

Тест по физической культуре 1-4 класс:

1. К гимнастическим относятся следующие снаряды:

- а) перекладина, конь, брус
- б) лыжи, гимнастические кольца, скакалка
- в) волан, канат, коньки

2. Сколько видов медалей существует в современных Олимпийских играх:

- а) 2
- б) 3
- в) 4

3. В какой обуви необходимо находиться на уроке физкультуры:

- а) тапочки
- б) ботинки
- в) кроссовки

4. Что олицетворяют олимпийские кольца:

- а) единение континентов
- б) основные принципы Олимпийских игр
- в) виды спорта, в которых соревнуются участники Олимпийских игр

5. При помощи чего можно взбодрить организм человека, чтобы быстрее проснуться утром:

- а) плавание
- б) будильника
- в) зарядки

6. С какого года проводят зимние Олимпийские игры:

- а) 1916
- б) 1924
- в) 1910

7. Какая разновидность медалей не используется для награждения спортсменов:

- а) золотые
- б) серебряные
- в) оловянные

8. В каком году были возобновлены Олимпийские игры в Греции после длительного перерыва:

- а) 1896
- б) 1900
- в) 1912

9. Как называется обувь, которую носят игроки в игре «футбол»:

- а) мокасины
- б) кроссовки
- в) бутсы

10. Прозрачная оболочка глаза:

- а) хрусталик
- б) роговица
- в) зрачок

11. В какой части урока проводится разминка:

- а) в начале
- б) в конце
- в) в середине

12. Что помогает человеку определять расстояние:

- а) слух
- б) зрение
- в) осязание

13. Что такое «осанка»:

- а) стандартная позиция тела
- б) позиция нахождения тела во время ходьбы
- в) физкультура для спины

14. Принимать душ рекомендуется:

- а) после и до физических упражнений

- б) до физических упражнений
- в) после физических упражнений

15. С какой целью проводится на уроках физической культуры разминка:

- а) чтобы подготовить мышцы к дальнейшим физическим нагрузкам
- б) чтобы закаляться
- в) чтобы быть красивым и здоровым