

Тестирование
Физическая культура - 5-6 класс

Цель: Проверка теоретического уровня знаний в области физической культуры и спорта

1. Спуску с горы надо начинать учиться:

- А. на пологих склонах в основной стойке с палками
- Б. на пологих склонах в низкой стойке без палок
- В. на крутых склонах в низкой стойке без палок
- Г. на крутых склонах в низкой стойке с палками

2. Подъём «полуёлочкой» выполняется:

- А. ступающим шагом прямо на склон
- Б. ступающим шагом наискось склона
- В. скользящим шагом прямо на склон
- Г. скользящим шагом наискось склона

3. Бег на короткие дистанции – это:

- А. 200 и 400 метров
- Б. 30 и 60 метров
- В. 1000 и 2000 метров
- Г. 800 и 1000 метров

4. Способ прыжков в длину, изучаемый в школе:

- А. «ножницы»
- Б. «перешагивание»
- В. «согнув ноги»
- Г. «прыжок боком»

5. Строевые упражнения – это:

- А. попеременный двухшажный ход
- Б. низкий старт
- В. повороты на месте, перестроения
- Г. верхняя подача

6. При проведении соревнований по баскетболу:

- А. играть без судьи
- Б. сидеть в раздевалке
- В. быть в спортивной форме и снять все украшения
- Г. Быть в школьной форме

7. Количество человек в баскетбольной команде:

- А. 5
- Б. 6
- В. 7
- Г. 8

8. Как правильно подавать команду?

- А. «На –пра –во!»
- Б. «Напра – во!»
- В. «Направо!»
- Г. «Направо стройся!»

9. Расстояние между двумя спортсменами, стоящими в строю называется:

- А. колонна
- Б. интервал
- В. шеренга
- Г. строй

10. Экстренное торможение на лыжах:

- А. плугом
- Б. на параллельных лыжах
- В. падением
- Г. Ёлочкой

КЛЮЧИ

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
А	Б	Б	В	В	В	А	Б	Б	В