**Теория «Физическая культура» 5-6 классы Задания в закрытой форме**

***1. Первые Олимпийские игры современности проводились:***

а) в 1894 г.

б) в 1896 г.

в) в 1900 г.

г) в 1904 г.

***2. Основоположником современных Олимпийских игр является:***

а) Деметриус Викелас

б) А.Д. Бутовский

в) Пьер де Кубертен

г) Жан Жак Руссо

***3. Девиз Олимпийских игр звучит:***

а) Спорт, спорт, спорт!

б) О спорт! Ты – мир!

в) Быстрее! Выше! Сильнее!

г) Быстрее! Выше! Дальше!

***4. Победитель Олимпийских игр награждается:***

а) олимпийским сувениром

б) олимпийским значком

в) олимпийской медалью

г) Олимпийским орденом

***5. Основной формой физического воспитания в школе является:***

а) утренняя гигиеническая гимнастика

б) спортивная секция

в) общешкольное соревнование

г) урок физической культуры

***6. Основной формой подготовки спортсмена является:***

а) разминка

б) заминка

в) тренировка

г) соревнование

***7. С низкого старта бегают:***

а) на короткие дистанции

б) на средние дистанции

в) на длинные дистанции

г) кроссы

***8. Один из способов прыжка в длину называется:***

а) «согнув голову»

б) «согнув колени»

в) «согнув ноги»

г) «согнув руки»

***9. «Королевой спорта» называют:***

а) гимнастику

б) фигурное катание

в) легкую атлетику

г) тяжелую атлетику

***10. Кросс – это:***

а) бег по стадиону

б) бег по асфальту

в) бег по пересеченной местности

г) бег по тротуару

***11. Прыжок в длину с места выполняется:***

а) толчком одной ноги

б) толчком двумя ногами

в) толчком левой ноги

г) толчком правой ноги

***12. Какой термин относится к футболу?***

а) фальстарт

б) фол

в) пенальти

г) буллит

***13. С помощью жеребьевки в играх:***

а) выбирают водящего

б) зазывают на игру

в) делятся на команды

г) озвучивают правила игры

***14. Палки лыжнику-гонщику необходимы:***

а) для размахивания

б) для отталкивания

в) для выполнения прыжков

г) для торможения

***15. Утренняя гигиеническая гимнастика называется:***

а) разминкой

б) заминкой

в) зарядкой

г) разрядкой

***16. К показателям физического развития относятся:***

а) сила и гибкость

б) быстрота и выносливость

в) рост и вес

г) ловкость и прыгучесть

***17. Гиподинамия – это следствие:***

а) понижения двигательной активности человека

б) повышения двигательной активности человека

в) нехватки витаминов в организме

г) чрезмерного питания

***18. Пульс – это показатель:***

а) частоты шагов

б) частоты дыхания

в) частоты сердечных сокращений

г) объема легких

***19. Пульс у взрослого нетренированного человека в покое составляет:***

а) 60–90 уд/мин

б) 90–150 уд/мин

в) 150–170 уд/мин

г) 170–200 уд/мин

***20. В норме температура тела человека составляет:***

а) 35,6º

б) 36,6º

в) 37,0º

г) 38,0º