

## **Вариант I.**

**1. Инструкция:** Выберите буквы правильного ответа.

**Содержание вводной части составляют:**

- а) подскоки;
- б) строевые упражнения;
- в) ОРУ;
- г) упражнения на внимание;
- д) различные виды ходьбы и бега

**2. Инструкция:** Закончите утверждающее высказывание.

**Физкультурное занятие проводится, начиная ..... группы.**

**3. Инструкция:** Выберите из предложенных правильный ответ:

- а) дети распределяются по подгруппам (2-4) и каждая подгруппа получает отдельное задание
- б) дети выполняют упражнения сменами, по несколько человек одновременно, остальные наблюдают
- в) все дети выполняют движения, следуя друг за другом (один еще не закончил выполнять задание, а другой уже приступил к нему)

**4. Инструкция:** Установите соответствие в длительности занятия:

- |                            |             |
|----------------------------|-------------|
| 1. первая младшая группа   | 20-25 минут |
| 2. средняя группа          | до 15 минут |
| 3. подготовительная группа | 35 минут    |

**5. Инструкция:** Выберите правильный ответ:  
**пик нагрузки в ....**

- а) основных упражнениях
- б) заключительной части
- в) подвижной игре

## Вариант II.

### 1. Инструкция: Закончите утверждающее высказывание.

Ведущая форма организованного, систематического обучения детей двигательным умениям и навыкам называется .....

### 2. Инструкция: Выберите правильный ответ:

Задача заключительной части занятия предусматривает:

- а) Совершенствование всех физиологических функций организма,
- б) Подготовка организма к интенсивной работе, разогреть организм ребенка,
- в) Создание интереса и эмоционального настроения,
- г) Снизить физическую нагрузку, привести организм ребенка в относительно спокойное состояние.

### 3. Моторная плотность выражается формулой:

А) 
$$\frac{\text{время занятия} + \text{оправданный простой}}{\text{длительность занятия}} \times 100 \%$$

Б) 
$$\frac{\text{время, заданное на движение}}{\text{длительность занятия}} \times 100\%$$

### 4. Инструкция: Установите соответствия:

Моторная плотность	а) 80 % - 95 %
Общая плотность	б) 70 % - 85 %

### 5. Инструкция: Выберите из предложенных

**правильный ответ:** Фронтальный способ - это:

- а) Каждый ребенок выполняет задание самостоятельно под контролем воспитателя.
- б) Дети выполняют упражнения сменами по несколько человек одновременно, остальные наблюдают.
- в) Все дети выполняют упражнения одновременно.

**Ключ к 1 варианту:** 1 абгд, 2- 1 мл.гр, 3 в, 4- 1б,2а,3в, 5- в.

**Ключ ко 2 варианту:** 1 физ.занятие, 2-г, 3-б, 4 – 1б,2а, 5- в