

**Мамандық бойынша тест: 2-пән**

1. Оқушылардың дене тәрбиесі сабағы арнайы ұйымдастырылған \_\_\_\_\_ жолмен жүргізіледі

- A) 2
- B) 3
- C) 8
- D) 6
- E) 5
- F) 4
- G) 7
- H) 9

2. Президенттік деңгей сынамасы \_\_\_\_\_

- A) жан-жақты дене тәрбиесі даярлығы бар дені сау адамдар үшін арналған
- B) құқық қорғау қызметкерлерінің денсаулық деңгейін анықтайды
- C) спорт шеберлеріне арналған
- D) спорт шебері үміткерлеріне арналған
- E) арнайы медициналық топ оқушыларына арналған
- F) дене қасиеттері дамыған, дене тәрбиесімен айналысатындарға арналған
- G) тек мемлекеттік қызметкерлердің денсаулық деңгейін анықтайды
- H) барлық тұрғындардың білім деңгейін көрсетеді арналған

3. Қыз балалар үшін төзімділік статикалық, динамикалық жұмыс тәртібінде \_\_\_\_\_ дамиды

- A) 7-8 жас
- B) 11-12 жас
- C) 5-6 жас
- D) 14-15 жас
- E) 8-9 жас
- F) барлық жас кезеңінде
- G) 10-11 жас
- H) 6-7 жас

4. Жылдамдық-

- A) жарыс кезінде қарсыласынан басым түсуі
- B) қимыл-қозғалыс әрекеттерін қысқа уақыт ішінде орындау
- C) дене тәрбиесі жаттығулары
- D) бұлшық ет құрылымдарының функционалдық белсенділігі
- E) адамның қимыл-қозғалыс аппараттарының орталық пен перифериялық жүйке құрылымының көрінісінің бірлігі
- F) қозғалыс әрекеті
- G) сыртқы қарсылықты жеңу
- H) ұзақ уақытта орындалады

5. Неміс мектептік гимнастикасының авторы А. Шписс дене шынықтыру сабағының құрылымын \_\_\_\_\_ бөлді

- A) 2
- B) 5
- C) 4
- D) 6
- E) 7
- F) 9
- G) 10
- H) 3

6. Дене мәдениеті жүйесінің бағдарлама-нормативтік негізіне жатады

- A) дене тәрбиесінің мемлекеттік бағдарламасы
- B) еңбек заңы
- C) білім беру заңы
- D) қауіпсіздік ережелері
- E) мемлекеттік спорттық классификация
- F) президенттік сынама

7. Гигиеналық факторлар дегеніміз

- A) әдіс тәсілдер
- B) қимыл белсенділігі
- C) су, күн көзі
- D) жеке бас гигиенасы
- E) ауа
- F) шынығу
- G) дене жаттығулары
- H) теріні күту

8. Баланың спорт түріне бейімділігін деңгейін анықтайтын кешенді шара

- A) спорттық іріктеу
- B) кешенді тест
- C) баланың жетістіктері
- D) ата-аналарымен әңгіме
- E) президенттік сынама
- F) таланттылығын бағалау және талдау
- G) баланың дене дамуы мен спорт түріндегі сынақтар көрсеткіштері

9. Мектептерде дене тәрбиесі жұмыстарын ұйымдастырудың негізгі құжаты

- A) оқу ұйымдастыру жоспарлары
- B) сабақтық жұмыс жоспары
- C) дене тәрбиесінің оқу бағдарламасы
- D) жалпы дене тәрбиесі және спорт жұмыстары жоспары, дене тәрбиесі сабақтарының жоспары
- E) әр сабақтық жоспар
- F) жылдық күнтізбелік жарыс жоспары
- G) педагогикалық бақылау мен есеп жоспары

10. Бастауыш сынып жасындағы оқушылардың қандай дене қасиеттерін дамытуды назарда ұстау қажет

- A) күш
- B) төзімділік
- C) ептілік
- D) жылдамдық
- E) иілгіштік
- F) күш-жылдамдығы