**Физическая культура**

**30 октября 2020 год**

**гр. ПК 17**

**Зачет**

**Тест**

**1.Почему античные Олимпийские игры назывались праздниками мира?**

А) игры отличались миролюбивым характером

Б) в период проведения игр прекращались войны

В) в Олимпийских играх принимали участие атлеты всего мира

Г) Олимпийские игры имели мировую известность

**2.Какая организация руководит современным олимпийским движением?**

А) Организация объединенных наций

Б) Международный совет физического воспитания и спорта

В) Международный олимпийский комитет

Г) Международная олимпийская академия

**3.За что движением «Фэйр Плэй» вручается почетный приз Пьра де Кубертена?**

А) за честное судейство

Б) за победы на трех Олимпиадах

В) за честную и справедливую борьбу

Г) за большой вклад в развитие Олимпийского движения

**4.Какие из перечисленных ниже физических упражнений относятся к циклическим?**

А) метания

Б) прыжки

В) кувырки

Г) бег

**5.Какое физическое качество развивается при длительном беге в медленном темпе?**

А) сила

Б) выносливость

В) быстрота

Г) ловкость

**6.Укажите вид спорта, который обеспечивает наибольший эффект в развитии гибкости:**

А) тяжелая атлетика

Б) гимнастика

В) современное пятиборье

Г) легкая атлетика

**7.Назовите основные физические качества.**

А) координация, выносливость, гибкость, сила, быстрота

Б) ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость

В) общая выносливость, силовая выносливость, быстрота, сила, ловкость

Г) общая выносливость, силовая выносливость, гибкость, быстрота, ловкость

**8.Основной и обязательной формой физического воспитания в школе является:**

А) соревнование

Б) физкультурная пауза

В) урок физической культуры

Г) утренняя гимнастика

**9.Александр Карелин – Чемпион Олимпийских игр в…**

А) гимнастике

Б) боксе

В) плавании

Г) борьбе

**10. Положение занимающегося на снаряде, при котором его плечи находятся ниже точек хвата, в гимнастике обозначается как:**

А) хват

Б) упор

В) группировка

Г) вис

**11.Положение занимающегося, при котором согнутые в коленях ноги поднятые руками к груди и кисти захватывают колени, в гимнастике обозначается как:**

а) хват

б) захват

в) перекат

г) группировка

**12.Положение занимающихся на согнутых ногах в гимнастике обозначается как…**

А) сед

Б) присед

В) упор

Г) стойка

**13.Какие из приведенных команд в гимнастике имеют только исполнительную часть?**

1. «Равняйсь!» 2. «Реже!» 3. «Кругом!» 4. «Вольно!» 5. «Смирно!»

А) 1,2,3

Б) 1,3,5

В) 1,4,5

Г) 2,4,5

**14.Волейбол как спортивная игра появился в конце 19 века в ….**

А) Канаде

Б) Японии

В) США

Г) Германии

**15. Как осуществляется переход игроков в волейболе из зоны в зону?**

А) произвольно

Б) по часовой стрелке

В) против часовой стрелки

Г) по указанию тренера

**16. Игра в баскетболе начинается….**

А) со времени, указанного в расписании игр

Б) с начала разминки

В) с приветствия команд

Г) спорным броском в центральном круге.

**17. Укажите количество игроков баскетбольной команды, одновременно находящихся на площадке.**

А) 5

Б) 6

В) 7

Г) 4

**18. Что обозначает в баскетболе термин «пробежка»?**

А) выполнение с мячом в руках более одного шага

Б) выполнение с мячом в руках двух шагов

В) выполнение с мячом в руках трех шагов

Г) выполнение с мячом в руках более двух шагов

**19. Укажите количество игроков футбольной команды, одновременно находящихся на площадке?**

А) 8

Б) 10

В) 11

Г) 9

**20. С какого расстояния пробивается «пенальти» в футболе?**

А) 9 м

Б) 10 м

В) 11 м

Г) 12 м

**21. Какой из этих терминов обозначает в футболе нападающего?**

А) форвард

Б) голкипер

В) стоппер

Г) хавбек

**22. Укажите аббревиатуру Международной федерации футбола?**

А) УЕФА

Б) ФИФА

В) ФИБА

Г) ФИЛА

**23. Какая страна считается Родиной игры в футбол?**

А) Бразилия

Б) Испания

В) Германия

Г) Англия

**24. Кто из наших футбольных вратарей становился лучшим игроком Европы – обладателем «Золотого мяча»?**

А) Яшин

Б) Дасаев

В) Овчинников

Г) Акинфеев

**25. Назовите способ прыжка, которым преодолевают планку спортсмены на международных соревнованиях в прыжках высоту.**

А) «нырок»

Б) «ножницы»

В) «перешагивание»

Г) «фосбери-флоп»

**26. К спринтерскому бегу в легкой атлетике относится…**

А) бег на 5000 метров

Б) кросс

В) бег на 100 метров

Г) марафонский бег

**27. Кросс – это –**

А) бег с ускорением

Б) бег по искусственной дорожке стадиона

В) бег по пересеченной местности

Г) разбег перед прыжком

**28. В беге на длинные дистанции в легкой атлетике основным физическим качеством, определяющим успех, является…**

А) быстрота

Б) сила

В) выносливость

Г) ловкость

**29. Самая большая дистанция лыжных гонок на Чемпионате мира у мужчин –**

А) гонка на 30 км

Б) гонка на 50 км

В) гонка на 60 км

Г) гонка на 70 км

**30. Главный элемент тактики лыжника-**

А) старт

Б) лидирование

В) распределение сил

Г) обгон