**КИМ по физкультуре для 5 классов**

Выбрать правильный ответ из несколько представленных вариантов на тестовые вопросы.

1. В какой стране зародились Олимпийские игры?

а) в России;

б) в Англии;

в) в Греции;

г) в Италии.

2. Упражнения, из какого вида спорта помогают стать быстрым и выносливым?

а) шахматы;

б) фигурное катание;

в) гимнастика;

г) лёгкая атлетика.

3. Какова цель утренней гимнастики?

а) вовремя успеть на первый урок в школе

б) совершенствовать силу воли

в) выступить на Олимпийских играх

г) ускорить полное пробуждение организма

4. Первые лыжи появились:

а) в песках Африки;

б) у охотников северных стран;

в) у погонщиков слонов в Индии;

г) у собирателей кокосов.

5. С какой периодичностью следует стирать спортивную одежду, прилегающую к

телу?

а) каждый день

б) после каждой тренировки

в) один раз в месяц

г) один раз в 10 дней

6. Закаливающие процедуры следует начинать с обливания …?

а) горячей водой.

б) теплой водой.

в) водой, имеющей температуру тела.

г) прохладной водой.

7. Физкультминутка это…?

а) способ преодоления утомления;

б) возможность прервать урок;

в) время для общения с одноклассниками;

г) спортивный праздник.

8. Перед началом урока по физической культуре необходимо

а) Вымыть руки

б) Надеть спортивную форму

в) Выполнить разминку

г) Плотно поесть

9. Как часто проводятся Олимпийские игры?

а) один раз в год

б) один раз в два года

в) один раз в четыре года

г) один раз в десять лет

10. В каком городе зародились Олимпийские игры?

а) Рим

б) Спарта

в) Карфаген

г) Афины

11. Тульский футбольный клуб, занявший второе место в своем дивизионе в 2014г

а) Динамо

б) Спартак

в) Арсенал

г) Локомотив

12. На что должны быть направлены упражнения утренней гимнастики?

а) на работу всех групп мышц

б) на работу мышц рук и плечевого пояса

в) на работу мышц ног

г) на работу мышц туловища

13. Здоровый образ жизни — это способ жизнедеятельности, направленный на...

а) Развитие физических качеств людей.

б) Поддержание высокой работоспособности людей.

в) Сохранение и улучшение здоровья людей.

г) Подготовку к профессиональной деятельности.

14. Перечислите основные двигательные качества человека.

15. Перечисли гимнастические снаряды

Бланк ответов теоретического задания для 5 классов

2014-2015 учебный год

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №вопроса | ответ «а» | ответ «б» | ответ «в» | ответ «г» |
| 1  |  |  | X |  |
| 2 |  |  |  | X |
| 3 |  |  |  | X |
| 4 |  | X |  |  |
| 5 |  | X |  |  |
| 6 |  |  | X |  |
| 7 | X |  |  |  |
| 8 |  | X |  |  |
| 9 |  |  | X |  |
| 10 |  |  |  | X |
| 11 |  |  | X |  |
| 12 | X |  |  |  |
| 13 |  |  | X |  |
| 14  | СИЛА, БЫСТРОТА, ВЫНОСЛИВОСТЬ, ГИБКОСТЬ, ЛОВКОСТЬ. |
| 15  | Конь, козёл, канат, перекладина, брусья, бревно. |

1. За правильный выбранный ответ из несколько представленных вариантов на тестовые

вопросы даётся 1 балл.

2. За правильно вписанные ответы в вопросах № 14,15 по 0,5 баллов за каждый

 Исправления и подчистки оцениваются как неправильный ответ

Количество правильных ответов \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Подпись судьи, проверяющего бланк \_\_\_\_\_\_\_\_\_(\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_)