принято называть физическим _____

Максимальное количество баллов: 29.

9 класс Время выполнения задания – 60 минут

Инструкция по выполнению заданий.

Вам предлагаются задания соответствующие требованиям по предмету «Физическая культура».

Задания представлены в закрытой форме, то есть с предложенными вариантами ответов, Среди них содержатся правильные, так и не правильные, а также частично соответствующие. Вы выбираете правильный ответ, или где указаны все возможные правильные ответы.

Также представлены задания в открытой форме, при выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать слово, которое, завершая утверждение, образует истинное высказывание. Подбранное слово Вами вписывается.

Записи должны быть разборчивыми.

Внимательно читаете вопросы и варианты ответов.

Будьте внимательны, делая записи в ответах, исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ.

Желаем удачи!

1. **Здоровый образ жизни - это способ жизнедеятельности, направленный на?**

- а) Развитие физических качеств людей;
- б) Поддержание высокой работоспособности людей;
- в) Выполнение профессиональной деятельности людей;
- г) Сохранение и улучшение здоровья людей.

2. **Под физическим качеством силы понимается:**

- а) комплекс психофизиологических свойств человека, позволяющих выполнять непродолжительную работу в минимальный отрезок времени;
- б) способность организма длительное время противостоять утомлению;
- в) способность преодолевать внешние сопротивления или противодействовать ему за счет мышечных напряжений;
- г) способность поднимать тяжелые предметы.

3. **Что из перечисленных процедур может относиться к закаливающим?**

- а) Солнечные ванны, Воздушные ванны, Водные процедуры;
- б) Воздушные ванны, Лечебные процедуры. Гигиенические процедуры;
- в) Водные процедуры, Воздушные ванны. Подводный массаж;
- г) Лечебные процедуры, Водные процедуры, Гигиенические процедуры.

4. **Какие показатели частоты сердечных сокращений (ЧСС) в покое здорового не тренированного человека?**

- а) 55-60 уд/мин;
- б) 60 - 80 уд/мин;
- в) 80-84 уд/мин;
- г) 85-90 уд/мин.

5. **В каком виде спорта выступают перечисленные спортсмены: Анастасия Давыдова, Анастасия Ермакова, Наталья Ищенко, Мария Киселева?**

- а) Художественная гимнастика;
- б) Керлинг;
- в) Синхронное плавание;
- г) Академическая гребля.

6. **Как оказать первую медицинскую помощь при переломах:**

- а) Применяют холод, создают покой;
- б) Накладывают стерильную повязку;
- в) Производят тугую перевязку, применяют холод, создают покой;
- г) Наложение специальных шин или подручных средств путем фиксации близлежащих суставов, приложить холод.

Председатель комиссии: Буржукова А.Н.

Члены комиссии: Липилова Л.Л.
Ромашин Е.А.

7. Техника физических упражнений - это:

- а) Способы выполнения двигательных действий, создающие эстетически приятное впечатление;
- + б) Способы выполнения двигательных действий, позволяющие решить двигательную задачу целесообразно и с большей эффективностью;
- в) Действия, направленные на морфологические и функциональные перестройки организма;
- г) Видимая форма, характеризующаяся соотношением кинематических и динамических параметров движения.

8. Упражнения направленные на воспитание координационных способностей рекомендуется выполнять:

- а) В подготовительной части урока;
- + б) В начале основной части урока;
- в) В конце основной части урока;
- г) В заключительной части урока.

9. Силовые упражнения рекомендуется сочетать с упражнениями на:

- а) Гибкость;
- б) Быстроту;
- в) Координацию;
- г) Ловкость.

10. Какое количество игроков в баскетболе находится на площадке?

- а) 4 игроков;
- б) 5 игроков;
- в) 6 игроков;
- + г) 8 игроков.

11. Физическое упражнение - это ...

- а) Один из методов физического воспитания;
- + б) Одно из вспомогательных средств физической культуры, направленное на решение конкретных задач;
- в) Основное средство физического воспитания;
- г) Методический прием обучения двигательным действиям.

12. Протяженность марафонской дистанции составляет?

- а) 32 км 195 м;
- + б) 42 км 195 м;
- в) 43 км 195 м;
- г) 50 км 195 м.

13. Что необходимо сделать при отсутствии сердцебиения у пострадавшего?

- а) Искусственное дыхание;
- + б) Дать нашатырный спирт;
- в) Непрямой массаж сердца;
- г) Вызвать врача.

14. К циклическим видам спорта относятся:

- а) волейбол;
- + б) плавание;
- а) триатлон;
- г) современное пятиборье.

15. Сколько видов входит в технические дисциплины легкой атлетики?

- + а) 5; б) 8; в) 10; г) 11

16. Что из перечисленного относится к составным частям здоровья?

- а) Методы контроля за функциональным состоянием;
- б) Закаливание;
- в) Гиподинамия;
- г) Выносливость.

17. В какой игре от каждой команды на площадке одновременно присутствует одиннадцать игроков?

- а) Баскетбол;

- + б) Футбол;
- в) Хоккей;
- г) Водное поло.

18. В спортивную гимнастику входят?

- а) Подвижные игры;
- б) Общеразвивающие упражнения;
- в) Прыжки на батуте;
- + г) Упражнения с лентой.

19. Олимпийский турнир по футболу среди женщин проводится с :

- + а) 2004;
- б) 1992;
- в) 2000;
- + д) 1996.

20. Сочи город проведения - Зимних Олимпийских игр?

- а) XXI
- б) XX
- + в) XXI
- г) XXIX

21. В программу современных Олимпийских игр входят?

- а) 29 летних и 8 зимних видов спорта;
- б) 28 летних и 7 зимних видов спорта;
- + в) 28 летних и 8 зимних видов спорта;
- г) 30 летних и 10 зимних видов спорта.

22. В пляжный волейбол играют на площадке размером?

- + а) 16 x 8 м;
- б) 16 x 7,5 м;
- в) 18 x 8 м;
- г) 17 x 6 м.

23. Олимпийские игры состоят из

- + а) Из соревнований по Летним и Зимним видам спорта;
- б) Из Олимпиады и зимних Олимпийских Игр;
- в) Из соревнований между странами;
- г) Открытия, Соревнований, награждения участников, закрытия.

Все задания в тестах оцениваются по 1 баллу. Максимально 23 балла.

ВЫПОЛНЯЯ СЛЕДУЮЩИЕ ЗАДАНИЯ ЗАВЕРШИТЕ УТВЕРЖДЕНИЯ, ВПИСАВ СООТВЕТСТВУЮЩИЕ СЛОВО. Каждое задание оценивается по 2 балла.

24. Быстрый переход из упора в вис называется порт элевации

25. Временное снижение работоспособности называется усталость

26. Педагогический процесс, направленный на обучение движениям, воспитание физических качеств, овладение специальными физкультурными знаниями и воспитанием морально-волевых качеств принято называть физическим упражнением

Максимальное количество баллов: 29.

класс **Время выполнения задания – 60 минут**

Инструкция по выполнению заданий.

Предлагаются задания соответствующие требованиям по предмету «Физическая культура».

Задания представлены в закрытой форме, то есть с предложенными вариантами ответов, Среди них содержатся правильные, так и не правильные, а также частично соответствующие. Вы выбираете правильный ответ, или где указаны все возможные правильные ответы.

Также представлены задания в открытой форме, при выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать слово, которое, завершая утверждение, образует истинное высказывание. Подобранный слово Вами вписывается.

Записи должны быть разборчивыми.

Внимательно читаете вопросы и варианты ответов.

Будьте внимательны, делая записи в ответах, исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ.

Желаем удачи!

1. Здоровый образ жизни - это способ жизнедеятельности, направленный на?

- а) Развитие физических качеств людей;
- б) Поддержание высокой работоспособности людей;
- в) Выполнение профессиональной деятельности людей;
- г) Сохранение и улучшение здоровья людей.

2. Под физическим качеством силы понимается:

- а) комплекс психофизиологических свойств человека, позволяющих выполнять непродолжительную работу в минимальный отрезок времени;
- б) способность организма длительное время противостоять утомлению;
- в) способность преодолевать внешние сопротивления или противодействовать ему за счет мышечных напряжений;
- г) способность поднимать тяжелые предметы.

3. Что из перечисленных процедур может относиться к закаливающим?

- а) Солнечные ванны, Воздушные ванны, Водные процедуры;
- б) Воздушные ванны, Лечебные процедуры. Гигиенические процедуры;
- в) Водные процедуры, Воздушные ванны. Подводный массаж;
- г) Лечебные процедуры, Водные процедуры, Гигиенические процедуры.

4. Какие показатели частоты сердечных сокращений (ЧСС) в покое здорового не тренированного человека?

- а) 55-60 уд/мин;
- б) 60 - 80 уд/мин;
- в) 80-84 уд/мин;
- г) 85-90 уд/мин.

5. В каком виде спорта выступают перечисленные спортсмены: Анастасия Давыдова, Анастасия Ермакова, Наталья Ищенко, Мария Киселева?

- а) Художественная гимнастика;
- б) Керлинг;
- в) Синхронное плавание;
- г) Академическая гребля.

6. Как оказать первую медицинскую помощь при переломах:

- а) Применяют холод, создают покой;
- б) Накладывают стерильную повязку;
- в) Производят тугую перевязку, применяют холод, создают покой;
- г) Наложение специальных шин или подручных средств путем фиксации близлежащих суставов, приложить холод.

Президиум комиссии: *Бурдулова А. А.*
 Члены комиссии: *Алексеева С. С.*
Ромашова С. А.

Результат 4.5

7. Техника физических упражнений - это:

а) Способы выполнения двигательных действий, создающие эстетически приятно впечатление;

б) Способы выполнения двигательных действий, позволяющие решить двигательную задачу целесообразно и с большей эффективностью;

в) Действия, направленные на морфологические и функциональные перестройки организма;

г) Видимая форма, характеризующаяся соотношением кинематических и динамических параметров движения.

8. Упражнения направленные на воспитание координационных способностей рекомендуется выполнять:

а) В подготовительной части урока;

б) В начале основной части урока;

в) В конце основной части урока;

г) В заключительной части урока.

9. Силовые упражнения рекомендуется сочетать с упражнениями на:

а) Гибкость;

б) Быстроту;

в) Координацию;

г) Ловкость.

10. Какое количество игроков в баскетболе находится на площадке?

а) 4 игроков;

б) 5 игроков;

в) 6 игроков;

г) 8 игроков.

11. Физическое упражнение - это ...

а) Один из методов физического воспитания;

б) Одно из вспомогательных средств физической культуры, направленное на решение конкретных задач;

в) Основное средство физического воспитания;

г) Методический прием обучения двигательным действиям.

12. Протяженность марафонской дистанции составляет?

а) 32 км 195 м;

б) 42 км 195 м;

в) 43 км 195 м;

г) 50 км 195 м.

13. Что необходимо сделать при отсутствии сердцебиения у пострадавшего?

а) Искусственное дыхание;

б) Дать нашатырный спирт;

в) Непрямой массаж сердца;

г) Вызвать врача.

14. К циклическим видам спорта относятся:

а) волейбол;

б) плавание;

в) триатлон;

г) современное пятиборье.

15. Сколько видов входит в технические дисциплины легкой атлетики?

а) 5; б) 8; в) 10; г) 11

16. Что из перечисленного относится к составным частям здоровья?

а) Методы контроля за функциональным состоянием;

б) Закаливание;

в) Гиподинамия;

г) Выносливость.

17. В какой игре от каждой команды на площадке одновременно присутствует одиннадцать игроков?

а) Баскетбол;

- б) Футбол;
- в) Хоккей;
- г) Водное поло.

18. В спортивную гимнастику входят?

- а) Подвижные игры;
- б) Общеразвивающие упражнения;
- в) Прыжки на батуте;
- г) Упражнения с лентой.

19. Олимпийский турнир по футболу среди женщин проводится с :

- а) 2004;
- б) 1992;
- в) 2000;
- д) 1996.

20. Сочи город проведения - Зимних Олимпийских игр?

- а) XXI
- б) XX
- в) XXI
- г) XXIX

21. В программу современных Олимпийских игр входят?

- а) 29 летних и 8 зимних видов спорта;
- б) 28 летних и 7 зимних видов спорта;
- в) 28 летних и 8 зимних видов спорта;
- г) 30 летних и 10 зимних видов спорта.

22. В пляжный волейбол играют на площадке размером?

- а) 16 x 8 м;
- б) 16 x 7,5 м;
- в) 18 x 8 м;
- г) 17 x 6 м.

23. Олимпийские игры состоят из

- а) Из соревнований по Летним и Зимним видам спорта;
- б) Из Игр Олимпиады и зимних Олимпийских Игр;
- в) Из соревнований между странами;
- г) Открытия, Соревнований, награждения участников, закрытия.

Все задания в тестах оцениваются по 1 баллу. Максимально 23 балла.

ВЫПОЛНЯЯ СЛЕДУЮЩИЕ ЗАДАНИЯ ЗАВЕРШИТЕ УТВЕРЖДЕНИЯ, ВПИСАВ СООТВЕТСТВУЮЩИЕ СЛОВО. Каждое задание оценивается по 2 балла.

24. Быстрый переход из упора в вис называется отталкивание

25. Временное снижение работоспособности называется усталостью

26. Педагогический процесс, направленный на обучение движениям, воспитание физических качеств, овладение специальными физкультурными знаниями и воспитанием морально-волевых качеств принято называть физическим упражнением

Максимальное количество баллов: 29.

9 класс Время выполнения задания – 60 минут

Инструкция по выполнению заданий.

Вам предлагаются задания соответствующие требованиям по предмету «Физическая культура».

Задания представлены в закрытой форме, то есть с предложенными вариантами ответов. Среди них содержатся правильные, так и не правильные, а также частично соответствующие. Вы выбираете правильный ответ, или где указаны все возможные правильные ответы.

Также представлены задания в открытой форме, при выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать слово, которое, завершая утверждение, образует истинное высказывание. Подобранный Вами вписывается.

Записи должны быть разборчивыми.

Внимательно читаете вопросы и варианты ответов.

Будьте внимательны, делая записи в ответах, исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ.

Желаем удачи!

1. **Здоровый образ жизни - это способ жизнедеятельности, направленный на?**

- а) Развитие физических качеств людей;
- б) Поддержание высокой работоспособности людей;
- в) Выполнение профессиональной деятельности людей;
- + г) Сохранение и улучшение здоровья людей.

2. **Под физическим качеством силы понимается:**

- а) комплекс психофизиологических свойств человека, позволяющих выполнять непродолжительную работу в минимальный отрезок времени;
- б) способность организма длительное время противостоять утомлению;
- + в) способность преодолевать внешние сопротивления или противодействовать ему за счет мышечных напряжений;
- г) способность поднимать тяжелые предметы.

3. **Что из перечисленных процедур может относиться к закаливающим?**

- + а) Солнечные ванны, Воздушные ванны, Водные процедуры;
- б) Воздушные ванны, Лечебные процедуры. Гигиенические процедуры;
- в) Водные процедуры, Воздушные ванны. Подводный массаж;
- г) Лечебные процедуры, Водные процедуры, Гигиенические процедуры.

4. **Какие показатели частоты сердечных сокращений (ЧСС) в покое здорового не тренированного человека?**

- а) 55-60 уд/мин; б) 60 - 80 уд/мин; в) 80-84 уд/мин; г) 85-90 уд/мин.

5. **В каком виде спорта выступают перечисленные спортсмены: Анастасия Давыдова, Анастасия Ермакова, Наталья Ищенко, Мария Киселева?**

- а) Художественная гимнастика;
- б) Керлинг;
- + в) Синхронное плавание;
- г) Академическая гребля.

6. **Как оказать первую медицинскую помощь при переломах:**

- а) Применяют холод, создают покой;
- б) Накладывают стерильную повязку;
- + в) Производят тугую перевязку, применяют холод, создают покой;
- г) Наложение специальных шин или подручных средств путем фиксации близлежащих суставов, приложить холод.

Приглашаясь комиссией: *Бурдунова А.А.*

Числом комиссией: *Аммилова С.С.*

Рябовский С.А. Поет

155

7. Техника физических упражнений - это:

- а) Способы выполнения двигательных действий, создающие эстетически приятное впечатление;
- + б) Способы выполнения двигательных действий, позволяющие решить двигательную задачу целесообразно и с большей эффективностью;
- в) Действия, направленные на морфологические и функциональные перестройки организма;
- г) Видимая форма, характеризующаяся соотношением кинематических и динамических параметров движения,

8. Упражнения направленные на воспитание координационных способностей рекомендуется выполнять:

- а) В подготовительной части урока;
- + б) В начале основной части урока;
- в) В конце основной части урока;
- г) В заключительной части урока.

9. Силовые упражнения рекомендуется сочетать с упражнениями на:

- + а) Гибкость;
- б) Быстроту;
- в) Координацию;
- г) Ловкость.

10. Какое количество игроков в баскетболе находится на площадке?

- а) 4 игроков;
- + б) 5 игроков;
- в) 6 игроков;
- г) 8 игроков.

11. Физическое упражнение - это ...

- а) Один из методов физического воспитания;
- б) Одно из вспомогательных средств физической культуры, направленное на решение конкретных задач;
- в) Основное средство физического воспитания;
- г) Методический прием обучения двигательным действиям.

12. Протяженность марафонской дистанции составляет?

- а) 32 км 195 м;
- + б) 42 км 195 м;
- в) 43 км 195 м;
- г) 50 км 195 м.

13. Что необходимо сделать при отсутствии сердцебиения у пострадавшего?

- а) Искусственное дыхание;
- б) Дать нашатырный спирт;
- + в) Непрямой массаж сердца;
- г) Вызвать врача.

14. К циклическим видам спорта относятся:

- а) волейбол;
- б) плавание;
- в) триатлон;
- г) современное пятиборье.

15. Сколько видов входит в технические дисциплины легкой атлетики?

- а) 5; б) 8; в) 10; г) 11

16. Что из перечисленного относится к составным частям здоровья?

- а) Методы контроля за функциональным состоянием;
- б) Закаливание;
- в) Гиподинамия;
- г) Выносливость.

17. В какой игре от каждой команды на площадке одновременно присутствует одиннадцать игроков?

- а) Баскетбол;

- + б) Футбол;
в) Хоккей;
г) Водное поло.

18. В спортивную гимнастику входят?

- а) Подвижные игры;
б) Общеразвивающие упражнения;
+ в) Прыжки на батуте;
г) Упражнения с лентой.

19. Олимпийский турнир по футболу среди женщин проводится с :

- + а) 2004;
б) 1992;
в) 2000;
+ д) 1996.

20. Сочи город проведения - Зимних Олимпийских игр?

- + а) XXI
б) XX
+ в) XXI
г) XXIX

21. В программу современных Олимпийских игр входят?

- а) 29 летних и 8 зимних видов спорта;
б) 28 летних и 7 зимних видов спорта;
+ в) 28 летних и 8 зимних видов спорта;
г) 30 летних и 10 зимних видов спорта.

22. В пляжный волейбол играют на площадке размером?

- + а) 16 x 8 м;
б) 16 x 7,5 м;
в) 18 x 8 м;
г) 17 x 6 м.

23. Олимпийские игры состоят из

- а) Из соревнований по Летним и Зимним видам спорта;
б) Игр Олимпиады и зимних Олимпийских Игр;
в) Из соревнований между странами;
г) Открытия, Соревнований, награждения участников, закрытия.

Все задания в тестах оцениваются по 1 баллу. Максимально 23 балла.

ВЫПОЛНЯЯ СЛЕДУЮЩИЕ ЗАДАНИЯ ЗАВЕРШИТЕ УТВЕРЖДЕНИЯ, ВПИСАВ СООТВЕТСТВУЮЩИЕ СЛОВО. Каждое задание оценивается по 2 балла.

24. Быстрый переход из упора в вис называется портящиеся / переворот.

25. Временное снижение работоспособности называется усталость, рассеянность, прокрастинация.

26. Педагогический процесс, направленный на обучение движениям, воспитание физических качеств, овладение специальными физкультурными знаниями и воспитанием морально-волевых качеств принято называть физическим трудом

Максимальное количество баллов: 29.