**Промежуточная аттестация**

7 класс

1.В каком году был введен физкультурный комплекс « Готов к труду и обороне» ( 1931 году)

2.Какие олимпийские виды спорта изучаются в школе на уроках физкультуры. (Гимнастика, легкая атлетика, футбол, баскетбол, волейбол, плавание, борьба, лыжные гонки)

3.Что такое движение и двигательное действие ? (Движение – это перемещение тела в пространстве и времени, связанные между собой движения осуществляют двигательное действие)

4.Какие волевые качества воспитываются с помощью занятий физической культурой? (Упорство, терпеливость, настойчивость, смелость, самообладание, решительность, инициативность)

5.Составить комплекс упражнений для коррекции фигуры.

8 класс

1.Охарактеризовать особенности занятий оздоровительной направленности? (Ориентированы на всестороннее физическое развитие человека, укрепление и сохранение здоровья, предупреждение различных заболеваний, повышение работоспособности).

2.Раскройте понятие « спортивная подготовка».(Длительный тренировочный процесс, направленный на подготовку человека к участию в спортивных соревнованиях).

3.Какие виды массажей существуют? (Спортивный, лечебный, восстановительный).

4.Какие режимы физических нагрузок существуют? (Оздоровительный, поддерживающий, развивающий, тренирующий).