

# Интерактивный тест для 3 класса по физической культуре «Физические способности»

[Начать тест](#)

Подготовила:  
учитель физической культуры  
Лямина Елена Владимировна



Интерактивный тест по физической культуре выполнен для обучающихся 3 класса.

**Цель теста:** выявление уровня теоретических знаний по физической культуре у учеников .

В тесте содержится 10 вопросов и 3 варианта ответа, нужно выбрать правильный, каждый правильный ответ приравнивается к 1 баллу, неправильный ответ 0 баллов, в конце теста баллы суммируются и по количеству баллов выставляется оценка.

Тест выполнен с помощью программы Power Point.



# Физические качества-это

А

индивидуальные особенности,  
определяющие уровень двигательных  
возможностей человека;

Б

врожденные морфофункциональные  
качества, благодаря которым возможна  
физическая активность человека

В

комплекс способностей занимающихся  
физической культурой и спортом, выраженных  
в конкретных результатах.



# Неверно



[Еще раз](#)

Продолжить тест



# Правильно!

Продолжить тест



# К основным физическим качествам относятся:

А

Выносливость, сила, ловкость, быстрота, гибкость

Б

Рост, вес, становая сила, объем бицепсов

В

Бег, прыжки, метание, ходьба



# Неверно



Еще раз

Продолжить тест



# Правильно!

Продолжить тест



**Укажите вид спорта, который обеспечивает наибольший эффект в развитии гибкости:**

**А тяжелая атлетика**

**Б плавание**

**В гимнастика**



# Неверно



Еще раз

Продолжить тест



# Правильно!

Продолжить тест



**Какие упражнения считаются развивающими  
силу:**

**А ПОДТЯГИВАНИЯ, ОТЖИМАНИЯ**

**Б НАКЛОНЫ**

**В ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ**



# Неверно



Еще раз

Продолжить тест



# Правильно!

Продолжить тест



# Какие упражнения развивают выносливость:

А ВИС

Б ПРЫЖКИ

В ДЛИТЕЛЬНЫЙ БЕГ



# Неверно



Еще раз

Продолжить тест



# Правильно!

Продолжить тест



**Какое физическое качество развивает ходьба по гимнастическому бревну:**

А

**СИЛУ**

Б

**ВЫНОСЛИВОСТЬ**

В

**КООРДИНАЦИЮ**



# Неверно



Еще раз

Продолжить тест



# Правильно!

Продолжить тест



**Какое тестовое задание служит для определения гибкости:**

**А наклон вперёд**

**Б челночный бег**

**В подтягивание на перекладине**



# Неверно



Еще раз

Продолжить тест



# Правильно!

Продолжить тест



# Физические качества развиваются:

- А сами по себе
- Б при обучении
- В целенаправленно



# Неверно



Еще раз

Продолжить тест

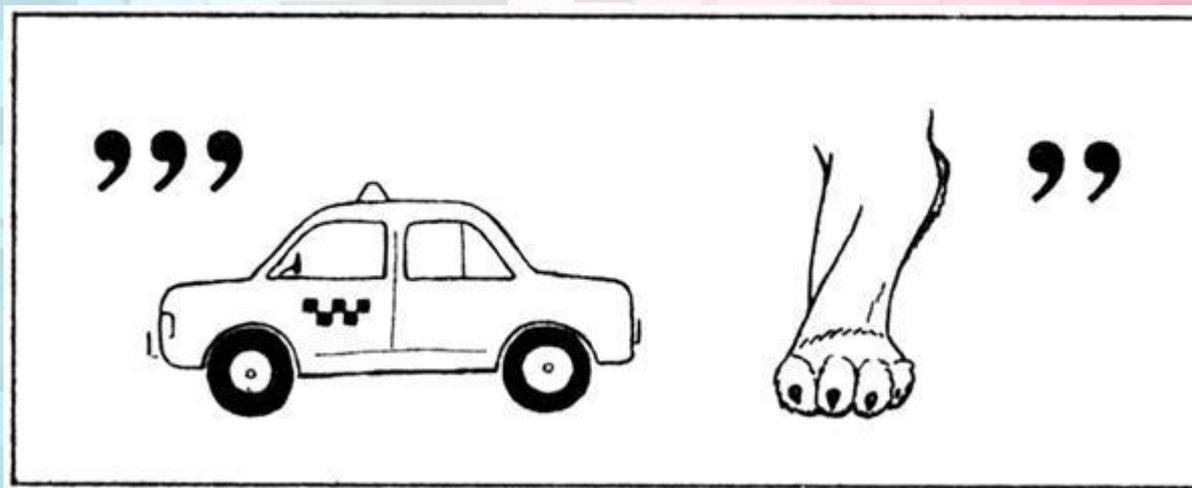


# Правильно!

Продолжить тест



# Разгадайте ребус:



А

СИЛА

Б

СКОРОСТЬ

В

СМЕЛОСТЬ

# Неверно



Еще раз

Продолжить тест



# Правильно!

Продолжить тест



# Источник:

<https://kurspresent.ru/fon-dlya-prezentaczii-detskij-sportivnyij> фон;

В.И. Лях. Физическая культура 1-4 классы. М., Просвещение, 2016

