

Діагностична робота
з фізичної культури
учня 1 А класу
Порцелянівського ліцею
(сімейна форма навчання)

Прочитай завдання, обери одну правильну відповідь.

1. Що таке фізична культура?

- А) Прогулянка на свіжому повітрі;
- Б) Виконання ранкової гімнастики;
- В) Заняття фізичними вправами, іграми та спортом.

2. Що допомагає прокинутися нашому організму?

- А) Сніданок;
- Б) Будильник;
- В) Ранкова зарядка.

3. Для чого треба займатися фізкультурою?

- А) Щоб бути в гарному настрою;
- Б) Щоб швидко бігати й стрибати;
- В) Щоб стати сильним і здоровим.

4. М'яч, обруч, гантелі – це

- А) спортивний інвентар;
- Б) шкільне приладдя;
- В) предмети для ігор.

5. Які бувають Олімпійські ігри?

- А) Осінні і зимові;
- Б) Весняні і літні;
- В) Зимові і літні.

6. Які види спорту відносяться до літніх?

- А) Футбол;
- Б) Фігурне катання;
- В) Баскетбол.

7. Яка їжа корисна для здоров'я?

- А) Булки, цукерки, піца;
- Б) Морозиво, газовані напої, тістечка ;
- В) М'ясо, фрукти, овочі.

8. Яка тривалість сну, що є нормою для школяра?

- А) Можна спати, скільки завгодно;
- Б) 8-9 годин;
- В) Не менше 10 годин.

9. Як краще провести літні канікули?

- А) Займатися спортом та гуляти на свіжому повітрі;
- Б) Дивитися телевізор та грати на телефоні;
- В) Постійно навчатися та читати книжки.