



Утверждаю:

Директор МБОУ «СОШ № 141 г. Челябинска»

М.Б. Донцова

**Контрольная работа по физической культуре за 2 четверть
2 класс, для учащихся с ОВЗ ЗПР (вариант 7.1., 7.2.)**

1. К основным контрастным закаливающим процедурам относят:

- Сауна, контрастное обтирание, русская баня
- Обливание холодной водой, контрастный душ, финская баня
- Русская баня, хождение босиком по росе, сауна
- Все варианты верные

2. Назовите разновидности Олимпийских игр.

- осенне-зимние
- летние и зимние
- весенне-летние
- весенние и осенние

3. Что такое «осанка»?

- физкультура для спины
- позиция нахождения тела во время ходьбы
- стандартная позиция тела
- измененная (неправильная) позиция тела

4. Каким главным качеством должен обладать спортсмен, участвующий в беге на длинные расстояния?

- проворство
- выносливость
- ловкость
- сила

5. С какой целью проводится на уроках физической культуры разминка?

- чтобы быть красивым и здоровым
- чтобы расширить свой кругозор
- чтобы закаляться
- чтобы подготовить мышцы к дальнейшим физическим нагрузкам

6. Каким термином можно назвать совокупность таких вещей: «гантели», «обруч», «скакалка», «мяч»?

- школьные принадлежности
- инвентарь для спорта
- игровые предметы
- личные вещи

7. Что является лучшим отдыхом для человека?

- движение
- чтение книг, просмотр фильмов
- живопись
- танцы

8. Какие вы знаете виды построений на уроке физической культуры?

- прямоугольник
- колонна, шеренга, круг
- планка
- квадрат

9. При помощи чего рационально распределяется время?

- книг
- игр
- режима дня
- сна

10. Что относится к физическим упражнениям?

- прослушивание музыки
- прогулка
- прыжки на скакалке
- чтение книг

11. Какое физическое упражнение способствует выработке силы?

- челночный бег
- эстафета
- подтягивание на турнике
- «березка»

12. Опора человека – это ...

- скелет
- ноги
- руки
- голова

13. К командным спортивным играм относятся:

- баскетбол, хоккей, футбол, регби
- шашки, волейбол, теннис
- футбол, шахматы, бадминтон
- теннис, хоккей, шашки