**Сатлайкин Евгений Иванович**

**МБОУ СОШ № 57 города Чебоксары, Чувашской Республики**

**учитель физической культуры**

Тестовые задания для контроля и оценки теоретико-методических знаний учащихся по учебному предмету «физическая культура»для 5-11 классов.

1. В какой стране зародился Олимпийские игры?

а )Древний Рим

б)Древняя Греция

в)Турции

г)в Германии

1. В каком году прошли Летние Олимпийские игры в СССР?

а)1976

б)1980

в)1984

г)1988

3) В каком из Российский городов прошли Зимние Олимпийские игры 2014 года?

а) Москва

б)Санкт Петербург

в)Сочи

г) Тюмень

4) Кто из указанных спортсменов становился двухкратным Олимпийским чемпионом в прыжках с шестом?

а) Е.Исинбаева

в) М.Борзаковский

г) И. Карелин

д) В.Ярды

5) Какова должна быть размер игровой площадки для баскетбола?

а)25х18

б)26х18

в)28х10

г)28х15

6) Сколько очков дается за попадания с штрафного броска в баскетболе?

а)1

б)2

в)3

г)4

7)Кто придумал игру Волейбол?

а) Д.Нейсмит

б)У. Морган

в) У. Барош

г) К. Браво

8) Какова дистанция марафонского бега?

а) 40 км 45 метров

б)41 км 500 метров

в) 42 км 195 метров

г)43 км 300 метров

9) Как традиционно называют  легкую атлетику?

а) «царица полей»

б) «царица наук»

в) «королева спорта»

г) «королева без королевств

10) Что нужно делать после завершения бега на длинную дистанцию?

а) сесть и отдохнуть

б) перейти на ходьбу до восстановления дыхания

в) выпить как можно больше воды

г) лечь

11) Что такое интервал?

а) расстояние между направляющим и замыкающим в колонне;

б) расстояние между двумя шеренгами;

в) расстояние между двумя учащимися, стоящими в одной шеренге.

г) расстояние впереди стоящим

12). Известный чемпион по спортивной гимнастике?

а)Тарасов А.

б) Немов. А

в)Игнатьев А.

г)Малов. В

13) При помощи каких упражнений развиваются скоростные способности?

а) Выполняемых с минимальной скоростью +

б)Выполняемых с максимальной скоростью

в)Упражнений на силу

г) Аэробных упражнений

14) Что такое гибкость?

а) Способность выполнять упражнение с большой амплитудой.

б) Способность выполнять упражнение с большой силой

в) Способность выполнять упражнение с большим поворотом

г) Способность выполнять различные элементы

**15). Влияние физических упражнений на организм человека:**

а). Положительное, если эти упражнения выполняются регулярно, в правильном темпе, верной последовательности, а занимающийся не имеет противопоказаний, исключающих данные занятия.

б) Нейтральное, даже если заниматься усердно.

в) Положительное, только в случае, если заниматься ими на пределе своих физических возможностей.

г)всегда отрицательное

**16). При выполнении прыжков и соскоков со спортивных снарядов приземляться нужно:**

а) На прямые ноги.

б) Мягко, пружинисто приседая.

в) Приседая и совершая кувырок или бросок на руки.

г ) на колени

17) В какой стане придумали Футбол.

а ) Германии

б) России

в) Англии

г) Бразилии

18) Какой из данных видов борьбы возродился в СССР?

а )вольная борьба

б)Дзюдо

в)Самбо

г) Греко Римская борьба

19) Первый советский Олимпийский чемпион?

а )И.Удодов.

б)Авилов Н.

в ) Якимов А

д ) Гордеев А.

20) Сколько длиться футбольный матч

а)60 минут

б)70 минут

в)80 минут

г)90 минут

Правильные ответы

|  |  |
| --- | --- |
| 1-б | 11-в |
| 2-б | 12-б |
| 3-в | 13-б |
| 4-а | 14-а |
| 5-г | 15-г |
| 6-а | 16 -б |
| 7-б | 17-в |
| 8-в | 18-в |
| 9-в | 19-а |
| 10-б | 20-г |

Пример выставления оценок:

«отлично» - 18 и больше правильных ответов;

«хорошо» - 14-18 правильных ответов;

«удовлетворительно» - 10 – 14 правильных ответов;

«неудовлетворительно» - менее 10 правильных ответов