**Предмет : Физичко и Здравствено Образование**

6 – то одделение : активности за период од 18.05.2020 до 22.05.2020 год.

Наставна Тема за 6-то одделение : Ракомет

* Ракомет
* Совладување и Увежбување на техниката игра на два гола со примена на правила <https://www.youtube.com/watch?v=NEasONngksA>

**Писмен Тест :**

 **Тематски тест по Физичко и Здравствено Образование за-VI одд.- II**

Име и Презиме:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Одд.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Упаство за работа: На поставените прашања, одговори со заокружување на буквите пред точниот одговор и со одговарање во рамките на дадениот простор.**

1. Наброј три основни елементи од техниката во Кошарка:

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ = 2 бода

2. Кошаркашкиот став може да биде паралелен и дијагонален.

а) точно б) погрешно = 1 бод

3. Фаќањето,држењето и додавањето на топката во Кошарката може да биде со една и две раце

а) точно б) погрешно = 1 бод

4. Водењењто топка во Кошарката може да биде во место и во движење.

а) точно б) погрешно = 1 бод

5. Натпреварот во Кошарката трае 40 мин. поделени на 4-ри четвртини од по 10 мин.

а) точно б) погрешно = 1 бод бода

6. Од колку играчи (без резервите) е составена една Кошаркашка екипа:

а) 5 б) 6 в) 7 г) 11 = 1 бод

7. Ритмичката гимнастика е исклучиво женски спорт.

а) точно б) погрешно = 1 бод

8. Наброј три народни ора по сопствен избор:

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ = 2 бода

9. Наброј два современи танци по сопствен избор:

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ = 2 бода

10. Наброј три елементи од партерна гимнастика ( акробатика ):

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ = 2 бода

11.Кој елемент е прескок преку јарец:

а) колут напред б) став на раце в) згрчка г) мост = 1 бод

 **Максимално можни бодови = 15**

**Вкупно бодови** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ **Оценка\_**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Легенда:

\*до 4 бода = недоволен ( 1)

\*од 5 до 7 = доволен (2)

\*од 8 до 10 = добар (3)

\*од 11 до 13 = мн.добар (4)

\*од 14 до 15 = одличен (5)

Дата:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Наставник:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

* Прашањата треба да ги одговорите и да ги пратите на,

Email : simovski.sime@yahoo.com

со реден број на прашањето и одговорот , во зависност од тоа дали треба да е пишан или заокружен одговорот. Молба до сите ученици да ги известат своите соученици во врска со писмениов тест , однапред ви благодарам , Спортски поздрав .

Email : simovski.sime@yahoo.com

 **Одговорен Наставник :**

 **Симе Симовски**