

## Инструкция по выполнению итоговой контрольной работе 6 класс.

Промежуточная контрольная работа включающая две письменные работ, 8 заданий по теории с краткими ответами и 2 задания с развёрнутыми ответами, а также 2 задания из практики. На всё выполнение отводится 40 минут. Ответы по теории необходимо выполнять на данных бланках с вопросами.

К каждому заданию даётся 3 варианта ответа, только один – правильный. Букву правильного ответа необходимо записать.

Практическую часть необходимо выполнить за наименьшее преодоление времени.

Баллы, полученные Вами за все выполненные задания, суммируются. Постарайтесь выполнить как можно больше заданий и набрать наибольшее количество баллов.

### Вариант 0

1. С низкого старта бегают

а) на короткие дистанции;

б) на средние дистанции;

в) на длинные дистанции.

Ответ: \_\_\_\_\_

2. Бег на длинные дистанции развивает

а) гибкость;

б) быстроту;

в) выносливость.

Ответ: \_\_\_\_\_

3. С какого места начинается игра в баскетбол

а) с середины зала;

б) из-за лицевой линии;

в) из-за боковой границы площадки

г) привычная поза человека в вертикальном положении.

Ответ: \_\_\_\_\_

4. Сколько игроков в команде на площадке для игры в баскетбол

а) 6;

б) 5;

в) 4.

Ответ: \_\_\_\_\_

5. Туфли для бега называются

а) кеды;

б) чешки;

в) шиповки.

Ответ: \_\_\_\_\_

6. Термин «олимпиада» означает

а) четырехлетний период между Олимпийскими играми;

б) синоним Олимпийских игр;

в) соревнования, проводимые во время Олимпийских игр.

Ответ: \_\_\_\_\_

7. Символ Олимпийских игр

а) олимпийская клятва спортсменов и судей;

б) девиз «Быстрее, выше, сильнее»;

в) пять переплетенных колец.

Ответ: \_\_\_\_\_

8. Кто основатель современных Олимпийских игр

а) Авиценна;

б) Геракл;

в) Пьер де Кубертен.

Ответ: \_\_\_\_\_

*Задания 9 - 10 требуют написания полного развернутого ответа*

9. Каким требованиям должна отвечать спортивная обувь

а) быть красивой и модной;

б) зависит от погодных условий;

в) быть удобной, легкой.

10. При ушибе необходимо

а) согреть больное место;

б) охладить больное место;

в) сделать массаж больного места.

Ответ: \_\_\_\_\_

### **Практическое задание.**

На её выполнение отводится 20 минут.

Баллы, полученные Вами за все выполненные задания, суммируются. Постарайтесь выполнить как можно быстрее и набрать наибольшее количество баллов.

*Задания 11 и 12 требуют проявления физических способностей*

11. Прыжки в длину с места.

12. Бег 60 м., сек.