

- в) быть в спортивной форме и снять все украшения;
г) быть в школьной форме.

11. Выберите родину футбола:

- а) Франция;
б) Англия;
в) Италия;
г) Бразилия.

12. Назовите, частоту сердечных сокращений (пульс) в состоянии покоя у здорового человека:

- а) 50-60 ударов в минуту;
б) 70-80 ударов в минуту;
в) 90-100 ударов в минуту;
г) 100-110 ударов в минуту.

13. Через какое время нужно устраивать короткие перерывы для отдыха и выполнения физических упражнений (физкультпаузы и физкультминутки), которые быстро восстанавливают внимание и работоспособность?

- а) 1 час 30 минут;
б) 1 час;
в) 40-45 минут;
г) 25-30 минут.

14. Назовите количество человек в баскетбольной команде:

- а) 10;
б) 5;
в) 12;
г) 8.

15. Игра «Волейбол» появилась в:

- а) В Великобритании;
б) в США;

- в) В Италии;
г) во Франции.

16. Одновременный бесшажный ход применяется при движении:

- а) на равнине и в гору;
б) в гору и под уклон;
в) под уклон и на равнине;
г) с крутой горы и под уклон.

17. При спуске с горы на лыжах следует соблюдать дистанцию:

- а) не менее 10 метров;
б) не менее 30 метров;
в) не менее 20 метров;
г) не менее 40 метров.

18. Бег на длинные дистанции – это:

- а) 400 и 800 метров;
б) 1000, 1500 и 2000 метров;
в) 100 и 200 метров;
г) 30 и 60 метров.

19. Способ прыжков в высоту, изучаемый в школе:

- а) «перекидной»;
б) «волна»;
в) «флоп»;
г) «перешагивание».

20. Где будут проходить зимние Олимпийские игры в 2014 году?

- а) в Москве;
б) в Санкт-Петербурге;
в) в Сочи;
г) в Киеве.