

г) укрепление здоровья.

13. Два очка в баскетболе засчитывается при броске в корзину:

- а) из зоны нападения;
- б) из зоны защиты;
- в) с любой точки игровой площадки;
- г) с любого места внутри трехочковой линии.

14. Первые олимпийская клятва спортсменов бороться честно прозвучала в:

- а) 1912 году;
- б) 1920 году;
- в) 1952 году;
- г) 1960 году.

15. Когда был образован Международный олимпийский комитет?

- а) 1891 год;
- б) 1894 год;
- в) 776 год до н.э.;
- г) 1992 год.

16. Беговая дистанция на один этап равна:

- а) 41 км 195 м.;
- б) 400 м.;
- в) 192 м 27 см.;
- г) 100 м.

17. Спортсмены Республики Беларусь впервые выступили на олимпийских играх под белорусским флагом:

- а) в 1992 году на XVI играх в Альбервилле;
- б) в 1992 году на играх XXV Олимпиады в Барселоне;
- в) в 1994 году на XVI играх в Лиллехаммере;
- г) в 1996 году на играх XXVI Олимпиады в Атланте.

18. Сколько времени дается на подачу во время игры в волейбол?

- а) нет учета времени;
- б) 3 секунды;
- в) 5 секунд;
- г) 8 секунд.

4. Гибкость	г) способность человека быстро, оперативно, целесообразно, т.е. наиболее рационально осваивать новые двигательные действия, успешно решать двигательные задачи в изменяющихся условиях
5. Ловкость	д) способность выполнять двигательное действие длительное время с заданной интенсивностью

44. Гимнастика спортивная. Олимпийские чемпионы:

1. Светлана Богинская	1. пятикратная олимпийская чемпионка
2. Ольга Корбут	2. четырехкратная олимпийская чемпионка
3. Нелли Ким	3. шестикратный олимпийский чемпион
4. Виталий Щербо	4. трехкратная олимпийская чемпионка
	5. двукратный олимпийский чемпион
	6. двукратный олимпийский чемпион

45. Спринтерский бег – это целостное упражнение, которое условно делится на 4-е фазы, запишите последовательность фаз:

1. Первая фаза	а) стартовый разбег
2. Вторая фаза	б) старт
3. Третья фаза	в) фаза полета
4. Четвертая фаза	г) бег по дистанции
	д) отталкивание
	е) финиширование
	ж) приземление

46. Какими тестами мы определяем уровень развития двигательных способностей человека:

1. силовых способностей	а) челночный бег 4х9 метров
2. координационных способностей	б) наклон вперед
3. скоростных способностей	в) бег 30 метров
4. общей выносливости	г) бег 1500 метров
5. гибкости	д) подтягивание / поднимание туловища