1. Гимнастическая палка, обруч, мяч, скакалка — это:

а) предметы для игры;

б) школьные принадлежности;

в) спортивный инвентарь.

2. Что поможет тебе правильно распределить время?

а) часы;

б) режим дня;

в) секундомер.

3. Лучший отдых — это:

а) еда;

б) утренняя зарядка;

в) будильник.

4. Для чего нужна физкультура?

а) снять утомление;

б) чтобы проснуться;

в) чтобы быть здоровыми.

5. Выбери физические качества человека:

а) доброта, терпение, жадность;

б) сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость;

в) скромность, аккуратность, верность.

6. В каких профессиях может понадобиться умение лазать?

а) пожарный;

б) врач;

в) повар.

7. Лучший отдых — это:

а) движение;

б) просмотр телевизора;

в) рисование.

8. Для чего нужна физкультминутка?

а) снять утомление;

б) чтобы проснуться;

в) чтобы быть здоровым.

9. Равновесие — это:

а) способность кататься на велосипеде;

б) способность сохранять устойчивое положение тела;

в) способность ходить по бревну.

10. Какое упражнение поможет тебе стать сильнее?

а) подтягивание;

б) прыжки через скакалку;

в) челночный бег.

11. В каком виде спорта нужно быть быстрым?

а) гимнастика;

б) плавание;

в) гиревой спорт.

12. Что включает в себя лёгкая атлетика?

13. В какой игре нужно забить мяч в ворота сопернику?