Материалы

для промежуточной аттестации в 2019 -2020 учебном году

по физической культуре для 9 класса

МОУ СОШ №60 города Ярославля

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Задание: К каждому вопросу теста дано три варианта ответа, из которых только один верный, надо указать букву верного ответа.**

**Критерии начисления баллов:**

**За каждый правильный ответ начисляется 1 балл.**

**Всего можно набрать 25 баллов.**

**Итоговая оценка:**

**«5» - от 20 – до 25 баллов**

**«4» - от 15– до 19 баллов**

**«3» - от 10 – до 14 баллов**

**«2» - ниже 10 баллов**

**Вопросы теста:**

**1.Основным специфическим средством физического воспитания является:**

а) закаливание

б) солнечная радиация

в) физическое упражнение

**2. Под физической культурой понимается:**

а) часть культуры общества и человека;

б) процесс развития физических способностей;

в) вид воспитания, направленный на обучение движениям и развитие физических качеств;

**3. Какая из представленных способностей не относится к группе координационных?**

а) способность точно воспроизводить движения в пространстве

б) способность сохранять равновесие

в) способность быстро реагировать на стартовый сигнал

**4. Факел для олимпийского огня современных Игр зажигается:**

а) на олимпийском стадионе в Афинах под эгидой МОК

б) на олимпийском стадионе города-организатора Игр

в) в Олимпии под эгидой МОК

**5. При каком режиме работы мышц силовые способности проявляются максимально?**

а) при статическом

б) при преодолевающем

в) при удерживающем

**6. Отличительным признаком навыка является:**

а) направленность сознания на реализацию цели действия

б) растянутость действия во времени

в) нестандартность параметров и результатов действия

**7. Укажите, какие упражнения характерны для заключительной части урока физической культуры.**

1. Упражнения на выносливость.

2. Дыхательные упражнения.

3. Силовые упражнения.

4. Скоростные упражнения.

5. Упражнения на гибкость.

6. Упражнения на внимание.

а) 3,5

б) 2,4

в) 2,6

**8. Ольга Данилова, Галина Кулакова, Лариса Лазутина, Раиса Сметанина, Вячеслав Веденин, Владимир Смирнов – чемпионы Олимпийских игр в:**

а) биатлоне

б) плавании

в) лыжных гонках

**9.Кто «изобрёл» баскетбол?**

а) Джеймс Нейсмит

б) Луи Чемберлен

в) Деметре Викелас

**10.Техника владения мячом в баскетболе включает в себя следующие приемы:**

а) ловлю, остановки, повороты, ведение мяча

б) передачи мяча, броски в корзину, ловлю, остановки, повороты

в) ловлю, передачи, ведение мяча, броски в корзину

**11.Сколько человек играют на площадке?**а) 4

6) 5

в) 6

**12.Сколько шагов можно делать после ведения мяча?**

а) 3 шага

б) 2 шага

в) 1 шаг

**13.Продолжительность игры в баскетбол?**

а) 2 тайма по 20 минут

б) 4 тайма по 10 минут

в)4 тайма по 12 минут

**14. Игра в волейболе начинается с:**а) переброса  
б) подачи  
в) передачи

**15. При приеме подач игроку необходимо располагаться:**а) не ближе средней части площадки  
б) в задней части площадки  
в) за границей площадки

**16. Что означает слово «волейбол»:**а) скользящий мяч  
б) удар с лету  
в) прыгающий мяч

**17. Сколько игроков может находиться на площадке во время игры в одной команде:**а) 5  
б) 6  
в) 8

**18. Переход игроков осуществляется:**а) куда покажет тренер  
б) против часовой стрелке  
в) по часовой стрелке

**19. Как называется свободный защитник:**а) Лимеро  
б) Лидеро  
в) Либеро

**20. Соревнования по волейболу могут быть:**  
а) только командными

б) командными и личными

в) только личными

**21. С какой стороны нельзя стоять по отношению к метающему?**

а) с правой

б) с левой

в) перед выполняющим метание

**22. При групповом старте на короткие дистанции следует бежать**

а) в произвольном порядке

б) друг за другом

в) по своей дорожке

**23. Для чего следует исключать резкие остановки во время бега?**

а) во избежание столкновения

б) чтобы не напугать участников

в) не вводить в заблуждение судей

**24.Что необходимо сделать спортсмену перед выполнением прыжков в длину?**

а) посыпать солью дорожку

б) перекопать яму для прыжков

в) узнать направление ветра

**25. Какие виды спорта нельзя совмещать на стадионе?**

а) футбол и метание

б) мотогонки и прыжки

в) бег и прыжки