***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