**Задания по дистанционной форме обучения для 1 курса физическая КУЛЬТУРА (гр.12 на 04. 02 2021г)**

12 группа ОПОП «Мастер сельскохозяйственного производства» (2часа)

**Тест №10**

1.В нашей стране Олимпийские игры проводились в …

*а) 1944г., но они были отменены из-за II мировой войны;*

*б) 1976г., ХII зимние Олимпийские игры на Кавказе;*

*в) 1980г., ХХII Олимпийские игры в Москве;*

*г) 2014г., зимние Олимпийские игры в Сочи*

2. Первый олимпийский талисман:

*а) «Ягуар»; б) «Мишка»; в) «Чебурашка»; г) «Бобер»*

3. Какая игра заканчивается «рыбой»?

*а) лото; б) домино; в) шашки; г) шахматы*

4. Укажите способы поворотов на лыжах в движении?

*а) упором, нажимом, разворотом, прыжком;*

*б) упором, плугом, переступанием;*

*в) прыжком, махом, соскальзыванием;*

*г) упором, соскальзыванием, разворотом, прыжком*

5. С какого расстояния пробивают «пенальти» в гандболе?

*а) 5м; б) 11м; в) 9м; г) 7м*

6. Спринт – это…

*а) бег на длинные дистанции; б) бег на короткие дистанции;*

*в) бег на средние дистанции; г) марафон*

7. Сколько периодов в баскетболе?

*а) 3х15 минут; б) 4х10 минут; в) 2х40 минут; г) 3х20 минут*

8. Какой снаряд толкают в легкой атлетике?

*а) гранату; б) мяч; в) ядро; г) диск*

9. Способность выполнять движения с большой амплитудой называется:

*а) эластичностью; б) стретчингом; в) гибкостью; г) растяжкой*

10. Как остановить обильное венозное кровотечение?

*а) наложить давящую повязку;*

*б) наложить жгут;*

*в) обработать рану спиртом и закрыть стерильной салфеткой;*

*г) продезинфицировать спиртом и обработать йодом*

**Выполненную работу принимаю до 17.00ч. Сданные работы с опозданием будут оцениваться на бал ниже.**

Высылаем на электронную почту: [rukhmalev60@mail.ru](mailto:rukhmalev60@mail.ru) или Ватсап, ВК.

Все вопросы по тел.2-31-27. 8 902- 586 -20 -42

Руководитель физического воспитания – Рухмалев А.М.