

**Входное тестирование теоретических знаний по физической культуре  
3 класс**

**A.**

**1. Выбери физические качества человека:**

- А) доброта, терпение, жадность;
- Б) сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость;
- В) скромность, аккуратность, верность

**2. 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




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

- А) умным
- Б) сильным
- В) ловким, метким, быстрым, выносливым

**4. Как нужно носить портфель, чтобы не было искривления позвоночника?**

- А) портфель одет на одно плечо;
- Б) портфель находится равномерно на двух плеча;
- В) портфель находится в одной руке.

**B. Соотнесите вид спорта и спортивные принадлежности.**

1	баскетбол	А	
2	хоккей	Б	
3	теннис	В	

А) 1Б, 2А, 3В

Б) 1А, 2Б, 3В

В) 1Б, 2В, 3А

Г) 1В, 2А, 3Б

**Ключ к тесту**

	А				В
<b>Вопрос</b>	1	2	3	4	5
<b>Ответ</b>	Б	В	В	Б	В

## Оценка теста

«2»	«3»	«4»	«5»
0-49%	50-64%	65-89%	90-100%
от максимальной суммы баллов	от максимальной суммы баллов	от максимальной суммы баллов	от максимальной суммы баллов

### Промежуточное тестирование теоретических знаний по физической культуре 3 класс

**A.**

**1. Утренняя гимнастика – это..:**

- А) важный элемент двигательного режима, где сосредоточен комплекс физических упражнений;
- Б) метод быстрого просыпания;
- В) один из методов похудения

**2. Осанка - это:**

- А) положение тела при движении;
- Б) положение тела;
- В) привычное положение тела в пространстве;

**3. Гимнастика бывает:**

- А) художественной;
- Б) спортивной;
- В) спортивной, художественной и ритмической

**4. Какой вид программы представлял программу первых Олимпийских игр Древней Греции?**

- А) метание копья;
- Б) борьба;
- В) бег на один стадий;
- Г) бег на четыре стади

**B.**

**Назови 5 гимнастических спортивных снарядов.**

### Ключ к тесту

	<b>A</b>				<b>B</b>
<b>Вопрос</b>	1	2	3	4	
<b>Ответ</b>	<b>A</b>	<b>B</b>	<b>B</b>	<b>B</b>	<b>Брусья, перекладина, бревно, конь, козел</b>

**Итоговое тестирование  
теоретических знаний по физической культуре  
3 класс**

**А.**

**1. Одна из главных причин нарушения осанки**

- А) травма;
- Б) слабая мускулатура тела;
- В) неправильное питание,

**2. Какое физическое качество развивается при длительном беге в медленном темпе?**

- А) сила;
- Б) выносливость;
- В) быстрота;
- Г) ловкость

**3. Командные спортивные игры это:**




- А) теннис, хоккей, шашки;
- Б) футбол, волейбол, баскетбол;
- В) бадминтон, шахматы, лапта

**4. Что означает слово «баскетбол»:**

- А) ворота;
- Б) сумка-мяч;
- В) корзина-мяч;

**В.**

**Талисманами зимних Олимпийских игр в Сочи 2014 были выбраны, назови их**

А	Б	В	Г
			все ответы верны

**Ключ к тесту**

	А				В
Вопрос	1	2	3	4	
Ответ	<b>Б</b>	<b>Б</b>	<b>Б</b>	<b>В</b>	<b>Г</b> (Белый мишка, Зайка, Леопард)