***Име и Презиме*: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*Одд*:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**ПРАШАЊА ЗА ТЕСТ ПО ФИЗИЧКО И ЗДРАВСТВЕНО ОБРАЗОВАНИЕ**

1. Во кои трки се употребува нискиот старт?

а) Во трките на долги патеки 2 бода

б) Во трките на кратки патеки

в) Во трките на средни патеки

2. Во кои трки се употребува високиот старт?

а) Во трките на долги и средни патеки 2 бода

б) Во трките на кратки и средни патеки

в) Во трките на кратки и долги патеки

3. Која од овие техники се употребува за скок во далечина?

а) Згрчена техника 2 бода

б) Скок со стап

в) Техника ножички

4. Која од овие техники се употребува за скок во височина ?

а) Увината техника 2 бода

б) Опчекорна техника

в) Трискок

5. Колку изнесува должината на трката маратон ?

а) 32.195 км 2 бода

б) 52,195 км

в) 42,195 км

6. Наброј пет елементи од партерна гимнастика ?

1.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 3.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 4.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 5.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

3 бода

7. На колку справи вежбаат машките гимнастичари ?

а) 8 2 бода

б) 7

в) 6

8. На колку справи вежбаат женските гимнастичарки?

а) 3

б) 4

в) 5 2 бода

9. Колку секунди трае нападот во кошаркарскиот натпревар?

а) 20 сек. 3 бода

б) 24 сек.

в) 25 сек.

10. На која височина е поставен кошаркарскиот обрач?

а) 2.95 м 3 бода

б) 3 м

в) 3.05 м

11. На која далечина е поставена линијата за шут за 3 поени?

а) 6.25 м 2 бода

б) 6.50 м

в) 6.75 м

12. Кои се димензиите на едно кошаркарско игралиште?

а) 28x15 м 3 бода

б) 32x16 м

13. Колку играчи учествуваат во еден ракометен натпревар ( играчи во терен )?

а) 5+1 2 бода

б) 6+1

в) 7+1

14. Колку е времетраењето на еден ракометен натпревар ?

а) 2 х 25 мин 2 бода

б) 2 х 30 мин

в) 2 х 35 мин

15. Колку право на измена( да влезат и излезат од игра ) имаат играчите во ракометниот натпревар ?

а) 5 пати 3 бода

б) 10 пати

в) неограничено

**Бодовна листа**

Од 1 до 7 бодови 1 (единица)

Од 8 до 14 бодови 2 (двојка)

Од 15 до 21 бодови 3 (тројка)

Од 22 до 28 бодови 4 (четворка)

Од 29 до 35 бодови 5 (петка)

Одговорите да ги пратите најдоцна до 07 јуни на мојот mail:jmihajlovska4@gmail.com

Проф. Јасминка Михајловска Стојановска