**Контрольная работа по физкультуре для учащихся 6 класса по разделам баскетбол и лыжная подготовка.**

|  |
| --- |
| Здравствуйте ребята. Выберите пожалуйста правильный вариант ответа и пришлите мне только варианты ответов. Например: 1.а …..Всего 17 вопросов.Желаю успеха. |

**Вопросы:**

**1. Сколько игроков-баскетболистов могут одновременно находиться на баскетбольной площадке во время соревнований?**

а) 5 человек.

б) 10 человек.

в) 12 человек.

**2. Нельзя в баскетболе делать передачу партнеру, если он …**

а) находится позади вас;

б) находится далеко от вас;

в) не смотрит на вас;

г) «оторвался» от соперника.

**3. Что является ошибкой при ловле баскетбольного мяча?**

а) Ловля мяча с амортизацией сгибанием рук.

б) Ловля на прямые руки.

в) Ловля мяча на уровне груди.

г) Сближение кистей рук и расстановка пальцев.

**4. При выполнении штрафного броска в баскетболе каждое попадание засчитывается …**

а) за одно очко;

б) за два очка;

в) за три очка.

**5. Игрок, остановившийся после ведения мяча в баскетболе , не имеет права** …

а) выполнить передачу мяча партнеру;

б) выполнить бросок мяча в кольцо;

в) возобновить ведение мяча.

**6.Прдолжительность игры баскетбол?:**

а) 2 тайма по 45 мин

б) 4 периода до 25 очков

в) 4 периода по 10 мин

г) 3 периода по 15 мин

**7. Как называется игра в уличный баскетбол?**

а) пейнтбол

б) стритбол

в) гандбол

г) фитбол

**8. Какое из данных утверждений в баскетболе верно?**

а) при ведении мяча в баскетболе нельзя касаться его двумя руками одновременно

б) мяч в баскетболе можно вести только левой рукой

в) игрок с мячом в руках может делать четыре шага

г) мяч в баскетболе можно вести только правой рукой

**9.Обувь лыжника должна быть…**

 а) точно по размеру;                       б) на один размер больше ноги лыжника;

 в) на один размер меньше ноги лыжника;

**10. Укажите первый признак обморожения кожи:**

а) покраснение кожи;      б) острая боль;       в) побледнение кожи;       г) кровотечение.

**11. Самый простой способ торможения на лыжах:**

 а.«плугом»

б.«на параллельных лыжах

в.«полуплугом»

г. « падением»

**12.Как называется вид спорта, сочетающий лыжные гонки со стрельбой?**

а.армрестлинг

б.биатлон

в.бобслей

**13. Как называются стойки спусков со склона**

а.высокая, средняя, низкая

б.с выпрямленными ногами и в полуприседе

в.глубокая низкая прямая

**14. Определить на рисунке торможение «плугом»:**

а.     **\/**

б. **|\**

в. **═**

**15. Как должен поступить лыжник на дистанции, если соперник, догнавший его, просит уступить ему лыжню?**

а) может не уступать лыжню

б) следует уступить лыжню, сойдя с нее обеими лыжами

в) следует уступить лыжню, сойдя с нее хотя бы одной лыжей

**16. При передвижении на лыжах применяют одновременный:**

а.      двухшажный

б.      трехшажный

в.      четырехшажный

**17. Какие способы подъёма в горку существуют:**

а. лесенкой

б. ползком

в. Ёлочкой

г.Берёзкой

д. Полуёлочкой