**Терминологический диктант по физической культуре для учащихся 1 классов.**

 Тест содержит 10 вопросов на знание терминов по физической культуре. Вопросы в тесте разные: выбрать правильный ответ из предложенных, глядя на картинку, написать название её, дано определение термина, написать сам термин, перечислить и др.

**Вопросы теста:**

1. **Что такое «физическая культура»? Выбери правильный ответ и обведи его.**

А) спорт;

Б) здоровье;

В) занятия физическими упражнениями, знания о своём организме, личной гигиене, закаливании, режиме дня, правильном питании;

Г) игра.

1. **Напиши, что это такое одним словом «…это привычное положение тела, когда человек сидит, стоит или передвигается».**
2. **Как называют спортсмена, который занимается легкой атлетикой?** **Выбери правильный ответ и обведи его.**

А) гимнаст;

Б) хоккеист;

В) пловец;

Г) атлет.

1. **Соблюдение температуры воды, воздуха и принятие солнечных ванн, всё это относится к…. Выбери правильный ответ и обведи его.**

А) личная гигиена;

Б) закаливание;

В) физическая культура;

Г) режим дня.

1. **Основную энергию для организма дают… Выбери правильный ответ и обведи его.**

А) занятия физическими упражнениями;

Б) белки, жиры, углеводы;

В) конфеты и шоколад;

Г) занятия музыкой и танцами.

1. **Как называется упражнение, которое выполняет ученик. Напиши.**

****

**\_Ответ: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

1. **Что такое «Олимпиада»? Выбери правильный ответ и обведи его.**

А) четырехлетний период между Олимпийскими играми;

Б) двухлетний период между Олимпийскими играми;

В) краткое значение Олимпийских игр;

Г) соревнования, проводимые во время Олимпийских игр.

1. **К личной гигиене относится…Выбери несколько правильных ответов и обведи их.**

А) чистка зубов;

Б) чистка ковров;

В) смена постельного белья;

Г) мытье рук и тела;

Д) расчесывание волос.

1. **Что относится к спортивной одежде и обуви? Выбери правильные ответы и обведи их.**

 А) Б) В) Г) Д)

 **** 

1. **Напиши, как называются эти снаряды.**

А) **** Б)  В)  Г) 

А) \_\_\_\_\_\_\_

Б)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

В)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Г\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

За каждый правильный ответ начисляются баллы. За 1,3,4,5,7,8,9 – по 1 баллу. За 2, 6, 10 – по 2 балла. Максимальное количество набранных баллов – 13.

На отметку «5» необходимо набрать 13 баллов.

На отметку «4» - 11-12 баллов.

На отметку «3» - 9-10 баллов.

**6.Какую команду выполнили ребята?**

А. Равняйсь!

Б. Вольно!

В. Смирно!

Г. Становись!

**7.Как называется расстояние между ребятами?**

А. Шеренга

Б. Дистанция

В. Колонна

Г. Интервал