

ТЕСТИРОВАНИЕ по физической культуре 5-7 классы

Выполнила: учитель
Физической культуры
МБОУ «СОШ №22»
Города Балаково
Саратовской области
Захарова
Светлана Юрьевна

Бегун на короткие дистанции

1. Стайер
2. Спринтер
3. Марафонец
4. Ходок



К акробатике относятся

1. Прыжки в длину
2. Бег на 30 м.
3. Кувырок вперёд
4. Метание мяча



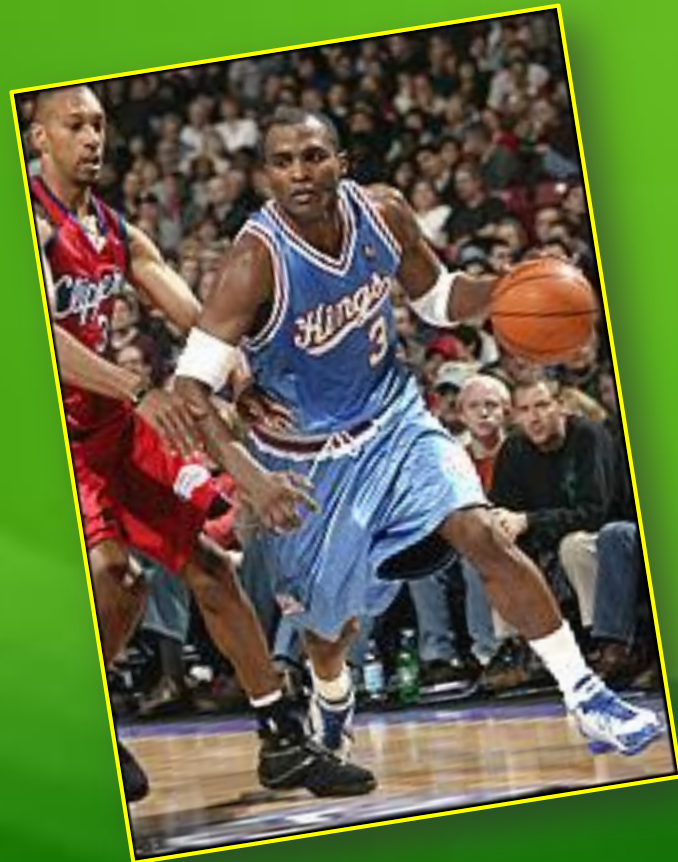
какой это вид спорта

1. Конькобежный спорт
2. Фигурное катание
3. Биатлон
4. Сноуборд



Какие физические способности развивает игра в баскетбол

1. Скоростные
2. Умственные
3. Зоркость
4. Память



Что означает сплетение пяти олимпийских колец

1. Виды спорта

2. Страны

3. Континенты

4. Мифологические символы



Сколько полевых игроков в волейболе

1. 5

2. 6

3. 7

4. 8



Через сколько лет проводятся олимпийские игры

1. 5

2. 4

3. 6

4. 2



Сколько полевых игроков в футболе

1. 8

2. 9

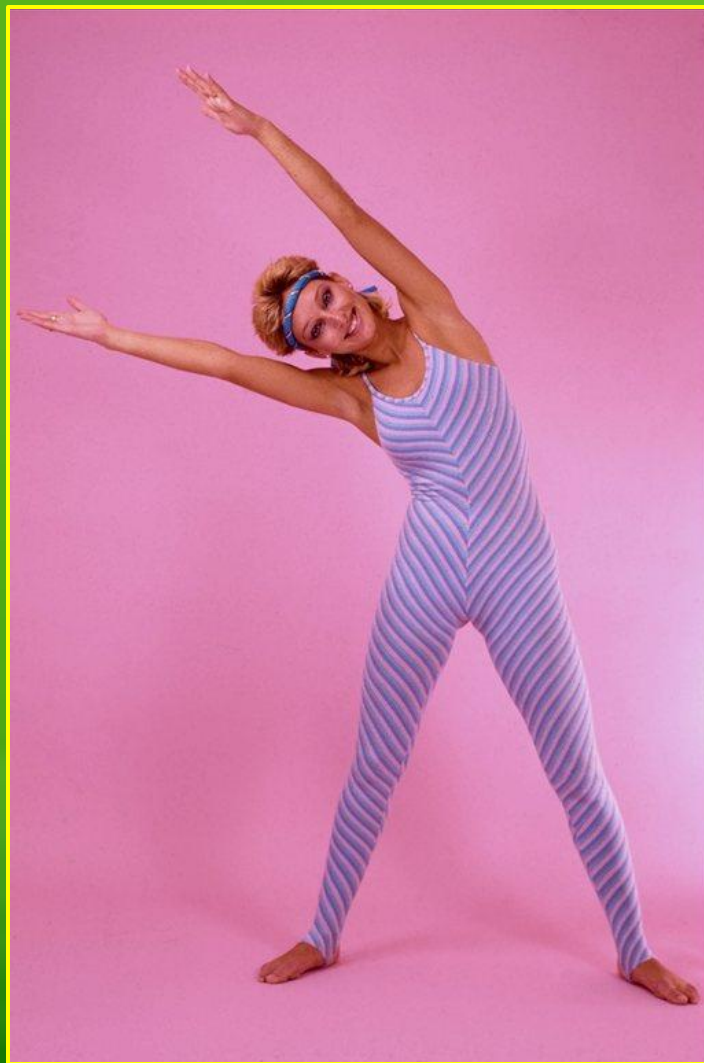
3. 10

4. 11



Нарушение осанки

1. Гиподинамия
2. Плоскостопие
3. Сколиоз
4. Дистрофия



Самый маленький диаметр мяча в игре

1. Большой теннис
2. Регби
3. Настольный теннис
4. Ручной мяч



К единоборству относится

1. Бокс

2. Футбол

3. Гимнастика

4. Ручной мяч



Что способствует хорошему сну

1. Прогулка на свежем воздухе
2. Плотный ужин
3. Обтирание
4. Подвижные игры



Как развить силу

1. Делать зарядку
2. Заниматься с отягощениями
3. Много кушать
4. Много бегать



Какой термин относится к баскетболу

1. Фол
2. Метание
3. Стартовый толчок
4. Пенальти



В каких продуктах содержится витамин С

1. Шиповник, смородина

2. Рис, хлеб

3. Рыбий жир, молоко



Последние зимние Олимпийские игры проводились:

- 1.Лиллехаммере (Норвегия)
- 2.Нагано (Япония)
- 3.Солт Лейк Сити (СШ
- 4.Турине (Италия)

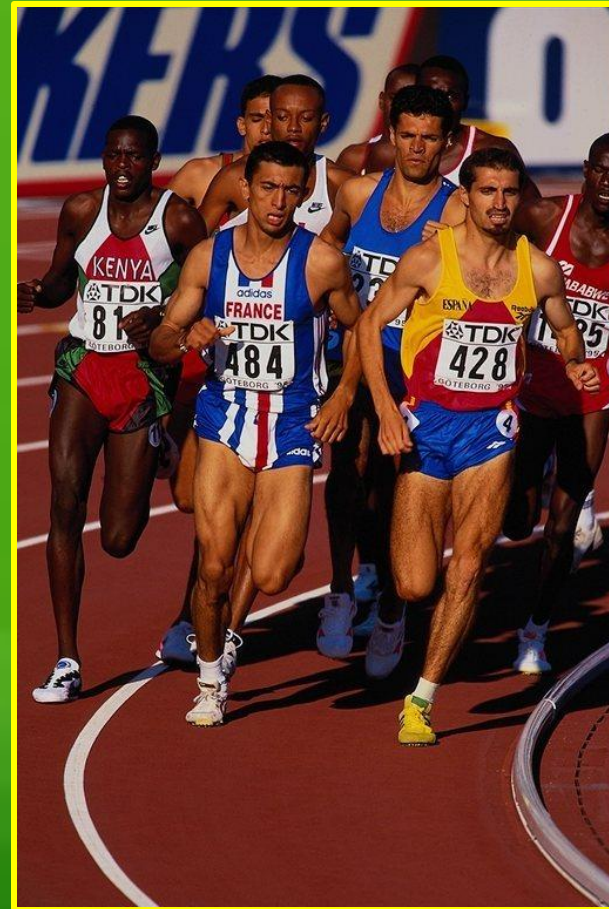


При возникновении легких ушибов во время занятий физическими упражнениями необходимо:

- 1. Растереть ушибленное место, а затем обратиться к врачу
- 2. Наложить тепло на ушибленное место и затем обратиться к врачу
- 3. Посидеть или полежать некоторое время и затем обратиться к врачу
- 4. Наложить холод на ушибленное место и затем обратиться к врачу

Бег на длинные дистанции развивает:

- 1. гибкость;
- 2. ловкость;
- 3. быстроту;
- 4. выносливость.



Остановка для отдыха в походе называется:

- 1. стоянка;
- 2. ночлег;
- 3. причал;
- 4. привал.



Во время этой игры на площадке
находятся 2 команды по 5 человек:

- 1. футбол;
- 2. баскетбол;
- 3. керлинг.
- 4. хоккей



Каким упражнением проверить физическое качество – сила:

- 1. подтягивание на перекладине;
- 2. прыжок в высоту с места;
- 3. бег на короткую дистанцию

