

7-8 сынып оқушыларына арналған «Дене шынықтыру» пәні бойынша

тест тапсырмалары

Тестовые задания по предмету «Физическая культура»

для учащихся 7-8 классов

Облыс (қала)/Область (город) _____ Аты-жөні/ФИО _____

1-нұсқа/1-вариант

Сұрақтар мен ұсынылған жауаптар	Вопросы и предлагаемые ответы	Жауаптар/ Ответы
Жеңіл атлетика	Легкая атлетика	
1. Жүгіру кезінде эстафеталық таяқша беріледі: А) қолға лақтыру арқылы В) қолға салып беру арқылы С) қолдан - қолға лақтыру арқылы	1. Эстафетная палочка при беге передается: А) броском в руку В) вкладыванием в руку С) перебрасыванием из руки в руку	
2. Спринтерлік жүгіру - бұл: А) қысқа қашықтыққа жүгіру В) ұзақ қашықтыққа жүгіру С) орта қашықтыққа жүгіру	2. Спринтерский бег – это: А) бег на короткие расстояния В) бег на длинные расстояния С) бег на средние расстояния	
3. Ойлы - қырлы жермен жүгіру ... деп аталады: А) стипль-чез В) жедел-марш С) кросс	3. Бег по пересеченной местности называется: А) стипль-чез В) марш-бросок С) кросс	
4. Кросс – бұл: А) ойлы-қырлы жермен жүгіру В) орта қашықтыққа жүгіру С) ұзақ қашықтыққа жүгіру	4. Кросс – это: А) бег по пересеченной местности В) бег на средние дистанции С) бег на длинные дистанции	
5. Екпінмен ұзындыққа секіру шартты түрде кезендерге бөлінеді: А) сөре, бастапқы жүгіру, серпілу, қону В) 10 жүгіру қадамы, серпілу, қону С) екпін, серпілу, ұшу, қону	5. Прыжок в длину с разбега условно делится на следующие фазы: А) старт, стартовый разбег, отталкивание, приземление В) 10 беговых шагов, отталкивание, приземление С) разбег, отталкивание, полет, приземление	
Гимнастика	Гимнастика	
6. Бастапқы қалып (Б.қ) - бұл: А) физикалық жаттығулар басталар кездегі дененің қалпы В) бастапқы тұрыс С) жаттығуды орындау кезіндегі адам денесінің қалпы	6. Исходное положение (и.п.) – это: А) положение тела, из которого начинается выполнение физического упражнения В) исходная стойка С) положение тела человека при выполнении упражнения	
7. Оқушылардың біреуін екіншісінің жанына бір сызыққа тұрғызу: А) қатар	7. Построение учащихся в одну линию один возле другого называется:	

<p>В) сап С) шеп</p>	<p>А) шеренга В) колонна С) фронт</p>	
<p>8. Дене келбетінің бұзылуының алдын алу үшін қажетті жаттығулар: А) жылдамдық жаттығулары В) дененің барлық буындарының біркелкі дамуына бағытталған жаттығулар С) күш жаттығулары</p>	<p>8. Для профилактики нарушения осанки необходимо выполнять: А) скоростные упражнения В) упражнения, направленные на равномерное развитие всех звеньев тела С) силовые упражнения</p>	
<p>9. Параллель (ерлер), әртүрлі биіктікке (эйелдер) қоссырық (брусья) пен кермеде жасалатын негізгі жаттығулар: А) іліну мен тірену В) секіру және бұрылу С) тұрыстар мен аунаулар</p>	<p>9. На параллельных (мужских), разновысоких (женских) брусьях и перекладине используются основные упражнения: А) висы и упоры В) прыжки и повороты С) стойки и кувырки</p>	
<p>10. Мәнерлі жүру - бұл: А) «Қарсы бағытпен», «ирелеңдей», диагональ бойынша, спираль бойынша В) жылдам қадаммен шеңбер бойымен қозғалу С) команда бойынша кері бағытта қозғалыс</p>	<p>10. Фигурная маршировка - это: А) движение «противоходом», «змейкой», по диагонали, по спирали В) движение по кругу быстрым шагом С) движение в обратном направлении по команде</p>	
<p>Шаңғы жаттығулары</p>	<p>Лыжная подготовка</p>	
<p>11. Егер шаңғышыны қуып жеткен қарсыласы шаңғы жолын босатуды сұраса, онда: А) шаңғышы жол бермеуі мүмкін В) шаңғышы екі шаңғымен шаңғы жолынан шығып кетуі керек С) шаңғышы тоқтап қарсыласына оны айналып өтуге мүмкіндік беруі керек</p>	<p>11. Если соперник, догнавший лыжника, просит уступить ему лыжню, то: А) лыжник может не уступать лыжню В) лыжник должен уступить лыжню, сойдя с нее обеими лыжами С) лыжник должен остановиться и дать сопернику обойти его</p>	
<p>12. Бір мезгілді қадамсыз қозғалыс қолданылады: А) кішігірім ойлы-қырлы жерлер мен жазық бұрылыстарда В) жақсы сырғанау кезінде жазықпен көтерілуде С) жақсы сырғанау кезінде тегістікпен және жазықпен түсуде</p>	<p>12. Одновременный безшажный ход применяется на: А) небольших неровностях и пологих поворотах В) пологих подъемах при хорошем скольжении С) пологих спусках и на равнине при хорошем скольжении</p>	
<p>13. Шаңғымен төмен түсу барысында әртүрлі тұрыстар қолданылады. Тұрыс түрінің таңдалуы: А) ауа температурасына В) жер бедеріне, беткей ұзындығы мен тіктігіне С) шаңғы өлшеміне байланысты</p>	<p>13. Для преодоления спусков применяются различные стойки. Их выбор зависит от: А) температуры воздуха В) рельефа местности, длины и крутизны склона С) размера лыж</p>	

<p>14. Шаңғышының қозғалыс бағыты өзгерген кезде қозғалыстағы бұрылыстар қолданылады. Үлкен жылдамдықта қозғалыс бағытын біркелкі өзгерту үшін қолданылатын әдіс:</p> <p>А) «Бұрылып құлау» В) «Адымдап өту» С) «Тіреуіш» арқылы</p>	<p>14. При изменении направления движения лыжника применяются повороты в движении. При большой скорости, для плавного изменения направления движения, применяется способ:</p> <p>А) поворот «завалом» В) поворот «переступанием» С) поворот «упором»</p>	
<p>15. Шаңғы спорты дамытатын негізгі физикалық қабілет:</p> <p>А) икемділік В) төзімділік С) қозғалыс үйлесімдігі</p>	<p>15. Лыжный спорт развивает основное физическое качество:</p> <p>А) гибкость В) выносливость С) координация</p>	
<p>Спорттық ойындар</p>	<p>Спортивные игры</p>	
<p>16. Егер волейболда төрешінің доп беруге рұқсатынан кейін ойыншы допты лақтырып, соққы жасамаса онда:</p> <p>А) ойын жалғасады В) қайтадан доп бере алады С) доп қарсылас командаға беріледі</p>	<p>16. Если после разрешения судьи на подачу в волейболе подающий игрок подбросил мяч и не произвел по нему удар, то ...:</p> <p>А) игра продолжается В) можно сделать ещё раз подачу С) мяч отдается команде соперника</p>	
<p>17. Баскетбол ойыны ширектен тұрады:</p> <p>А) бес В) төрт С) алты</p>	<p>17. Баскетбольный матч состоит из ... четвертей:</p> <p>А) пять В) четыре С) шесть</p>	
<p>18. Доп себетке лақтырылғанға дейін командада болуы мүмкін:</p> <p>А) 24 секунд б) 15 секунд С) 18 секунд</p>	<p>18. Мяч может находиться у команды до момента выполнения броска по кольцу:</p> <p>А) 24 секунды В)15 секунд С)18 секунд</p>	
<p>19. Футболшы бір ойында қанша сары қағаз алуы мүмкін:</p> <p>А) 3 В) 1 С) 2</p>	<p>19. Сколько желтых карточек может получить футболист на одну игру максимально:</p> <p>А) 3 В) 1 С) 2</p>	
<p>20. Үлкен футболда аут қалай енгізіледі:</p> <p>А) аяқпен В) баспен С) қолмен</p>	<p>20. Аут в большом футболе вводится:</p> <p>А) ногой В) головой С) руками</p>	
<p>Ұлттық ойындар</p>	<p>Национальные игры</p>	
<p>21. Ойыншылар жүрісті кезекпен бастайды. Бірінші жүрісті ... бастайды:</p> <p>А) жеребе немесе ойыншалардың келісімі бойынша В) жарыс төрешісінің шешімімен</p>	<p>21. Игроки делают ход по очереди. Кто ходит первым – выбирается по...:</p> <p>А) по жребью либо по соглашению игроков</p>	

С) дене шынықтыру мұғалімінің шешімімен	В) по решению судьи соревнования С) по решению учителя физкультуры	
22. Тоғызқұмалақ ойынында №3 және №4 отауларының атауы: А) атөтпес және атсыратар В) белбасар және бел С) арт және тектұрмас	22. Отау под №3 и 4 в игре «Тоғызқұмалақ» называются: А) атөтпес и атсыратар В) белбасар и бел С) арт и тектурмас	
23. Саусақтары жұдырық болып жиналып, төмен қаратылып созылған қол түріндегі қимылдың аталуы: А) алшы В) бүк С) шік	23. Жест в виде вытянутой руки, когда пальцы рук собраны в кулак и повернуты вниз, называется: А) алшы В) бүк С) шік	
24. Тоғызқұмалақ ойынындағы ойын отауларының жалпы саны: А) 18 В) 16 С) 13	24. Общее количество игровых отау в игре Тоғызқұмалақ: А) 18 В) 16 С) 13	
25. Тоғызқұмалақ ойынындағы №7 және №8 отаулардың атауы: А) атөтпес және атсыратар В) қандықакпан және көкмойын С) арт және тектұрмас	25. Отау под №7 и 8 в игре Тоғызқұмалақ называются: А) атөтпес и атсыратар В) кандыкакпан и көкмойын С) арт и тектұрмас	

7-8 сынып оқушыларына арналған «Дене шынықтыру» пәні бойынша

тест тапсырмалары

Тестовые задания по предмету «Физическая культура»

для учащихся 7-8 классов

Облыс (қала)/Область (город) _____ Аты-жөні/ФИО _____

2-нұсқа/ 2-вариант

Сұрақтар мен ұсынылған жауаптар	Вопросы и предлагаемые ответы	Жауаптар/ Ответы
Жеңіл атлетика	Легкая атлетика	
1. Спортшы қысқа қашықтыққа жүгіру кезінде жүгіреді: А) барлығы бір жолмен В) әркім өз жолымен С) әркім өз қалауынша	1. Во время бега на короткие дистанции спортсмены бегут: А) все по одной дорожке В) каждый по своей дорожке С) кому как хочется	
2. Төменгі сөреден ... жүгіру басталады: А) қысқа қашықтыққа В) орта қашықтыққа С) ұзақ қашықтыққа	2. С низкого старта начинают бег: А) на короткие дистанции В) на средние дистанции С) на длинные дистанции	
3. Екпінмен ұзындыққа секіру шартты түрде кезеңдерге бөлінеді: А) сөре , бастапқы жүгіру, серпілу, қону В) 10 жүгіру қадамы, серпілу, қону С) екпін, серпілу, ұшу, қону	3. Прыжок в длину с разбега условно делится фазы: А) старт, стартовый разбег, отталкивание, приземление В) 10 беговых шагов, отталкивание, приземление С) разбег, отталкивание, полет, приземление	
4. Эстафеталық жүгіруде эстафеталық таяқшаны беру аймағының ұзындығы: А) 20 метр В) 25 метр С) 30 метр	4. Длина зоны для передачи эстафетной палочки в эстафетном беге составляет: А) 20 метров В) 25 метров С) 30 метров	
5. Жеңіл атлетикадағы спринттік жүгіруге жатады: А) 5000 м жүгіру В) 100 м жүгіру С) марафон жүгірісі	5. К спринтерскому бегу в лёгкой атлетике относится...: А) бег на 5000м В) бег на 100м С) марафонский бег	
Гимнастика	Гимнастика	
6. Бастапқы қалып (Б.қ) - бұл: А) физикалық жаттығулар басталар кездегі дененің қалпы В) бастапқы тұрыс С) жаттығуды орындау кезіндегі адамның дене қалпы	6. Исходное положение (и.п.) – это: А) положение тела, из которого начинается выполнение физического упражнения В) исходная стойка С) положение тела человека при выполнении упражнения	
7. Жалпы дамыту жаттығуларын бастау командасы:	7. Команда для начала общеразвивающих упражнений:	

<p>A) «Жаттығуды орындауға кіріс» B) «Рұқсат» C) «Жаттығуды бас-та!»</p>	<p>A) «Приступить к выполнению упражнения» B) «Можно» C) «Упражнение начи-най!»</p>	
<p>8. Керме мен қоссырықта (брусья) жаттығулар жасау кезінде қолмен ұстау тәсілдері: A) жоғарыдан, төменнен, аралас B) қарама-қарсы, көлденең, кері C) күшті, әлсіз, орташа</p>	<p>8. При выполнении упражнений на перекладине и брусьях используются хваты руками: A) сверху, снизу, смешанный B) встречный, поперечный, обратный C) сильный, слабый, средний</p>	
<p>9. Снарядтардағы жаттығулар аяқталғаннан кейін орындалады: A) секіру B) секіріп түсу C) секіріп шығу</p>	<p>9. После завершения упражнений на снарядах выполняется: A) спрыгивание B) соскок C) сход</p>	
<p>10. Гимнастикалық жаттығуларды техникалық орындау үшін қандай физикалық қасиеттерді қалыптастыру қажет: A) жылдамдық, реакция B) тездік, төзімділік C) күш, икемділік, ептілік</p>	<p>10. Для техничного выполнения гимнастических упражнений необходимо формировать физические качества: A) скорость, реакция B) быстрота, выносливость C) сила, гибкость, ловкость</p>	
<p>Шаңғы жаттығулары</p>	<p>Лыжная подготовка</p>	
<p>11. Шаңғымен таудан төмен сырғанағандағы таяқтардың қалыбы: A) шаңғылардың алдында B) денеге қысып, өткір ұштары артқы жаққа қараған C) екі жағында</p>	<p>11. При спуске с горы на лыжах, палки находятся: A) впереди лыж B) прижаты к телу, острые концы сзади C) в стороны</p>	
<p>12. Шаңғымен жүрудің ең кең таралған тәсілі: A) алма-кезек екі адымды жүріс B) бір мезгілді адымсыз жүріс C) бір мезгілді екі адымды жүріс</p>	<p>12. Самый распространенный способ передвижения на лыжах: A) попеременный двухшажный ход B) одновременный безшажный ход C) одновременный двухшажный ход</p>	
<p>13. Төменге түсу кезінде таяқтардың дұрыс қалыбы: A) шынтакпен денеге қысып, артқа созып, қарға тигізбеу B) қолдар алдыға, таяқтарды шығыршықтарымен алға қарай ұстау C) қолдарды төмен ұстап, таяқтардың қарда еркін сырғуы</p>	<p>13. Во время преодоления спусков палки правильно держать следует: A) прижаты локтями к туловищу, отведены назад, не касаются снега B) руки вперед, палки кольцами вперед C) руки вниз, палки свободно скользят по снегу</p>	
<p>14. Шаңғы тебудің ең жылдам жолы - бұл: A) сырғылы B) алма-кезек екі адымды</p>	<p>14. Самый быстрый способ передвижения в лыжном спорте это: A) коньковый</p>	

С) бір мезгілді бір адымды	В) попеременный двухшажный С) одновременный одношажный	
15. Шаңғы спорты дамытатын негізгі физикалық қабілет: А) икемділік В) төзімділік С) қозғалыс үйлесімдігі	15. Лыжный спорт развивает основное физическое качество: А) гибкость В) выносливость С) координация	
Спорттық ойындар	Спортивные игры	
16. Егер волейболда допты беру кезінде доп торға тиіп, қарсылас жағына ұшып кетсе, онда ...: А) ойын жалғасады В) қайтадан доп беруге болады С) доп қарсылас командаға беріледі	16. Если при подаче мяч в волейболе, мяч коснулся сетки и перелетел на сторону соперника, то ...: А) игра продолжается В) можно сделать ещё раз подачу С) мяч отдается команде соперника	
17. Баскетболда айып допты себетке лақтырғанда түсірсе неше ұпай болып есептеледі: А) 1 ұпай В) 2 ұпай С) 3 ұпай	17. За одно попадание мяча в кольцо при штрафном броске в баскетболе, засчитывается: А) 1 очко В) 2 очко С) 3 очко	
18. Футбол ойыны кезінде алаңда бір командада қанша адам болуы керек: А) 11 В) 22 С) шексіз	18. Во время игры в футбол на поле в одной команде должно находится: А) 11 игроков В) 22 игрока С) неограниченное количество игроков	
19. Үлкен футболда аут қалай енгізіледі: А) аяқпен В) басымен С) қолмен	19. Аут в большом футболе вводится: А) ногой В) головой С) руками	
20. Футбол ойынында бұрыштама соққысы қашан тағайындалады: А) қорғаныс командасының ойыншысына тиген доп қақпа сызығын кесіп өтіп, ал гол соғылмаған кезде В) қорғаныс командасының ойыншысы айып алаңында сары қағаз алғанда В) шабуылдаушы команданың ойыншысына тиген доп бүйірлік сызықты кесіп өтсе	20. В футболе угловой удар назначается когда: А) мяч, коснувшийся игрока обороняющейся команды, пересек линию ворот, а гол забит не был В) игрок обороняющейся команды получил желтую карточку в штрафной площади С) мяч, коснувшийся игрока атакующей команды, пересек боковую линию	
Ұлттық ойындар	Национальные игры	
21. Құмалақ саны жұп болатын отаудың атауы...: А) ашық В) жабық С) тұздық	21. «Отау» с четным количеством құмалақ называются...: А) открытые В) закрытые С) тұздық	

<p>22. Тоғызқұмалақ ойынында №3 және №4 отауларының атауы: А) атөтпес және атсыратар В) белбасар және бел С) арт және тектұрмас</p>	<p>22. Отау под №3 и 4 в игре «Тоғызқұмалақ» называются: А) атөтпес и атсыратар В) белбасар и бел С) арт и тектурмас</p>	
<p>23. Саусақтары жұдырық болып жиналып, төмен қаратылғанда созылған қол түріндегі қимыл атауы: А) алшы В) бүк С) шік</p>	<p>23. Жест в виде вытянутой руки, когда пальцы рук собраны в кулак и повернуты вниз, называется: А) алшы В) бүк С) шік</p>	
<p>24. Тоғызқұмалақ ойынында «Тең түсу» жарияланады, егер ойыншылар құмалақ жинаса...: А) 81 құмалақ В) 70 құмалақ С) 82 құмалақ</p>	<p>24. «Ничья» в игре Тоғызқұмалақ объявляется если у игроков по...: А) 81 құмалақ В) 70 құмалақ С) 82 құмалақ</p>	
<p>25. Тоғызқұмалақ ойынындағы №7 және №8 отаулардың атауы: А) атөтпес және атсыратар В) кандықакпан және көкмойын С) арт және тектұрмас</p>	<p>25. Отау под №7 и 8 в игре Тоғызқұмалақ называются: А) атөтпес и атсыратар В) кандыкакпан и көкмойын С) арт и тектұрмас</p>	

7-8 сынып оқушыларына арналған «Дене шынықтыру» пәні бойынша

тест тапсырмалары

Тестовые задания по предмету «Физическая культура»

для учащихся 7-8 классов

Облыс (қала)/Область (город) _____ Аты-жөні/ФИО _____

3-нұсқа/ 3-вариант

Сұрақтар мен ұсынылған жауаптар	Вопросы и предлагаемые ответы	Жауаптар/ Ответы
Жеңіл атлетика	Легкая атлетика	
1. Жеңіл атлетиканың ең қиын түрі: А) онсайыс В) марафон жүгірісі С) балға лақтыру	1. Самый трудный вид в легкой атлетике: А) десятиборье В) марафонский бег С) метание молота	
2. Ұзақ қашықтыққа жүгіру ... дамытады: А) ептілікті В) шапшаңдықты С) шыдамдылықты	2. Бег на длинные дистанции развивает: А) ловкость В) быстроту С) выносливость	
3. Қысқа қашықтыққа жүгірудің атауы: А) спринт В) марафон С) кросс	3. Бег на короткие дистанции называется: А) спринт В) марафон С) кросс	
4. Екпінмен ұзындыққа секіру шартты түрде кезеңдерге бөлінеді: А) сөре, бастапқы жүгіру, серпілу, қону В) 10 жүгіру қадамы, серпілу, қону С) екпін, серпілу, ұшу, қону	4. Прыжок в длину с разбега условно делится на следующие фазы: А) старт, стартовый разбег, отталкивание, приземление В) 10 беговых шагов, отталкивание, приземление С) разбег, отталкивание, полет, приземление	
5. Эстафеталық жарыста команда мүшесі жүгіруге құқылы: А) бір кезең В) екі кезең С) маңызды емес	5. Участник команды в эстафетном беге имеет право бежать: А) один этап В) два этапа С) не имеет значения	
Гимнастика	Гимнастика	
6. Сапқа тұру мен қайта тұрудан, орнында және қозғала бұрылулардан, жүру мен жүгірудің әртүрлі тәсілдерінен, таралулар мен бірігулерден тұратын жаттығулар: А) арнайы жаттығулар В) жалпы дамыту жаттығулары С) саптық жаттығулар	6. Упражнения, состоящие из построений и перестроений, поворотов на месте и в движении, различных способов ходьбы и бега, размыканий и смыканий – это: А) специальные упражнения В) общеразвивающие упражнения С) строевые упражнения	

<p>7. Бағыттаушы - : А) сапта соңғы қозғалатын оқушы В) мұғалімге бетімен тұрған оқушы С) сапта бірінші болып жүретін оқушы</p>	<p>7. Направляющий -: А) учащийся, двигающийся в колонне последним В) учащийся, располагающийся лицом к учителю С) учащийся, идущий в колонне первым</p>	
<p>8. Өз қауіпсіздігі – бұл: А) гимнасттың қауіпті жағдайлардан өз бетінше шығу қабілеті В) төменнен жоғарыға жылжу кезінде оқушыға қысқа мерзімді көмек С) оқушының қозғалыстың белгілі бір нүктесінде кешігуі</p>	<p>8. Самостраховка – это: А) способность гимнаста самостоятельно выходить из опасных положений В) кратковременная помощь ученику при перемещении снизу вверх С) задержка ученика в определенной точке движений</p>	
<p>9. Тірек секірудің соңғы кезені: А) секіру В) қону С) шығу</p>	<p>9. Последняя фаза опорного прыжка называется: А) спрыгивание В) приземление С) сход</p>	
<p>10. Керме мен қоссырықта (брусья) жаттығулар жасау кезінде қолмен ұстау тәсілдері: А) жоғарыдан, төменнен, аралас В) қарама-қарсы, көлденең, кері С) күшті, әлсіз, орташа</p>	<p>10. При выполнении упражнений на перекладине и брусьях используются хваты руками: А) сверху, снизу, смешанный В) встречный, поперечный, обратный С) сильный, слабый, средний</p>	
<p>Шаңғы жаттығулары</p>	<p>Лыжная подготовка</p>	
<p>11. Таяқты серпігеннен кейін: А) таяқшаны бас бармақ пен сұқ саусақпен ұстап тұрып, шаңғының бауына сүйену керек В) саусақтарды ашпай, таяқты мықтап ұстау керек С) қолды түзу ұстап, содан кейін бұғу қажет</p>	<p>11. При завершении толчка палкой необходимо: А) опереться на темляк, удерживая палку большим и указательным пальцем В) крепко держать палку, не разжимая пальцы С) выпрямить, а потом согнуть руку в локте</p>	
<p>12. Сырғи адыммен көтерілуді қолдану жағдайы: А) жақсы сырғанау кезінде жазықпен көтерілуде В) жақсы сырғанау кезінде тік жарларда С) орташа ылдильқта көтерілуде</p>	<p>12. Подъем скользящим шагом применяется на: А) пологих подъемах при хорошем скольжении В) крутых подъемах при хорошем скольжении С) подъемах средней крутизны</p>	
<p>13. Төменге түсу кезінде төменгі тұрысты қолдану мақсаты: А) төменге сырғанау кезінде баяулау үшін В) түсу кезінде максималды жылдамдықты дамыту мақсатында</p>	<p>13. Низкая стойка во время преодоления спуска применяется с целью: А) сбавить скорость на спуске В) развить максимальную скорость на спуске</p>	

С) көтерілгеннен кейін демалу үшін	С) отдохнуть после подъема	
14. Ерекше жағдайларда, егер төменге түсу кезінде кедергі пайда болса, қолданылатын шұғыл тежеу әдісі: А) «Тіреуіш арқылы» В) «Соқамен» С) «Қасақана құлау арқылы»	14. В исключительных случаях, если на спуске появляется препятствие, для экстренного торможения применяется способ: А) «упором» В) «плугом» С) «преднамеренного падения»	
15. Тар шаңғы жолында немесе еңісте шаңғыларды шешпей, бұрылудың ең жылдам тәсілі: А) оң аяғыңызды оңға қарай сермеу В) секіру С) шаңғының ұшымен айналу	15. На узкой лыжне или на склоне самый быстрый разворот на месте, не снимая лыж: А) махом правой ноги вправо В) прыжком С) переступанием вокруг носков	
Спорттық ойындар	Спортивные игры	
16. Егер волейболда допты берген ойыншы алаң сызығын басып тұрса немесе оны кесіп өтсе, онда: А) ойын жалғасады В) қайтадан доп бере алады С) доп қарсылас командаға беріледі	16. Если при подаче мяча в волейболе, подающий игрок наступает на линию подачи на площадке или переходит ее, то ...: А) игра продолжается В) можно сделать ещё раз подачу С) мяч отдается команде соперника	
17. Баскетболдағы төрттен бір кезеңнің ұзақтығы: А) 10 мин. В) 15 мин. С) 20 мин.	17. Продолжительность одной четверти в баскетболе: А) 10 мин. В) 15 мин. С) 20 мин.	
18. Баскетболда допты себетке орта сызықтан немесе жақын қашықтықтан бір рет түсуіне ... есептеледі: А) 1 ұпай В) 2 ұпай С) 3 ұпай	18. В баскетболе за одно попадание мяча в кольцо со средней линии или близкой дистанции засчитывается: А) 1 очко В) 2 очка С) 3 очка	
19. ФИФА қағидаларына сәйкес негізгі уақытта футболда қанша ауыстыру бар: А) 3 В) 5 С) шектеусіз	19. Сколько замен в футболе во время основного времени согласно правилам ФИФА: А) 3 В) 5 С) не ограничено	
20. Волейболдағы «ЛИБЕРО» - бұл...: А) қосалқы ойыншы В) шабуылдаушы ойыншы С) қорғаныс ойыншысы	20. «ЛИБЕРО» в волейболе - это...: А) запасной игрок В) игрок нападения С) игрок защиты	
Ұлттық ойындар	Национальные игры	
21. Тоғызқұмалақ ойынында ойнау отауларының жалпы саны: А) 18 В) 16	21. Общее количество игровых отау в игре Тоғызқұмалақ: А) 18 В) 16	

С) 13	С) 13	
<p>22. Егер қарсыластың отауында құмалақ бітіп, ойыншылар 82 құмалақ жинай алмаса:</p> <p>А) ойын тең деп саналады В) жеңіс кімнің отауында құмалақ қалса соған беріледі С) ойыншы қалған құмалақпен қарсылас ойыншымен бөліседі</p>	<p>22. Если в отау соперника кончаются құмалақ, а 82 құмалақ еще никто не набрал, то:</p> <p>А) объявляется ничья В) победа присуждается игроку, на стороне которого остались құмалақ С) игрок, у которого остались құмалақ, должен поделиться с соперником</p>	
<p>23. Саусақтары жұдырық болып жиналып, төмен қаратылып созылған қол түріндегі қимылдың аталуы:</p> <p>А) алшы В) бүк С) шік</p>	<p>23. Жест в виде вытянутой руки, когда пальцы рук собраны в кулак и повернуты вниз, называется:</p> <p>А) алшы В) бүк С) шік</p>	
<p>24. Өз қазаныңа құмалақты алуға болады, егер:</p> <p>А) отауда 10 құмалақтан асса В) отауда соңғы құмалақ жұп санды құраса С) отауда соңғы құмалақ тақ санды құраса</p>	<p>24. Можно забрать құмалақ в свой казан если:</p> <p>А) в отау больше 10 құмалақ В) последний құмалақ, попавший в отау, делает их количество четным С) последний құмалақ, попавший в отау, делает их количество нечетным</p>	
<p>25. Тоғызқұмалақ ойынында №9 отаудың атауы:</p> <p>А) арт В) бел С) маңдай</p>	<p>25. Отау под №9 в игре Тоғызқұмалақ называется:</p> <p>А) арт В) бель С) маңдай</p>	

