**Тест по основам знаний по физической культуре в 6 классе.**

**Ф.И. учащегося \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Класс \_\_\_\_\_\_**

**Вопросы:**

**1  Как называется правильное распределение времени в течение суток:**

а) режим дня б) расписание уроков

в) закаливание г) личная гигиена

**2 Какую награду получал победитель на олимпийских играх в Древней Греции:**

    а) венок из ветвей оливкового дерева б) звание почетного гражданина

   в) медаль и кубок  г) денежное вознаграждение

**3 Количество игроков волейбольной команды на площадке:**

а) 5 б) 6 в) 7 г) 4

**4 Как звучит девиз Олимпийских игр:**

а) «Быстрее, выше, сильнее» б) «Будь всегда первым»

в) «Спорт, здоровье, радость».

**5 Выполняя стойку на голове и руках, гимнаст располагает на мате руки и голову…**

а) на одной прямой б) как равносторонний треугольник

в) голову ближе к коленям, чем руки

**6 За какое количество полученных фолов в баскетболе игрок удаляется из игры:**

а) 4 б) 5 в) 8 г) 7

**7 Размеры волейбольной площадки составляют:**

а) 6х9 м. б) 9х12 м. в) 8х16 м. г) 9х18 м.

# 8 Бег на длинные дистанции развивает:

# а) выносливость б) прыгучесть в) координацию 4) скорость

**9 Какая страна является родиной Олимпийских игр:**

а) Рим б) Китай в) Греция г) США

**10 Чему способствует утренняя гигиеническая гимнастика:**

а) переходу от пассивного состояния к активному

б) снижению показателей физического развития

в) быстрому утомлению организма, усталости

**Количество баллов: Оценка:**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Вопрос** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
| **Ответ** | **а** | **а** | **б** | **а** | **б** | **б** | **г** | **а** | **в** | **а** |