Тест по

 «Физической культуре»

 на дистанционном обучении

 для 2 классов

Выберите 1 правильный ответ из всех предложенных.

**1 вариант.**

**1. Что такое физическая культура?**

А) Прогулка на свежем воздухе

Б) Занятия физическими упражнениями, играми, спортом

В) Выполнение упражнений

**2. Зачем нужно заниматься физкультурой?**

А) Чтобы быть здоровым и сильным

Б) Чтобы быстро бегать

В) Чтобы не болеть

**3. Что поможет нашему организму проснуться?**

А) Будильник

Б) Зарядка

В) Завтрак

**4. Какая форма нужна для урока физкультуры?**

А)  Б) 

В) 

**5. Какой из этих мячей волейбольный?**

А)  Б) В) 

**6. Выберите построение в шеренгу?**

 А)  Б)

**7. В какой игре мяч забрасывают в корзину?**

 А) Баскетбол

 Б) Волейбол

 В) Футбол

**8. Правильный бросок мяча в кольцо?**

А) Из-за головы

Б) От груди

**9. Физические качества у человека это - …**

А) Вежливость, терпение, жадность
**Б)**  Сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость
В) Грамотность, лень, мудрость.

**10. С чего начинается разминка на уроке физкультуры?**

А) С прыжков

Б) С ходьбы

В) С бега

**2 вариант.**

**1. Правильное распределение времени на занятия и отдых – это …**
А. Режим питания
**Б.** Режим дня
В. Двигательная активность

 **2. Соедини линиями:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Глаза  |  | Орган слуха |
|  |  |  |
| Уши  |  | Орган обоняния |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Нос  |  | Орган зрения |

**3.** **Обруч, мяч, гантели, скакалка-это:**
А. Предметы для игры
Б. Школьные принадлежности
**В.** Спортивный инвентарь

 **4.** **Выбери полезные для здоровья продукты:**

А. Яблоко, лук, чеснок, бутер-брод

Б. Лук, яблоко, чеснок, морковь

**5.** **Для чего нужна разминка на уроке физической культуры?**
А. Для удовольствия
**Б.** Для разогрева мышц к основной нагрузке
В. Для веселья

**6. Перечислите все зимние виды спорта которые вы знаете..**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**7. Перечислите все летние виды спорта которые вызнаете.. ­­­­­­­­­­­­­­­­­­\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**8. На какой картинке изображена техника прыжка в длину с места?**

**А)** **Б) **

**9. Челночный бег – это..**

А. Бег на длинные дистанции

Б. Бег на короткие дистанции в прямом и обратном движении

**10. Зачеркните лишнее …**

А.  Б.  В. 

Г.  Д. 

**3 вариант**

**1.** **Что такое быстрота?**

 А. Способность переносить физическую нагрузку длительное время

 Б. Способность с помощью мышц производить активные действия

 В. Способность совершать большое количество движений за короткий промежуток времени

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

А. Умным

Б. Сильным

В. Ловким, метким, быстрым, выносливым

**3. Командные спортивные игры это:**

А. Теннис, хоккей, шашки

Б. Футбол, волейбол, баскетбол

В. Бадминтон, шахматы, лапта

**4. В какой стране зародились Олимпийские игры?**

А. Греция

Б. Египет

В. Болгария

**5. Какой отдых НЕ способствует сохранению здоровья?**

А. Прогулки

Б. Компьютерные игры

В. Спортивные игры

**6. Выбери физические качества человека:**

А. Доброта, терпение, жадность

Б.Сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость

В. Скромность, аккуратность, верность

**7. Почему надо чаще мыть руки?**

А. Чтобы не заболеть

Б. Чтобы сохранить кожу

В. Чтобы руки были красивыми

**8. Равновесие - это:**

А. Способность кататься на велосипеде

Б. Способность сохранять устойчивое положение тела

В. Способность ходить по бревну

**9. Какие упражнения способствуют поддержанию правильной осанки?**

А) удержание предмета на голове, стоя на месте 

Б) прыжки в длину с разбега 

В) игры с мячом 

**10. Сложные прыжки которые мы выполняем на уроке физкультуры на сколько счетов?**

А) 8

Б) 12

В) 6