Казахская национальная академия искусств им.Т. Жургенова, колледж

1 курс по предмету **«Физическая культура»** для русского отделения

Тестовые вопросы по итоговой аттестации

Тестовые вопросы по легкой атлетике

**1. В каком году проводились первые соревнования по легкоатлетическим видам спорта?**

2. Какой вид спорта называют «королевой спорта»:  
3. Что из перечисленного не относится к упражнениям лёгкой атлетики?

4. Какая из дистанций является спринтерской:  
5. К Олимпийскому виду эстафетного бега в лёгкой атлетике не относится…

6. В лёгкой атлетике ядро:

**7. Протяженность марафонской дистанции:**

8. Кросс – это:

9. К видам легкой атлетики не относятся:

10. Наиболее эффективным упражнением для развития выносливости служит:

11. К видом многоборья в легкой атлетике не относиться?

12. Какие команды подают при беге на короткие дистанции?

13. Какой вид ходьбы есть в легкой атлетике?

14. Как называется начало и конец в беге?

Тестовые вопросы по баскетболу

1. В каком году появился баскетбол?

2. Кто считается создателем баскетбола?

3. Размеры баскетбольной площадки?

4. Высота баскетбольной корзины?

5. Вес мяча?

6. Сколько игроков находится с одной стороны площадки?

7. Как начинается игра?

8. Продолжительность игры в баскетбол?

9. Сколько времени команда может владеть мячом на своей стороне площадки?

10. Смена корзин происходит:

11. Попадание в баскетбольное кольцо приносит команде:

12. Какие физические качества развивает баскетбол?

Тестовые вопросы по спортивной гимнастике

1. Как с греческого переводится слово «гимнастика».?
2. Какие виды гимнастики Вы знаете?
3. Кто осуществляет страховку на уроках гимнастики?
4. Что такое акробатическая комбинация?
5. Что нельзя делать при спуске с каната?
6. Какое тестовое упражнение помогает определить уровень гибкости человека?
7. Какое тестовое упражнение помогает определить уровень силы человека?
8. Что такое И.П.?
9. Шеренга – это …

10.Что такое О.Р.У

11.Что называется дистанцией?

12. Движение тела вокруг вертикальной оси с изменением расположения ступней, называется

13.Изменение строя или размещения занимающихся

14.  Колонна - это