**Вариант 1**

1. **Можно ли читать лёжа?**

А. Нельзя

Б. Можно

В. Иногда можно

1. **Зачеркни лишний предмет**

А.  Б.  В.

**3. Зачем нужно заниматься физкультурой?**

А. Чтобы не болеть

Б. Чтобы стать сильным и здоровым

В. Чтобы быстро бегать

**4. Гимнастическая палка, обруч, мяч, гантели, скакалка-это:**

А. Предметы для игры

Б. Школьные принадлежности

В. Спортивный инвентарь

**5. Что поможет тебе правильно распределять время:**

А. Часы

Б. Режим дня

В. Секундомер

**Ответы:**

**1.** А.

**2.** В.

**3.** Б.

**4.** В.

**5.** Б.

**Вариант 2**

**1. Лучший отдых-это:**

А. Движение

Б. Просмотр телевизора

В. Рисование

**2. Что помогает проснуться твоему организму:**

А. Еда

Б. Утренняя зарядка

В. Будильник

**3. Для чего нужны физкультминутки?**

А. Снять утомление

Б. Чтобы проснуться

В. Чтобы быть здоровым

**4.Чтобы осанка была правильной нужно:**

А. Заниматься физкультурой

Б. Развивать все мышцы тела

В. Плавать

**5. Зачеркни лишний предмет**

А.  Б.  В.

**Ответы:**

**1.** А.

**2.** Б.

**3.** А.

**4.** Б.

**5.** В.

**Вариант 3**

**1. Подвижные игры помогут тебе стать:**

А. Умным

Б. Сильным

В. Ловким, метким, быстрым, выносливым

**2.Выбери физические качества человека:**

А. Доброта, терпение, жадность

Б.Сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость

В. Скромность, аккуратность, верность

**3. Зачеркни лишний предмет**

А.  Б.  В.

**4. Людям какой профессии необходима сила?**

А. Продавец

Б. Строитель

В. Водитель

**5. Можно ли читать лёжа?**

А. Нельзя

Б. Можно

В. Иногда можно

**Ответы:**

**1.** В.

**2.** Б.

**3.** В.

**4.** Б.

**5.** А.

**Вариант 4**

**1. Что такое сила?**

А. Способность с помощью мышц производить активные действия

Б. Способность совершать большое количество движений за короткий промежуток времени

В. Способность переносить физическую нагрузку длительное время

**2. В каких профессиях может понадобиться умение лазать?**

А. Пожарный

Б. Врач

В. Повар

**3. Чтобы осанка была правильной нужно:**

А. Заниматься физкультурой

Б. Развивать все мышцы тела

В. Плавать

**4. Зачеркни лишний предмет**

А.  Б.  В.

**5. Метание развивает:**

А. Глазомер, координацию, укрепляет мышцы рук и туловища

Б. Быстроту, выносливость

В. Гибкость, ловкость

**Ответы:**

**1.** А.

**2.** А.

**3.** Б.

**4.** В.

**5.** А.

**Вариант 5**

**1. В каком виде спорта нужно быть быстрым:**

А. Гимнастика

Б. Плавание

В. Гиревой спорт

**2. Зачем нужно заниматься физкультурой?**

А. Чтобы не болеть

Б. Чтобы стать сильным и здоровым

В. Чтобы быстро бегать

**3. Гибкость – это:**

А. Умение делать упражнение « ласточка»

Б. Умение садиться на « шпагат»

В. Способность выполнять движения, используя максимальную подвижность суставов

**4. Можно ли читать лёжа?**

А. Нельзя

Б. Можно

В. Иногда можно

**5. Зачеркни лишний предмет**

А.  Б.  В.

**Ответы:**

**1.** Б.

**2.** Б.

**3.** В.

**4.** А.

**5.** В.

**Вариант 6**

**1. Какое упражнение поможет тебе стать сильнее?**

А. Подтягивание

Б. Прыжки через скакалку

В. Челночный бег

**2. Зачеркни лишний предмет**

А.  Б.  В.

**3. Ловкость – это:**

А. Умение жонглировать

Б. Умение лазать по канату

В. Способность выполнять сложные движения

**4. Равновесие - это:**

А. Способность кататься на велосипеде

Б. Способность сохранять устойчивое положение тела

В. Способность ходить по бревну

**5. Выбери физические качества человека:**

А. Доброта, терпение, жадность

Б.Сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость

В. Скромность, аккуратность, верность

**Ответы:**

**1.** А.

**2.**В.

**3.** В.

**4.** Б.

**5.** Б.

**Вариант 7**

**1. Зачеркни лишний предмет**

А.  Б.  В.

**2. Зачем нужно заниматься физкультурой?**

А. Чтобы не болеть

Б. Чтобы стать сильным и здоровым

В. Чтобы быстро бегать

**3. Гимнастическая палка, обруч, мяч, гантели, скакалка-это:**

А. Предметы для игры

Б. Школьные принадлежности

В. Спортивный инвентарь

**4. Что поможет тебе правильно распределять время:**

А. Часы

Б. Режим дня

В. Секундомер

**5. В каком виде спорта нужно быть быстрым:**

А. Гимнастика

Б. Плавание

В. Гиревой спорт

**Ответы:**

**1.**В.

**2.** Б.

**3.** В.

**4.** Б.

**5.** Б.

**Вариант 8**

**1. В каких профессиях может понадобиться умение лазать?**

А. Пожарный

Б. Врач

В. Повар

**2. Ловкость – это:**

А. Умение жонглировать

Б. Умение лазать по канату

В. Способность выполнять сложные движения

**3. Зачеркни лишний предмет**

А.  Б.  В.

**4. Чтобы осанка была правильной нужно:**

А. Заниматься физкультурой

Б. Развивать все мышцы тела

В. Плавать

**5. Что помогает проснуться твоему организму:**

А. Еда

Б. Утренняя зарядка

В. Будильник

**Ответы:**

**1.** А.

**2.** В.

**3.**В.

**4.**Б.

**5.**Б.