

**Тестові завдання**  
**з дисципліни «Методика проведення рухливих ігор».**

*Базовий рівень.*

1. Які рухливі ігри в педагогічній практиці займають основне місце?
  - а) елементарні рухливі ігри;
  - б) колективні, індивідуальні;
  - в) імітаційні ігри.
  
2. Чим відрізняються рухливі ігри від спортивних?
  - а) вони не мають строго регламентованих правил, системи організації й не потребують спеціальної підготовки;
  - б) необхідні тверді правила, передбачається точна кількість учасників;
  - в) необхідно мати певний рівень загальної і спеціальної підготовки,.
  
3. Ігри, які розподіляються за видами рухів,- це?
  - а) ігри з перебіжками, з опором, орієнтуванням;
  - б) ігри з бігом, зі стрибками у висоту, з метанням, з кидком і ловінням м'яча;
  - в) ігри з легко подоланими перешкодами.
  
4. Імітаційні ігри - це?
  - а) ігри з подоланням перешкод, опором;
  - б) ігри на місцевості;
  - в) ігри, які будуються на основі досвіду дітей, наявних у них уявлень і знань про навколишнє життя, професії дорослих.
  
5. Як групуються рухливі ігри за характером їх рухливості?
  - а) у приміщенні, на відкритім повітрі;
  - б) ігри на уроці, на перерві, на святі;
  - в) ігри великої й середньої рухливості та малорухомі ігри.
  
6. До освітніх завдань належать:?
  - а) удосконалення і закріплення навичок;
  - б) виховання фізичних якостей;
  - в) сприяння нормальному розвитку організму учнів.
  
7. До виховних завдань належать:?
  - а) удосконалення і закріплення навичок;
  - б) виховання фізичних і морально-волевих якостей;
  - в) сприяння нормальному розвитку організму учнів.
  
8. Які рухливі ігри використовуються для розвитку спритності?
  - а) ігри, які спонукають дітей переходити від одних дій до інших відповідно до обставин, що змінюються;
  - б) ігри, що вимагають миттєвих відповідей на звукові, тактильні, зорові сигнали.
  
9. Які рухливі ігри можна застосовувати дітям 1-3 класів для виховання сили?
  - а) ігри, які вимагають прояву короткочасних швидко-силових напружень;
  - б) ігри з нетривалими силовими напруженнями динамічного характеру;
  - в) ігри з досить значними, але нетривалими властиво силовими напруженнями.
  
10. Які рухливі ігри відповідають вихованню витривалості в 1-3 класах ?
  - а) ігри з кількаразовими повторюваннями дій, з безперервною руховою діяльністю,

пов'язаною зі значною витратою сил та енергії;

б) доцільні ігри з досить тривалими безперервними руховими діями.

11. Які рухливі ігри варто використовувати в заключній частині уроку?

а) для концентрації уваги, оволодіння стройовими й загально-розвиваючими вправами;

б) для виконання засобу відновлення;

в) ігри, які сприяють розв'язку головних завдань.

12. Які рухливі ігри недоступні для учнів 1-2 класів?

а) ігри зі складними рухами й взаєминами між граючими;

б) ігри імітаційного й сюжетного характеру.

13. Які рухливі ігри більше подобаються дітям молодшого шкільного віку?

а) ігри з перебіжками, стрибками, ловом;

б) колективні ігри.

14. Які рухи найбільш стомлюють дітей 1-2 класів?

а) рухи на швидкість;

б) силові рухи;

в) одноманітні рухи.

15. Які рухливі ігри, рекомендується проводити з дітьми 1-2 класів?

а) колективні ігри;

б) індивідуальні ігри;

в) сюжетно-ролеві ігри.

16. Чого необхідно уникати при поясненні рухливих ігор дітям 1-3 класів?

а) образності гри;

б) довготривалості у поясненні гри.

17. Які рухливі ігри займають основне місце у підлітків?

а) самостійні;

б) командні;

в) сюжетні.

18. В яких випадках особливо важлива підготовка до проведення гри?

а) коли гра пропонується вперше;

б) коли гра проводиться на свіжому повітрі.

19. Яке значення мають ігри, які проводяться на перерві?

а) гігієнічне, освітнє й оздоровче;

б) виховне й освітнє;

в) гігієнічне й виховне.

20. Які рухливі ігри варто проводити на перерві?

а) прості за змістом, короткотривалі;

б) командні ігри;

в) ігри з м'ячем;

21. Які рухи зобов'язані повторювати гравці за керівником у грі «Заборонений рух»?

а) усі рухи;

б) усі, окрім забороненого;

- в) тільки заборонений;
- г) тільки один, наперед обумовлений;
- д) рухи, що імітують рухи тварин.

22. В яку частину тренування необхідно включити рухливу гру?

- а) в розминку та в основну;
- б) в основну та заключну;
- в) в розминку та заключну.

23. У грі «До своїх прапорців», після якої команди гравці біжать до прапорців?

- а) після першого свистка;
- б) після другого свистка;
- в) після команди «До своїх прапорців!»;
- г) після команди «Зібрати прапорці!».

24. Після яких слів гравці починають рух у грі «Космонавти»?

- а) «спізнілим — місця немає!»
- б) «раз, два, три!»;
- в) «обернемося навколо»;
- г) «космонавти, вперед!».

#### *Середній рівень.*

1. Для вирішення яких завдань використовують рухливі ігри?

- а) освітніх, виховних;
- б) оздоровчих, гігієнічних;
- в) відповіді а) і б).

2. Яким чином варто удосконалювати спритність?

- а) у вправах зі швидкою зміною ситуацій;
- б) де потрібна точність, швидкість і координованість рухів;
- в) корисні старти з різних вихідних положень;
- г) відповіді а) і б).

3. Які вправи найбільш ефективні для виховання витривалості?

- а) в яких бере участь велика кількість м'язових груп;
- б) спеціальні й основні вправи ігрових видів спорту;
- в) вправи, що вимагають негайних рухових реакцій в обставинах, що міняються;

4. Яке значення при проведенні ігор-естафет має доступність ігрових вправ?

- а) для виховання в дітей упевненості в собі;
- б) для подолання страху перед завданням;
- в) для виховання відповідальності.

5. Яке значення для початкових класів мають рухливі ігри з різними дрібними предметами?

- а) підвищують тактильну й м'язово-рухову чутливість;
- б) розвиток спритності;
- в) сприяють удосконаленню рухів рук і пальців;
- г) розвиток швидкості.

6. Які помилки варто вважати дрібними при оцінюванні знань і вмінь учнів у рухливій грі?
- а) помилки пов'язані з невеликими відхиленнями від доцільного використання рухових дій;
  - б) помилки, які не виявляють явно негативного впливу на результати ігрових дій;
  - в) недоцільне застосування рухових дій;
  - г) незнання або порушення основних правил;
7. Як необхідно визначити момент закінчення гри?
- а) за першими ознаками стомлення;
  - б) зменшення зацікавленості;
  - в) порушення правил;
8. Які рухливі ігри в літніх дитячих таборах особливо цінні?
- а) на місцевості, на великих пересічених ділянках;
  - б) що вимагають довгого часу для їх проведення;
  - в) ігри з м'ячем;
9. Як треба розподілити ігри, ігрові вправи і конкурси при проведенні змагань з комплексу рухливих ігор?
- а) у такій послідовності, щоб не допустити перевтоми і перезбудження дітей;
  - б) забезпечити, можливість для оптимального прояву їх здібностей;
  - в) напочатку ігри з високою інтенсивністю;
  - г) напочатку ігри з малою інтенсивністю.
10. Для чого застосовують рухливі ігри в спортивних заняттях?
- а) допомагають знімати втому у юних спортсменів;
  - б) сприяють здійсненню психологічної готовності до змагань;
  - в) служать завданням морально-вольового виховання.
11. Що необхідно знати при підборі рухливих ігор на заняттях у спортивних секціях ?
- а) здібності гравців;
  - б) попередній досвід;
  - в) вік гравців;
12. Які відносини повинні складатися між дітьми й вчителем-тренером на уроці або тренуванні?
- а) співробітницькі;
  - б) авторитарні;
  - в) поважні;
  - г) доброзичливі;
13. Розповідь повинна бути логічною, послідовною. Рекомендується дотримувати наступного плану викладу:
- а) назва гри, роль граючого і їхнього місця розташування, хід гри, мета, правила.
  - б) назва гри, хід гри, роль граючих і їхнього місця розташування, правила, мета.
  - в) назва гри, мета, хід гри, роль граючого і їхнього місця розташування, правила.
14. Для чого необхідно застосовувати рухливі ігри при відборі дітей у спортивні секції?
- а) для виявлення сили дітей;
  - б) для виявлення швидкості дітей;
  - в) для виявлення здібностей і схильності до окремих вправ;

15. Які рухливі ігри доцільно планувати у першій й четвертій чвертях?

- а) ігри з бігом на швидкість, метанням на дальність;
- б) для розвитку спритності, рівноваги, орієнтування;
- в) ігри для розвитку тактичного мислення.

16. Які рухливі ігри доцільно планувати у другій й третьої чвертях?

- а) ігри з бігом на швидкість, метанням на дальність;
- б) для розвитку спритності, рівноваги, орієнтування;
- в) ігри для розвитку тактичного мислення.

17. У чому полягають особливості методики рухливих ігор на уроках фізичної культури?

- а) між рухливими іграми й іншими вправами повинен бути забезпечений взаємозв'язок;
- б) в уроки включають ігри, споріднені за структурою й характером тих вправ, які вперше вивчаються на уроці;
- в) відповіді а) і б).

18. В якій частині уроку краще проводити естафети?

- а) у підготовчій частині;
- б) в основній частині;
- в) в заключній частині.

19. До методики проведення рухливих ігор Петро Францович \_\_\_\_\_ висував наступні вимоги, які не втратили свого значення і в наш час: 1) обов'язковість установлення перед кожною грою конкретної мети; 2) відповідність ігор силам і здібностям учасників; 3) забезпечення позитивного емоційного впливу гри на дітей, які займаються; 4) систематичність і послідовність проведення ігор; 5) спонукання граючих до проявів активності, самостійності (при направляючій ролі педагога).

20. Іван Михайлович \_\_\_\_\_ вважав, що зачатки перших дитячих ігор закладені в прагненні дитини до пізнання зовнішнього світу й в елементарних почуттєвих насолодах, одержуваних дитиною ззовні (наприклад, від яскраво пофарбованої іграшки, звуку дзвіночка тощо).

21. У заняттях різними видами спорту рухливі ігри (народні, спеціально підібрані) часто використовуються як спосіб удосконалювання \_\_\_\_\_ .

22. \_\_\_\_\_ – обов'язкові вимоги для учасників гри. Вони обумовлюють розташування і переміщення гравців, уточнюють характер поведіння, права й обов'язки граючих, визначають способи ведення гри, прийоми й умови обліку її результатів.

23. \_\_\_\_\_ (одиначні) рухливі ігри звичайно створюються й організуються дітьми. У таких іграх кожен має намічати свої плани, установлювати цікаві для себе умови і правила, а за бажанням і змінити їх.

24. У педагогічній практиці основне місце займають \_\_\_\_\_ рухливі ігри, в яких одночасно беруть участь як невеликі групи учасників, так і цілі класи, спортивні секції, а в деяких випадках і значно більше кількості граючих.

*Високий рівень.*

1. Що необхідно зробити тренеру при стомленні або порушенні стійкості уваги спортсмена на тренуванні?

- а) відпочити;
- б) застосувати рухливу гру;
- в) закінчити тренування.

2. Як зменшити навантаження в рухливих іграх?

- а) влаштовувати короткочасні перерви, використовуючи їх для розбору помилок, підрахунку балів;
- б) скорочувати дистанції для перебіжок;
- в) зменшувати число повторення в грі;
- г) додати перешкод при подоланні дистанції;
- д) збільшити число команд.

3. Як збільшити навантаження в рухливих іграх?

- а) влаштовувати короткочасні перерви, використовуючи їх для розбору помилок, підрахунку балів;
- б) збільшити дистанції для перебіжок;
- в) зменшувати число повторення в грі;
- г) додати перешкод при подоланні дистанції;
- д) збільшити число команд.

4. Для рухливої гри характерно:

- а) творчі активні рухові дії, мотивовані її сюжетом;
- б) розвиток духовних сил;
- в) активні рухові дії без правил.

5. Що охоплює в себе поняття рухлива гра?

- а) різноманітні ігри, побудовані на рухах;
- б) поняття, що поєднують у собі елементи гри й видовища;
- в) поняття, що вимагають вирішення розумових завдань;
- г) поняття побудовані на кмітливості, русі та ерудиті.

6. Із нижче наведених положень виберіть ті що належать до основних завдань керівника гри:

- зміцнювати здоров'я дітей що займаються, сприяти їх правильному фізичному розвитку;
- сприяти оволодінню життєво необхідними руховими навичками, уміннями й удосконалюванню їх;
- вдосконалювати тактичні дії у грі;
- виховувати в дітей необхідні морально-вольові і фізичні якості;
- сприяти розвитку сили;
- прищеплювати учням організаторські навички та звичку систематично самостійно займатися іграми.

7. Із нижче наведених положень виберіть ті пункти які слід враховувати при послідовності проходження рухливих ігор.

- задачі фізичного виховання дітей визначеного віку;
- фізичну підготовленість дітей;
- настрій дітей;

поступовість оволодінням навичок та знань;  
наявність необхідного обладнання.

8. Із нижче наведених положень виберіть ті пункти які слід враховувати при виборі рухливої гри для проведення.

форма занять;  
наявність додаткових посібників;  
місце проведення;  
наявність додаткового обладнання;  
наявність інвентарю.

9. Із нижче наведених пунктів виберіть ті, які відповідають розподілу на команди за задумом керівника.

потрібно скласти команди, рівні за силою;  
граючі приймають активну участь в складанні команд;  
граючі активної участі в складанні команд не приймають;  
потрібно швидко розподілити на команди

10. Із нижче наведених пунктів виберіть ті, які відповідають розподілу на команди за розрахунком.

найбільш швидкий спосіб розподілу;  
найчастіше користуються на уроках фізичної культури;  
команди при розподілу завжди рівні за силою;  
склад команди випадковий і часто не рівний за силою.

11. Із нижче наведених пунктів виберіть ті, які слід враховувати при застосовуванні методу поступового ускладнення завдань?

для формування рішучості й сміливості;  
для формування почуття відповідальності, спортивної честі;  
для подолання страху, невір'я в себе;

12. Які методичні настанови П.Ф.Лесгафтом щодо проведення гри використовуються педагогами?

а) визначення мети, відповідність гри силам і здібностям дитини;  
б) визначення мети, забезпечення позитивного емоційного впливу на гравців;  
в) визначення мети, систематичність і послідовність проведення ігор, спонукання учасників до прояву активності, самостійності;  
г) відповіді а), б), в).

13. До чого повинен прагнути керівник проводячи гру?

а) зміцнювати здоров'я дітей що займаються, сприяти їх правильному фізичному розвитку;  
б) сприяти оволодінню життєво необхідними руховими навичками, уміннями й удосконалюванню їх;  
в) виховувати в дітей необхідні морально-вольові і фізичні якості;  
г) вдосконалювати правила гри;  
д) прищеплювати учням організаторські навички та звичку систематично самостійно займатися іграми.

14. До чого треба привчати дітей в колективних іграх?

а) до спільних дій граючих для досягнення ігрової мети;

- б) до почуття товариства;
- в) до вдосконалення техніки гри;
- г) до відповідальності за доручене завдання;
- д) до вдосконалення тактики гри.

15. В якій частині уроку для дітей 1 - 4 класів рекомендується проводити рухливі ігри на розвиток спритності і швидкості:

- а) в підготовчій частині;
- б) в заключній частині;
- в) в основній частині.

16. Виберіть з перерахованих нижче основну форму організації і проведення рухливих ігор в загальноосвітній школі:

- а) урок фізичної культури;
- б) фізкультурно-оздоровчі заняття в режимі дня;
- в) тренувальне заняття в спортивній секції.

17. При визначенні результатів гри, що треба врахувати?

- а) силу;
- б) витривалість;
- в) швидкість виконання завдань;
- г) якість виконання завдань.

18. Викладачу формуючи рівні по силі команди, краще це зробити:

- а) шляхом розрахунку;
- б) шляхом фігурної марширування;
- в) самостійно;
- г) за вибором капітанів.

19. Тестування рівня розвитку фізичних якостей дитини можна визначити як

- а) процедура бесіди з батьками та вихователем, про те як дитина фізично розвинений;
- б) процедура анкетування батьків і вихователів про фізичний розвиток дошкільника;
- в) певна система використання контрольних вправ, спрямованих на виявлення розвитку окремих фізичних якостей дитини;
- г) система експертних оцінок.

20. Дати визначення поняттю «Фізичний розвиток».

Розвиток систем організму в процесі занять фізичними вправами

21. Дати визначення поняттю «Рухливі ігри».

22. Дати визначення поняттю «Гра».

23. Дати визначення поняттю «правила гри».

24. Дати визначення поняттю «колективні рухливі ігри»