

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

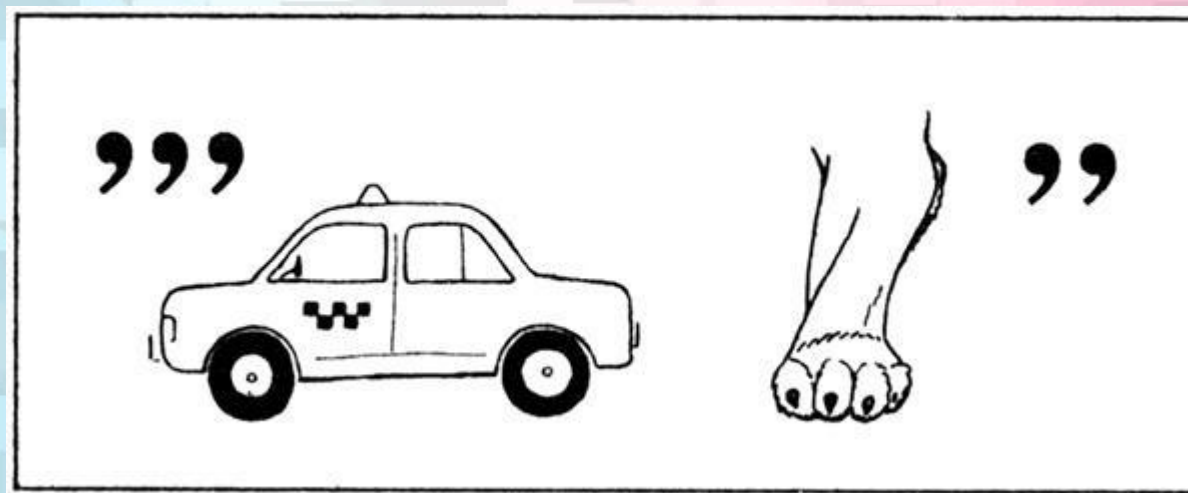


Правильно!

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

