Оценивание:   
За каждый правильный ответ – 1 балл.  
Оценка «5»: 810 баллов  
Оценка «4»: 67 баллов  
Оценка «3»: 45 баллов  
Оценка «2»: менее 4 баллов

1.Каким видом спорта занимается Евгений Плющенко:  
А. Плавание  
Б. Фигурное катание  
В. Лыжный спорт  
2.Что такое быстрота?  
А. Способность переносить физическую нагрузку длительное время  
Б. Способность с помощью мышц производить активные действия  
В. Способность совершать большое количество движений за короткий   
промежуток времени  
3.Ловкость – это:  
А. Умение жонглировать  
Б. Умение лазать по канату  
В. Способность выполнять сложные движения  
4.Подвижные игры помогут тебе стать:  
А. Умным  
Б. Сильным  
В. Ловким, метким, быстрым, выносливым  
5. Командные спортивные игры это:  
А. Теннис, хоккей, шашки  
Б. Футбол, волейбол, баскетбол  
В. Бадминтон, шахматы, лапта  
6. Что такое выносливость?  
А. Способность переносить физическую нагрузку длительное время  
Б. Способность совершать большое количество движений за короткий   
промежуток времени  
В. Способность с помощью мышц производить активные действия 7. Гибкость – это:  
А. Умение делать упражнение « ласточка»  
Б. Умение садиться на « шпагат»  
В. Способность выполнять движения, используя максимальную подвижность   
суставов  
8.Каким видом лёгкой атлетики занимается Елена Исинбаева  
А. Прыжки в длину  
Б. Прыжки в высоту  
В. Прыжки с шестом  
9. Кто первым ввёл в российской армии для солдат физическую подготовку  
и закаливание?  
А. Георгий Жуков  
Б. Александр Суворов  
В. Михаил Кутузов  
10. В какой стране зародились Олимпийские игры?  
А. Греция  
Б. Египет  
**Ответы на тест.**  
  
1  
Б  
2  
в  
3  
В  
4  
В  
5  
б  
6  
а  
7  
В  
8  
б  
9  
б  
10  
а