




# ТЕСТ ПО ОБЖ ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ 9 КЛАССА

«Основы здорового образа жизни»

# 1. ЧТО ТАКОЕ ДВИЖЕНИЕ?

- А. Естественная потребность организма человека.
  - В. Безусловный рефлекс человека.
  - С. Перемещение человека на какое-либо расстояние, строго вперед.
- 

## 2. КАК НАЗЫВАЕТСЯ НЕДОСТАТОК ДВИЖЕНИЯ?

- А) гиперактивность.
- Б) гиподинамия.
- В) гидроцефалия.
- Г) энцефалит

### 3. МАКСИМАЛЬНЫЙ ПИК РАБОТОСПОСОБНОСТИ ПРИХОДИТСЯ НА ПЕРИОД ВРЕМЕНИ:

- А) с 12:00 до 14:00.
- Б) с 07:00 до 10:00
- В) с 21:00 до 00:00
- Г) весь день
- Д) ЭТИХ ПИКОВ НЕ СУЩЕСТВУЕТ

## 5) РЕКОМЕНДУЕМОЕ РАССТОЯНИЕ ЧЕЛОВЕКА ДО ТЕЛЕВИЗОРА?

- А) 30 см
- Б) 45 см
- В) 150 см
- Г) 300 см
- Д) 100 см