

**Образец
(примерная структура)
контрольного теста по физкультуре 5 класс**

Критерии оценки:

«5»- 13-15 баллов;

«4»- 9-12 баллов;

«3»-7-8 баллов;

Менее 7 баллов - неудовлетворительно.

Обведите кружком верный ответ. (За каждый верный ответ-1 балл)

1. В современных Играх I Олимпиады (Греция, Афины, 1896г.) женщины участие принимали;

- а) да
- б) нет

2. Международная олимпийская академия находится в...

- а) Афинах
- б) Цюрихе
- в) Олимпии
- г) Париже

3. Первым чемпионом Европы по футболу стала команда...

- а) Испании
- б) Италии
- в) СССР
- г) Дании.

4. Первая летняя Спартакиада молодёжи России проводилась в...

- а) 1996 г
- б) 1998 г
- в) 2002 г
- г) 2006 г

5. XXII Зимние Олимпийские игры проходили в...

- а) Сочи (Россия)
- б) Саппоро (Япония)
- в) Осло (Норвегия)
- г) Ванкувере (Канада)

6. Гигиеническая гимнастика...

- а) проводится утром, до завтрака
- б) проводится спустя 2-3 часа после начала работы
- в) проводится спустя 2-3 часа после обеда
- г) может проводиться в любое время

7. Скелетон является разновидностью.

- а) санного спорта
- б) конькобежного спорта
- в) горнолыжного спорта
- г) многоборий

8. Сколько игроков играют в волейбол на одной стороне площадки?

- а) 5
- б) 10
- в) 6
- г) 7

9. При длительной нагрузке высокой интенсивности рекомендуется дышать...

- а) через рот и нос попеременно
- б) только через рот
- в) через рот и нос одновременно
- г) только через нос

10. Правила баскетбола предусматривают, что на замену игрока отводится...

- а) 10 сек
- б) 20 сек
- в) 25 сек
- г) 30 сек

11. Правила баскетбола при ничейном счёте в основное время предусматривают дополнительный период продолжительностью...

- а) 3 мин
- б) 5 мин
- в) 7 мин
- г) 10 мин

12. Два очка в баскетболе засчитываются при броске в корзину...

- а) из зоны нападения
- б) из зоны защиты
- в) с любой точки площадки
- г) с любого места внутри трёхочковой линии

13. Женщины впервые приняли участие в легкоатлетических соревнованиях Игр Олимпиады в...

- а) 1896 г
- б) 1912 г
- в) 1928 г
- г) 1936 г

14. В какой стране зародились Олимпийские игры?

- а) в Древней Греции
- б) в Риме
- в) в Олимпии
- г) во Франции

15. Какой частью тела футболист не может останавливать мяч во время игры?

- а) головой
- б) ногой
- в) рукой
- г) туловищем