**контрольно-измерительных материалов для проведения промежуточной аттестации по учебной дисциплине**

**Физическая культура**

**Тестовые задания.**

**1.Кто основал современные Олимпийские игры :**

а) Хуан Антонио Саморанч;

б) Жак Рогг;

в) Пьер де Кубертен;

г) Мишель Бреаль.

**2.Начальная фаза прыжка в длину с разбега?**

а) разбег;

б) полет и приземление;

в) отталкивание.

**3.Длина марафонского бега составляет**:

а) 42 км 196 м;

б) 42 км 195 м;

в) 42 км 192 м.

**4.Исходным положением для метания является?**

а) разбег;

б) скрестный шаг;

в) выпад.

**5. Вид спорта, известный как «королева спорта»:**

а) лёгкая атлетика;

б) стрельба из лука;

в) художественная гимнастика.

**6.Для себя, лыжи выбираю так:**

**деревянные лыжи,**

а) положу их на пол, встану на них и просуну листок бумаги, а палки ниже плеча;

б) поставлю лыжи вертикально, они должны быть выше руки на 20 см;

в) лыжи стоят вертикально и должны доставать до середины ладони,

палки на 4-5см выше плеча.

7 .**Экстренное торможение на лыжах:**

а) «плугом»;

б) на параллельных лыжах;

в) лечь на бок или сесть (падением).

8 . **Самый распространённый лыжный ход:**

а)попеременный четырехшажный ход;

б)одновременный бесшажный ход;

в)попеременный двухшажный ход.

9 **Самый быстрый лыжный ход**:

а)одновременный бесшажный ход;

б)одновременный одношажный ход;

в)одновременный двухшажный ход.

10.**Что называется дистанцией:**

а) расстояние между учащимися, стоящими в колонне по одно­му;

б) расстояние между двумя стоящими рядом колоннами учащихся;

в) расстояние между уча­щимися, стоящими боком друг к другу.

11. **Что такое интервал:**

а) расстояние меж­ду направляющим и замыкающим в колонне;

б) расстояние между двумя учащимися, стоящи­ми в одной шеренге;

в) расстояние между пра­вым и левым флангом в колонне.

12. **Определите ошибку при выполнении ку­вырка вперед в группировке:**

а) энергичное отталкивание ногами;

б) опора головой о мат;

в) прижимание к груди согнутых ног;

г) «круглая» спина.

13. **Что является ошибкой при выполне­нии стойки на лопатках:**

а) перекат с «откиды­ванием» плеч и головы назад;

б) локти широко расставлены;

в) туловище в вертикальном по­ложении, носки оттянуты;

г) сгибание в тазобе­дренных суставах.

14. **Размер баскетбольной площадки:**

А) 13 х 26м;

Б) 15 х 28;

В) 14 х 29;

Г) 15 х 30.

15. **Высота кольца от уровня пола составляет:**

А) 2 м 00 см;

Б) 2 м 30 см;

В) 3 м 05 см;

Г) 3 м 30 см.

16. **При каком количестве фолов игрок удаляется с площадки:**

А) 7;

Б) 3;

В) 6;

Г) 5.

17. **Игровое время в баскетболе состоит из:**

А) 4 периода по 10 мин;

Б) 4 периода по 12 мин;

В) 4 периода по 8 мин;

Г) 4 периода по 5 мин.

18. **Размер площадки по волейболу:**

А) 18 х 7 м;

Б) 18 х 8 м;

В) 18 х 9 м;

Г) 18 х 4 м.

19. **Количество игроков на площадке одной команды в волейболе:**

А) 5 человек;

Б) 6 человек;

В) 7 человек;

Г) 8 человек.

20. **Кто такой игрок «либеро» :**

А) нападения;

Б) защиты;

В) запасной;

Г) подающий.

**Оценка выполнения тестовых заданий:**

От 0 до 4 баллов- оценка «2»(неудовлетворительно);

От 5 до 9 баллов- оценка «3» (удовлетворительно);

От 10 до 14 баллов – оценка «4» (хорошо);

От 15 до 20 баллов –оценка «5» (отлично

**Итоговая аттестационная работа**

**по физической культуре.**

|  |  |
| --- | --- |
| **Номер задания** | **Вариант ответа** |
| 1 |  |
| 2 |  |
| 3 |  |
| 4 |  |
| 5 |  |
| 6 |  |
| 7 |  |
| 8 |  |
| 9 |  |
| 10 |  |
| 11 |  |
| 12 |  |
| 13 |  |
| 14 |  |
| 15 |  |
| 16 |  |
| 17 |  |
| 18 |  |
| 19 |  |
| 20 |  |