

Демоверсия

по предмету: «Физическая культура»

10 – 11 класс

Теория физической культуры и спорта.

Форма: собеседование по темам (устно).

Темы: 1. Профилактика травматизма на занятиях физической культуры.

2. Спортивные игры (футбол, баскетбол) и технические, тактические действия.

Нормативы по физической культуре для основной медицинской группы.

10- 11 класс

1. Бег 60 м, 100 м.
2. Кроссовая подготовка.
3. Пресс.
4. Отжимание.
5. Подтягивание.
6. Прыжки на скакалке.