**ФИО обучающегося \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Класс \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Школа \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

1. **Задания в закрытой форме, т. е. с выбором правильного ответа**

**1. Комплекс физических упражнений, выполняемых утром, с целью размять мышцы и суставы?**

А) тренировка

Б) зарядка

В) разминка

Г) заминка

**2. Как часто проходят Олимпийские игры?**

А) один раз в год

Б) один раз в два года

В) один раз в три года

Г) один раз в четыре года

**3. О каком виде спорта идёт речь: лыжи, палки, винтовка, мишень?**

А) биатлон

Б) бадминтон

В) триатлон

Г) пентатлон

**4. Какая самая главная причина нарушения осанки?**

А) ношение тяжёлого школьного рюкзака

Б) отсутствие двигательной активности

В) привычка к определённым позам

Г) слабость мышц

**5. Какое упражнение является гимнастическим?**

А). прыжок через планку

Б). прыжок в длину

В). кувырок

Г). торможение «плугом»

**6. Что вредит здоровью человека?**

А) физкультура

Б) закаливание

В) табакокурение

Г) плавание

**7. Какой термин относится к футболу?**

А) штрафной бросок

Б) метание

В) пенальти

Г) фальстарт

**8. Что необходимо сделать при первой помощью при сильном кровотечении?**

А) залить рану йодом

Б) наложить на рану давящую повязку

В) принять болеутоляющие таблетки

Г) вызвать скорую

**9. Как называется исходное положение старта на короткую дистанцию?**

А) низкий старт

Б) стойка с опорой на ладони и колено

В) упор стоя на колене.

Г) высокий старт

**10. Что такое физическая культура?**

А) регулярные занятия физическими упражнениями, играми и спортом

Б) прогулка на свежем воздухе

В) культура движений

Г) тренировки по каким-либо видам спорта

**11. С помощью какого упражнения можно оценить выносливость на уроке физической культуры?**

А) прыжок в длину с места

Б) шпагат

В) длительный бег

Г) приседания

**12. Спортивная игра, цель которой – забросить мяч в корзину?**

А) баскетбол

Б) волейбол

В) футбол

Г) гандбол

**13. Без чего судья не может выйти на поле?**

А) Перчатки

Б) флажок

В) свисток

Г) спортивной формы

**14. Спортсмен, который ходит сидя.**

А) шахматист

Б) ходок

В) лыжник

Г) вратарь

1. **Задания в открытой форме, в которых необходимо вписать ответ.**

15. Самый старый вид спорта, в котором победителем становится тот, кто первым пересечет финишную черту.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

16. Спортивная командная игра на ледовом или травяном поле, в которой мяч или шайба.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

17. Игра с мячом, в которой необходимо перебросить мяч через сетку на сторону противника так, чтобы он коснулся земли.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. **Задания на соответствие**

**18.Установите принадлежность спортивного инвентаря к виду спорта**

|  |  |
| --- | --- |
| Спортивный инвентарь | Вид спорта |
| 1. Волан | А) Настольный теннис |
| 1. Мяч | Б) Шахматы |
| 1. Ракетка | В) Хоккей |
| 1. Шайба | Г) Футбол |
| 1. Ладья | Д) Бадминтон |
| 1. Весло | Г) Гребля на байдарках и каноэ |

**Ответы**

1. **Задания в закрытой форме**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | Б | 6 | В | 11 | В |
| 2 | Г | 7 | В | 12 | А |
| 3 | А | 8 | Б | 13 | В |
| 4 | Г | 9 | А | 14 | А |
| 5 | В | 10 | А |  |  |

**II. Задания в открытой форме**:

22. легкая атлетика

23. хоккей

26 волейбол (допускается в ответе пионербол)

**III. Задания на соответствие**:

28.Ответ:

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** |
| Д | Г | А | В | Б | Г |