

Дене шынықтыру

Бір дұрыс жауабы бар тапсырма

1. Дене тәрбиесімен айналысудағы сауықтыру жұмыстарының ең алғашқы бастамасы
 - A) саптағы жаттығулар
 - B) спорттық гимнастика жаттығулары
 - C) күнделікті бой жазу жаттығулары
 - D) белтемірдегі жаттығулар
 - E) үйірмелердегі жаттығулар

Бір немесе бірнеше дұрыс жауабы бар тапсырма

2. Футболда допты тоқтату әдісі
 - A) аяқпен
 - B) арқамен
 - C) екі қолмен
 - D) бір қолмен
 - E) өкшемен
 - F) кеудемен

Мәнмәтіндік тапсырма

1-мәнмәтін

Бір дұрыс жауабы бар 5 тапсырма

Айнұр көркем гимнастикадан спорт шеберіне үміткер. Бүгін оны жарысқа қатысатын күні, бірақ Айнұр бапкеріне келіп аяғын созып алғанын айтты. Жаттықтырушы оны дәрігерге апарып көрсетті. Дәрігер Айнұрға жарысқа қатысуына тыйым салды.

1. Дәрігер тексерудің нәтижесін _____ мәлімдейді
 - A) мұғалімдерге
 - B) мектеп әкімшілігіне
 - C) педагогикалық кеңесте
 - D) оқушыларға
 - E) семинарларда
2. Сымбаттылықпен қатар эстетикалық тәрбиеге баулитын гимнастика түрі
 - A) негізгі гимнастика
 - B) спорттық гимнастика
 - C) емдік гимнастика
 - D) көркем гимнастика
 - E) өндірістік гимнастика

3. Жыл басындағы дәрігерлік бақылаудың қорытындысы бойынша оқушылардың топтарға бөлінуі

- A) негізгі топ, даярлық топ, күшті топ
- B) негізгі топ, даярлық топ, ұзартылған топ
- C) негізгі топ, екінші топ, арнайы топ
- D) ұзартылған топ, даярлық топ, арнайы топ
- E) негізгі топ, даярлық топ, арнайы топ

4. Үш бөлімнен тұратын жалпыға белгілі сабақтың құрылысы

- A) кіріспе гимнастика
- B) спорттық мейрамдар
- C) дене тәрбиесі сабағы
- D) көркем гимнастика
- E) қозғалмалы үзіліс

5. Икемділікті қажет ететін спорт түрі

- A) сермелесу
- B) көркем гимнастика
- C) волейбол
- D) мәнерлеп сырғанау
- E) жүзу