**Теоретическое тестирование для учащихся отнесенных по состоянию здоровья к подготовительной и специальной медицинской группе (2-4 классы)**

**Тест №1**

1. Первые соревнования начали организовывать:

а) спортсмены; б) современные олимпийцы; в) древние люди; г) пираты.

2. На уроках физкультуры нужно иметь:

а) джинсы; б) спортивную форму; в) сапоги; г) халат.

3. Родиной олимпийских игр считается:

а) Греция; б) Америка; в) Франция; г) Англия.

4. Олимпийский девиз – это:

а) Быстрее, выше, сильнее. б) Сильнее, выше, быстрее. в) Выше, точнее, быстрее. г) Выше, сильнее, дальше.

5. Какая страна является родиной футбола?

а) Франция; б) Бразилия; в) Англия; г) Россия.

6. Сколько баскетболистов в каждой команде должно быть на площадке во время игры?

а) 10; б) 5; в) 8; г) 3.

7. Прыжки с опорой на предмет или спортивный снаряд называются…

а) прыжок в длину с места; б) опорный прыжок; в) прыжок в высоту; г) прыжок в длину с разбега

8. В какой стране впервые появилась игра волейбол?

а) США; б) Греция; в) Китай; г) Россия.

9. Бег на длинные дистанции – это:

а) 400 и 800 метров; б) 1000, 1500 и 2000 метров; в) 100 и 200 метров; г) 30 и 60 метров.

10. Кто защищает ворота команды футболистов?

а) вратарь; б) футболист; в) болельщик; г) судья.

**Ключ к теоретическому тестированию учащихся отнесенных по состоянию здоровья к подготовительной и специальной медицинской группе (2-4) классы**

**Тест №1**

1 – в

2 – б

3 – а

4 – а

5 – в

6 – б

7 – б

8 – а

9 – б

10 – а

 **Тест № 2**

 1.Расшифруйте слово БАСКЕТБОЛ

а) Баскет; бол; б)Бас; кет; бол; в)Баске; тбол; г) Бас; кетбол.

2. Сколько шагов с мячом можно сделать в движении в игре баскетбол?

а) 3; б) 4; в) 2; г) 1.

3. Расшифруйте слово «ЗОЖ»

а) Злая очень жаба; б) Знание образа жизнедеятельности;

в) Забавное обворожительное жужжание; г) Здоровый образ жизни.

4. Расшифруйте слово ФУТБОЛ

а) Фут; бол; б) Фу; тбол; в) Футб; ол; г) Футбо; л.

5. В какой последовательности надо обтирать тело водой?

а) руки, шея, грудь и живот, спина, ноги;

б) ноги, руки, грудь и живот, шея, спина;

в) спина, ноги, руки, шея, грудь и живот;

г) шея, грудь и живот, спина, руки, ноги.

6. Способность человека легко и свободно сгибать и прогибать свое тело при выполнении различных движений называется…

а) координация; б) выносливость; в) гибкость; г) сила

7. Развитие основных физических качеств это….

а) тренировка; б) совершенствование; в) физическая подготовка; г) гимнастика

8. Способность человека уравновешивать свое тело за счет напряжения мышц называется…

а) равновесие; б) выносливость; в) гибкость; г) быстрота

9. Какое физическое качество помогают развить опорные прыжки?

а) сила; б) выносливость; в) координацию; г) гибкость

**Ключ к теоретическому тестированию учащихся отнесенных по состоянию здоровья к подготовительной и специальной медицинской группе (2-4) классы**

**Тест №2**

1 – а

2 – в

3 – г

4 – а

5 – а

6 – в

7 – в

8 – а

9 – в

**Теоретическое тестирование для учащихся отнесенных по состоянию здоровья к подготовительной и специальной медицинской группе (2-4 классы)**

**Тест №3**

1. Способность человека выполнять движения с максимальной скоростью за счет быстрого напряжения мышц называется…

а) координация

б) выносливость

в) гибкость

г) быстрота

2. В какой стране впервые появилась игра волейбол?

а) США

б) Греция

в) Китай

г) Россия

3. Какие способы закаливания водой ты знаешь?

а) питье холодной воды,

б) брожение по лужам,

в) обливание горячей водой

г) обливание холодной водой

4. Какой способ подъема в горку применяется в начальной школе?

а) «лесенкой»

б) снять лыжи и подняться в горку

в) с опорой на руки и колени

г) по ступенькам

5. Какое физическое качество развивают занятия лыжным спортом?

а) скорость

б) координацию

в) силу

г) выносливость

6. Исходное положение, которое принимает спортсмен перед началом бега по дистанции, называется…

а) стойка

б) подготовка

в) старт

г) присед

7. В какой стране появился современный футбол?

а) Испания

б) Англия

в) США

г) Индия

8. Окончание бега, когда спортсмен пересекает финишную линию, называется…

а) финиширование

б) приземление

в) страт

г) разбег

9. Несколько физических упражнений, которые выполняют в определенном порядке последовательно одно за другим, называется…

а) утренняя гимнастика

б) комплекс физических упражнений

в) разминка перед уроком

г) подвижная игра

10. Сколько футболистов каждой команды должно быть на площадке?

а) 10

б) 5

в) 11

г) 6

**Ключ к теоретическому тестированию учащихся отнесенных по состоянию здоровья к подготовительной и специальной медицинской группе (2-4) классы**

**Тест №3**

1 – г

2– а

3 – г

4– а

5– г

6 – в

7 – б

8 – а

9 – б

10 - в