

Тестовое задание по физической культуре для 2 класса

1. **Осанка — это ...**
 - а) обычное положение тела;
 - б) положение тела при ходьбе;
 - в) необычное положение тела;
 - г) упражнения для спины.
2. **Разминку проводят -**
 - а) в начале урока;
 - б) в конце урока;
 - в) в середине урока;
 - г) в любой части урока.
3. **Закаливанием нужно заниматься -**
 - а) периодически;
 - б) постоянно;
 - в) по желанию;
 - г) в зависимости от погоды.
4. **Третий лишний - ...**
 - а) подвижная игра;
 - б) спортивная игра;
 - в) уличная игра;
 - г) олимпийский вид спорта.
5. **Какое основное физическое качество нужно для бега на длинные дистанции?**
 - а) быстрота;
 - б) гибкость;
 - в) сила;
 - г) выносливость.
6. **Виды построений на уроке физической культуры:**
 - а) колонна, шеренга, круг;
 - б) линейка;
 - в) трапеция;
 - г) полукруг.
7. **Для игры в «Третий лишний» учащиеся строятся в...:**
 - а) круг;
 - б) колонну ;
 - в) шеренгу;
 - г) полукруг.
8. **Сколько уроков физической культуры в неделю проводится в школе?**
 - а) 1;
 - б) 2;
 - в) 3;
 - г) 4.
9. **Для игры в «Вышибалы» нужен:**
 - а) волейбольный мяч;
 - б) футбольный мяч ;
 - в) баскетбольный мяч;
 - г) набивной мяч.
10. **Какое основное физическое качество необходимо для выполнения сгибаний и разгибаний рук (отжиманий)?**
 - а) быстрота;
 - б) сила ;

- в) гибкость;
- г) выносливость.

11. Утреннюю гигиеническую гимнастику выполняют -

- а) вечером;
- б) утром;
- в) в обед;
- г) днем.

12. Разминка на уроке физкультуры нужна -...

- а) для удовольствия;
- б) для подготовки мышц к основной нагрузке;
- в) для красоты тела;
- г) расширения кругозора.

13. Олимпийские игры бывают -

- а) летние и зимние;
- б) осенние и весенние;
- в) весенне-летние;
- г) осенне-зимние.

14. Лыжные гонки относят к ...

- а) летнему виду спорта;
- б) осеннему виду спорта;
- в) весеннему виду спорта;
- г) зимнему виду спорта.

15. В двигательный режим дня младшего школьника входят:

- а) утренняя зарядка, урок физкультуры, занятия в спортивных секциях;
- б) спортивные занятия;
- в) подвижные игры;
- г) спортивные игры.