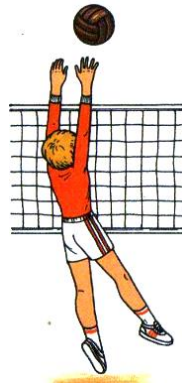




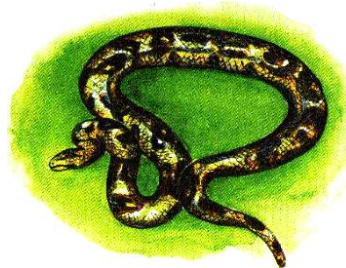
*Внимание! Во всех вопросах только один правильный ответ.

1. Какая игра изображена на рисунке?

- A) плавание
- B) гимнастика
- C) баскетбол
- D) волейбол



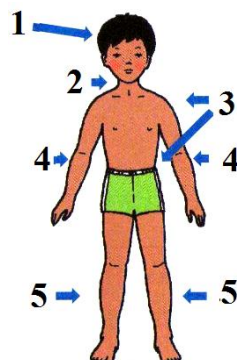
2. Отметьте, кто из ребят передвигается таким же способом, что и животное, изображённое на рисунке.






A)	B)	C)	D)

3. Зарядка состоит из упражнений для различных частей тела. Отметьте, какая часть тела обозначена под № 3.

- A) шея
- B) голова
- C) туловище
- D) ноги



4. Ребятам было отдана команда: «Лыжи к ноге». Отметьте, кто из ребят выполнил команду правильно.



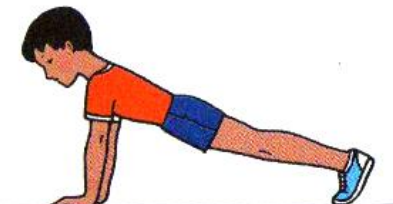

А)	В)	С)	D)
			<p>все ребята выполнили команду правильно</p>

5. Укажите, какие слова необходимо вставить на месте пропусков.

Передвижение колонны начинается с _____ ноги по команде _____.

- A) правой – «Шагом марш»
- B) левой – «Шагом марш»
- C) правой – «Бегом»
- D) левой – «На месте стой!»

6. Физические упражнения начинают выполнять из исходных положений. Отметьте, где изображен упор стоя на коленях.

А)	В)	С)	D)
			

7. Сила, быстрота, выносливость, гибкость, равновесие – это основные физические качества. Укажите, на развитие какого физического качества направлено данное упражнение.



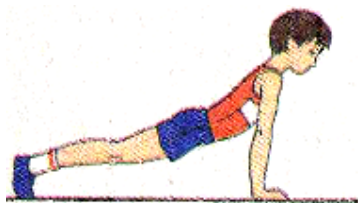
- A) силы
- B) быстроты
- C) выносливости
- D) равновесия



8. Определите пульс Саши (количество ударов в минуту), если за 5 секунд он насчитал 7 ударов.

- A) 42 уд./мин.
- B) 70 уд./мин.
- C) 65 уд./мин.
- D) 84 уд./мин.

9. Сложные упражнения разучивают с помощью подводящих. Отметьте, кто из ребят выполняет подводящее упражнение для разучивания кувырка вперёд.

А)	В)	С)	D)
			все ответы верны
перекаты на спине	подтягивание	отжимание	

10. Гимнастические и акробатические упражнения требуют хорошего развития мышц рук, ног, гибкости и координации движений. Отметьте акробатическое упражнение.

- A) кувырок назад
- B) лазанье по канату
- C) передвижение по гимнастическому бревну
- D) все ответы верны

11. Отметьте, как называется командная игра, в которую играют на специальной площадке, с двух сторон которой находятся стойки со щитами. На щитах укреплены кольца с сетками. На площадке играют две команды по 5 игроков в каждой. Игроки стараются забросить мяч в корзину соперников.

- A) волейбол
- B) футбол
- C) баскетбол
- D) бобслей

12. Отметьте страну, которая считается родиной футбола, где были разработаны правила игры и проведены первые соревнования.

- A) Англия
- B) Франция
- C) Россия
- D) Болгария

13. Укажите, о какой процедуре закаливания идёт речь:

Эта процедура доступна любому человеку в любое время года и в любом возрасте. Её лучше всего принимать на открытом воздухе и сочетать с различными видами упражнений, например, с утренней зарядкой, для этого надо только хорошо проветрить комнату. Эту процедуру можно принимать, даже когда спишь в комнате с открытой форточкой.

- A) обливание
- B) купание
- C) воздушные ванны
- D) обтирание

14. В какой стране проходили XXXI Олимпийские летние игры 2016 года?

- A) в Бразилии
- B) в Италии
- C) в Китае
- D) в России

15. Олимпийский флаг представляет собой белое атласное полотно с переплетёнными кольцами. Укажите, сколько колец изображено на Олимпийском флаге.

- A) 3
- B) 4
- C) 5
- D) 6