

**Демонстрация.
Промежуточная аттестация.
Физическая культура 5 класс
Тестирование**

Вопросы:

1. **Что такое Олимпийские игры?**
 - a) Мировое соревнование спортсменов b) Турнир по шахматам c) Культурный фестиваль
2. **Когда были возрождены современные Олимпийские игры?**
 - a) 1896 b) 1900 c) 1924
3. **Какой город стал первым местом проведения современных Олимпийских игр?**
 - a) Париж b) Лондон c) Афины
4. **Каковы основные цели физической культуры в школе?**
 - a) Развитие здоровья и физической активности b) Подготовка к соревнованиям c) Изучение теории
5. **Какие упражнения относятся к силовым тренировкам?**
 - a) Бег на длинные дистанции b) Подъем штанги, отжимания c) Растяжка
6. **Что такое координация?**
 - a) Способность выполнять движения согласованно b) Способность прыгать высоко c) Способность быстро бегать
7. **Какой из видов спорта является олимпийским?**
 - a) Бейсбол b) Завершение кроссворда c) Плавание
8. **Что такое аэробная нагрузка?**
 - a) Нагрузка, требующая большого усилия b) Нагрузка, увеличивающая выносливость c) Нагрузка, выполняемая без дыхания
9. **Какой из следующих факторов не влияет на физическую активность?**
 - a) Уровень здоровья b) Погода c) Цвет одежды
10. **Что такое спортивная атлетика?**
 - a) Спорт на свежем воздухе b) Ходьба по лестнице c) Компонент легкой атлетики, включающий бег, метание и прыжки
11. **Как часто рекомендуется заниматься физической активностью для поддержания здоровья?**
 - a) Один раз в месяц b) Каждый день c) Раз в год
12. **Какой вид спорта основан на правилах борьбы?**
 - a) Футбол b) Дзюдо c) Гимнастика
13. **Что такое фитнес?**
 - a) Способ ведения бизнеса b) Система физических упражнений для улучшения здоровья c) Спортивное питание

14. **Какие основные аспекты включает в себя физическая культура?**

а) Спортивные игры, здоровье, физическое развитие б) Искусство, музыка, танцы с) Наука, технология, литература

15. **Почему важна разминка перед тренировкой?** а) Для повышения рисков травм б) Для подготовки организма к нагрузке с) Чтобы весело провести время

Ответы:

1. а	6. а	11. b
2. а	7. с	12. b
3. с	8. b	13. b
4. а	9. с	14. а
5. b	10. с	15. b

Критерии оценивания:

За правильный ответ на каждый вопрос – 1 балл.

- **15 - 13 баллов - отметка «5»**
- **12 – 10 баллов - отметка «4»**
- **9 - 8 баллов - отметка «3»**
- **0 – 7 баллов - отметка «2»**