**8клас**

**Завдання на період з 12.05.20р. по 15.05.20р.**

1 урок - ЗРВ. Рівномірний біг 7хв. Згинання-розгинання рук в упорі лежачи від підлоги (хл.), лави (дів.). Перекиди вперед, назад, стійка на лопатках, «міст» з положення стоячи(з допомогою), стійка на голові і руках, стрибок угору прогинаючись. Вправи на розтягування.

2 урок - ЗРВ. Рівномірний біг 7 хв. Піднімання тулуба в сід. Човниковий біг 4х9м. Шпагат, напівшпагат. Стрибок у довжину з місця. Піднімання прямих ніг у висі. Вправи для корекції постави.

3 урок - ЗРВ. Рівномірний біг 7 хв. Піднімання прямих ніг у висі. Вправи на розтягування. Підтягування на перекладині у висі (хл.), в упорі (дів.). Стійка на голові і руках. Переворот боком (колесо). Вправи для запобігання плоскостопості.

**Відповіді надсилаємо до 17.05.2020р. на адресу kosenko\_roman@ukr.net**

**Тест № 6 «Футбол (2)»**

Запитання 1

Який склад футбольної команди?

варіанти відповідей

1. 7 гравців

1. 15 гравців

1. 11 гравців

Запитання 2

Тривалість гри у футбол?

варіанти відповідей

1. 90 хв. - 2 тайми по 45 хв.

1. 40 хв. - 2 тайми по 20 хв

1. 120 хв. - 2 тайми по 60 хв.

Запитання 3

Перед вивченням нового модуля (теми) учні зобов'язані:

варіанти відповідей

1. Пройти медогляд

1. Повторити правила техніки безпеки та пройти інструктаж

1. Виконати розминку

Запитання 4

Початком гри вважається:

варіанти відповідей

1. Правильно виконаний удар з центра поля

1. Вкидання м'яча із-за бокової лінії

Запитання 5

Чи зараховується гол, якщо м'яч був забитий з початкового удару?

варіанти відповідей

1. Так

1. Ні

Запитання 6

Якщо м'яч після вільного удару торкається іншого гравця і влітає у ворота, чи слід зараховувати гол?

варіанти відповідей

1. Ні

1. Так

Запитання 7

Чи зараховується гол, безпосередньо забитий з кутового удару?

варіанти відповідей

1. Ні

1. Так

Запитання 8

Як називається людина, яка слідкує за правилами гри?

варіанти відповідей

1. Тренер

1. Суддя

1. Коментатор

Запитання 9

За що призначається технічний фол у футболі?

варіанти відповідей

1. За порушення правил ведення

1. За не спортивну поведінку

1. За порушення правил 3 секунд

Запитання 10

З якої відстані пробивається пенальті?

варіанти відповідей

1. 10 метрів

1. 9 метрів

1. 11 метрів

Запитання 11

Якщо гравець, що пробаває пенальті, дає пас своєму партнеру, який забиває його у ворота, чи зараховується гол?

варіанти відповідей

1. Так

1. Ні

Запитання 12

Чи може у футболі польовий гравець замінити воротаря своєї команди?

варіанти відповідей

1. Так

1. Ні

1. Іноді