Вопросы по физической культуре для учащихся 8 класса,

находящихся на смешанном обучении.

1. Что такое самоконтроль? Из чего он состоит? Примеры.

2. Зачем физкультурнику систематически вести дневник самоконтроля?

3. Какие показатели характеризуют хорошее состояние здоровья?

4. Назовите элементы личной гигиены человека?

5. Назовите виды травматизма.

6. Как правильно оказать помощь при ушибах и растяжениях?

7. Когда появились первые физические упражнения и игры?

8. Когда были проведены первые древнегреческие Олимпийские игры?

9. Расскажите о возрождении олимпийского движения.

10. Назовите наиболее значимые события в физической культуре и спорте

в ХХ веке.