



Утверждаю:

Директор МБОУ «СОШ № 141 г. Челябинска»

М.Б. Донцова

**Входящая контрольная работа по физической культуре
3 класс, для учащихся с ОВЗ ЗПР (вариант 7.1., 7.2.)**

1. Как часто сейчас проводятся Олимпийские игры?

1 раз в 3 года

1 раз в 4 года

каждый год

2 раза в год

волейбол

футбол

бадминтон

баскетбол

3. Выберите вариант ответа со всеми способами закаливания

обтирание, обливание, приём контрастного душа, купание в водоёмах

грение, обтирание, обливание, приём контрастного душа

грение, обтирание, обливание, приём контрастного душа, купание в водоёмах

обливание, приём контрастного душа, купание в водоёмах

4. Выберите вариант ответа со всеми способами естественного передвижения

бег, ходьба, прыжки

бег

ходьба

бег и ходьба

5. Что используется для измерения массы человека?

рулетка

весы

термометр

тонометр

6. Какие части тела должны касаться стены при правильной осанке?

затылок, лопатки, ягодицы и икроножные мышцы

затылок, лопатки и ягодицы

затылок, лопатки, ягодицы, икроножные мышцы и пятки

затылок, лопатки и пятки

7. Выберите вариант ответа с основными физическими качествами

сила, быстрота и выносливость

сила, быстрота, выносливость, гибкость и равновесие

сила, быстрота, выносливость и гибкость

сила и быстрота

8. Выберите вариант ответа с правильно написанным Олимпийским девизом

"Быстрее, выше, сильнее!"

"Сильнее, выше, быстрее!"

"Выше, быстрее, сильнее!"

"Выше, сильнее, быстрее!"

9. Какое физическое качество развивает упражнение "Цапля"?

выносливость

координация

быстрота

ловкость

10. Какое физическое качество развивает бег на длинные дистанции?

выносливость

координация

ловкость

гибкость