**ДИСЦИПЛИНА: «Физическая культура »**

Тест

Вариант 6

ФИО студента

Дата выполнения «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_\_\_г.

Оценка \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Дата проверки «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_\_г.

Преподаватель \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

подпись фио

**1.Что такое кросс?**а) бег с ускорением  
б) бег по искусственной дорожке стадиона  
в) бег по пересеченной местности  
г) разбег перед прыжком

**2. Какие из данных упражнений являются базовыми упражнениями для развития мышц рук и** **плечевого пояса**а) Поднимание ног и таза лежа на спине  
б) Повороты и наклоны туловища  
в) Отжимания  
г) Подтягивание в висе на перекладине

**3.В каком году был создан Российский Олимпийский Комитет?**а) 1908 году  
б) 1911 году  
в) 1912 году  
г) 1916 году

**4.Как называется временное снижение работоспособности?**а) усталость  
б) напряжение  
в) утомление  
г) передозировка

**5.Когда произошло основание Международного олимпийского комитета?**а) 1890  
б) 1894  
в) 1892  
г) 1896

**6.Что означает термин «Олимпиада»?**а) четырехлетний период между Олимпийскими играми  
б) первый год четырехлетия, наступление которого празднуют Олимпийские игры  
в) синоним Олимпийских игр  
г) соревнования, проводимые во время Олимпийских игр

**7.Перечислите главные физические качества.**а) координация, выносливость, гибкость, сила, быстрота  
б) ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость  
в) общая выносливость, силовая выносливость, быстрота, сила, ловкость  
г) общая выносливость, силовая выносливость, гибкость, быстрота, ловкость

**8.Каков порядок организации Олимпийских игр? Они состоят из…**а) соревнований между странами  
б) соревнований по зимним или летним видам спорта  
в) зимних и летних Игр Олимпиады  
г) открытия, соревнований, награждения участников и закрытия

**9.Что является талисманом Олимпийских игр?**а) изображение Олимпийского флага  
б) изображение пяти сплетенных колец  
в) изображение животного, популярного в стране, проводящей Олимпиаду  
г) изображение памятника архитектуры, популярного в стране, проводящей Олимпиаду

**10.Через решение каких задач происходит реализация цели физического воспитания?**а) двигательных, гигиенических и просветительских задач  
б) закаливающих, психологических и философских задач  
в) задач развития дыхательной и сердечно – сосудистой систем  
г) оздоровительных, образовательных и воспитательных задач

**11.Что имела физическая культура рабовладельческого общества?**а) прикладную направленность  
б) военную и оздоровительную направленность  
в) образовательную направленность  
г) воспитательную направленность

**12.В каком году создали Российский Олимпийский Комитет?**а) 1908 году  
б) 1911 году  
в) 1912 году  
г) 1916 году

**13.В каком виде спорта чемпионом является Александр Попов?**а) чемпион Олимпийских игр по плаванию  
б) чемпион Олимпийских игр по легкой атлетике  
в) чемпион Олимпийских игр в лыжных гонках  
г) чемпион Олимпийских игр по велоспорту

**14.Современное пятиборье не включает:**а) стрельба  
б) фехтование  
в) гимнастика  
г) верховая езда

**15.Первый президент Международного олимпийского комитета:**а) Пьер де Кубертен  
б) Алексей Бутовский  
в) Майкл Килланин  
г) Деметриус Викелас

**16.Первый олимпийский чемпион из российских спортсменов?**а) Н.Орлов  
б) А.Петров  
в) Н.Панин – Коломенкин  
г) А.Бутовский

**17.По какой причине античные Олимпийские игры назывались праздниками мира?**а) игры отличались миролюбивым характером  
б) в период проведения игр прекращались войны  
в) в Олимпийских играх принимали участие атлеты всего мира  
г) Олимпийские игры имели мировую известность

**18.Выберите вид программы, который представлял программу первых Олимпийских игр Древней** Греции?  
а) метание копья  
б) борьба  
в) бег на один стадий  
г) бег на четыре стадия

**19.Вид спортивной программы Олимпийских игр древности, в котором сочеталась борьба и** кулачный бой?  
а) долиходром  
б) панкратион  
в) пентатлон  
г) диаулом

**20.Организация, руководящая современным олимпийским движением:**а) Организация объединенных наций  
б) Международный совет физического воспитания и спорта  
в) Международный олимпийский комитет  
г) Международная олимпийская академия