

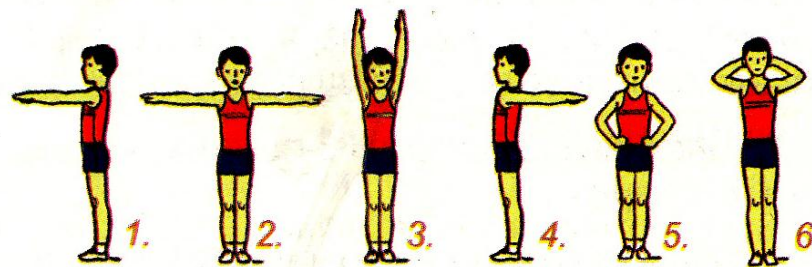
7 дугаар анги 40 минут

1. “Эгнээ” жагсаал гэж ямар жагсаалыг хэлэх вэ?
Доорх хариултаас зөвийг дугуйлна уу.
 - а. Мөр мөрөө нийлүүлж зогсох
 - б. Шил шилээ харж зогсох
 - в. Тойрог болж зогсох
2. Алхаад марш командыг аль хөлөөс эхлэх вэ?
 - а. Баруун хөлөөс
 - б. Зүүн хөлөөс
 - в. Зүүн гараас
 - д. Аль ч хөлөөс алхаж болно
3. “Эргэ” командыг мөрөө дагаж, хэдэн градус эргэж гүйцэтгэх вэ?
 - а. 45°
 - б. 90°
 - с. 180°
 - д. 360°
4. Бие бялдрын 5 чанар /чадавх/-ыг дугуйлна уу?

1. Хурд	6. Тэсвэр
2. Тоглох	7. Чадал
3. Уян	8. Шидэлт
4. Гүйлт	9. Хүч
5. Оноо	10. Хөдөлгөөний эвсэл
5. Жагсаалын эхний хүнийг юу гэж нэрлэдэг вэ?
 - а. Цоожлогч
 - б. Чиглүүлэгч
 - с. Командлагч
 - д. Багийн ахлагч
6. Хөнгөн атлетикийн үндсэн 5 төрлийг нэрлэж бичнэ үү?
 1.
 2.
 3.
 4.
 5.
7. Нам гарааны командыг зөв дарааллаар нь дугаарлана уу ?

Марш, Эхэл, Шүгэлдэх, Анхаар,
Буун дохио Гараандаа, Гүйгээд марш

8. Доорх зургийг харан Гарын үндсэн хөдөлгөөн-ийг нэрлэж бичнэ үү?



.....

.....

.....

9. Хөнгөн атлетикийн ойр, дунд, холын зайг дугуйлна уу?

Ойрын зай: а. 60м б. 100-400 м в. 60-300м г. 600-800м
Дундын зай: а. 300-3000м, б. 800-3000м, в. 600-2000м, г. 400-1500 м
Холын зай: а. 300-1000 м, б. 5000-10000м, в. 10000м-21км, г. 42 км-дээш

10. Уран сайхны гимнастикт 5 өөр хэрэглэлтэй дасгал гүйцэтгэдэг. Тэдгээр хэрэглэлийг нэрлэж бичнэ үү?

.....

.....

11. Баруун мөр түрүүлж алхаад марш командаар хаашаа алхах вэ?

а. Баруун гар тийш эргэж алхах б. Зүүн гар тийш эргэж алхах
в. Чигээрээ алхах г. Тойрог болж алхах

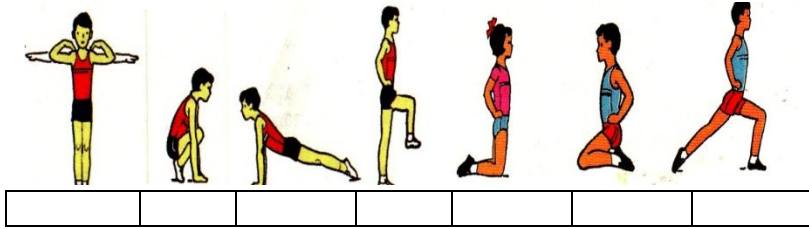
12. Илүү техникийг олж, доогуур нь зурна уу?.

а. Залалт, шидэлт, барилдах, дамжуулалт
б. Урагш өнхрөлт, арагш өнхрөлт, довтлох цохилт
с. Давуулалт, доороос авалт, өшиглөлт

13. Олимпийн тоглолт хэдэн жилийн хугацаанд болдог вэ? Зөв хариултаа чагтлаарай.

2 жил 3 жил 4 жил 5 жил

14. Доорх зургийг тохирох үгтэй харгалзуулж хүснэгтэд дугаарлана уу?



1. Нэг хөлөө нугалж өргөх,
2. Гараа алдалж нугалах,
3. Тулж суух,
4. Тулж хэвтэх,
5. Өвдөглөн зогсох,
6. Өсгий дээр суух,
7. Давшиж алхах

15. Доорх зургийг харан “Их биеийн үндсэн хөдөлгөөн”-ийг нэрлэж бичнэ үү?



1.
2.
3.
4.

16. Сагсан бөмбөгийн цагаригны өндөр ба талбайн хэмжээг бичнэ үү?

Цагаригны өндөр, Талбайн урт, Талбайн өргөн

17. Үндэсний баяр наадамд хэдэн насны морь уралддаг вэ / бичнэ үү/

.....

18. Олимпийн цагаригийг зурж өнгийг бичнэ үү?

19. Гүйлтийн сонгомол дасгалуудыг сонгож дугуйлна уу?.

- а. Өвдөг өндөр өргөж гүйх
- б. Хурдтай гүйх
- в. Хөлөөс хөлд үсрэх
- г. Шилбээр арагш савж гүйх
- д. Босоо гараанаас гарч гүйх
- е.

20. Биеийн тамирын хичээлийн ач холбогдлыг дэлгэрэнгүй бичнэ үү?.

БАТЛАВ:
НИЙСЛЭЛИЙН БОЛОВСРОЛЫН ГАЗАР

7 дугаар анги 40 минут В хувилбар

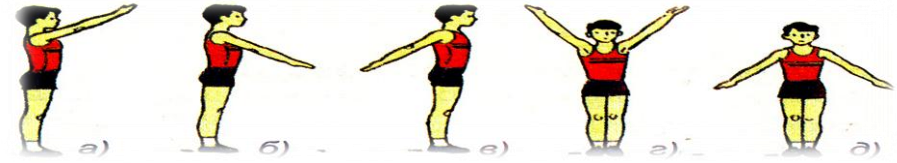
1. *Цуваа жагсаал гэж ямар жагсаалыг хэлэх вэ?*
Доорх хариултаас зөвийг дугуйлна уу.
 - А. Тойрог болж зогсох
 - Б. Мөр мөрөө нийлүүлж зогсох
 - В. Шил шилээ харж зогсох
2. *“Дороо алхаад марш” командаар аль үйлдлийг хийх нь зөв бэ?*
 - а. Заал тойргоор алхаж явна
 - б. Байрандаа дороо алхаж зогсоно.
 - с. Байрандаа дороо алхана
 - д. Байрандаа дороо алхаж байснаа заал тойргоор алхаж явна.
3. *“Зэрэгц” командаар аль үйлдлийг хийх нь зөв бэ?*
 - а. Номхон зогсоно.
 - б. Зөвхөн толгойг баруун тийш эргүүлнэ.
 - с. Баруун тийш эргэнэ.
4. *Могойчилж алхахыг дүрсэлж зурна уу?*
5. *Ойрын зайн гүйлтийн техник задлалыг бичнэ үү?*
 1.
 2.
 3.
 4.
6. *Цэгийн оронд тохирох үгийг нөхөж бичнэ үү.*

Ойрын зайд гүйхдээ гарч гүйнэ.

 - а. босоо гараанаас
 - б. шууд гүйнэ
 - в. нам гараанаас
7. *Гүйлтээс уртын харайлт нь хэвтээ ба босоо тэнхлэгийн алиных нь дагуу харайлт вэ? Бичнэ үү?*

.....

- 8
8. *Доорх зургийг харан Гарын завсарын хөдөлгөөнийг нэрлэж бичнэ үү?*



- a.
- б.
- в.
- г.
- д.

9. *Монголын үндэсний спортын төрлүүдийг нэрлэж бичнэ үү?*

.....
.....
.....

10. *Зургийг ажиглаад хэн нь зөв гүйцэтгэж буйг дугуйлаарай.*



15. Үндэсний баяр наадамд хэдэн насны морь уралддаг вэ?
Нэрлэж бичнэ үү?

.....

.....

16. Доорх зургаас аль нь буруу суулт вэ? Дугуйлна уу.



A B C D F E G

11. Буухиа гүйлтийн дамжуулалтын модны хэмжээ аль нь зөв бэ?

- а. Урт нь 25-30 см, диаметр нь 5 см
- б. Урт нь 40-45 см, диаметр нь 10 см
- в. Янз бүрийн хэмжээтэй байж болно.

12. Спортын төрөл тус бүрд тохирсон үгийг олж зураасаар холбоно уу?

- | | |
|-------------------|-------------|
| 1. Сагсан бөмбөг | а. өнхрөх |
| 2. Волейбол | б. гүйх |
| 3. Хөнгөн атлетик | в. залах |
| 4. Гимнастик | г. өшиглөх |
| 5. Хөл бөмбөг | д. Давуулах |

13. Монгол улс зуны олимпийн наадмаас хэдэн онд хэдэн алтан медаль, хүртсэн бэ? Бичнэ үү?

.....

.....

.....

14. Нэг эгнээнээс 3 эгнээнд шилжихдээ хэрхэн шилжихийг дугуйлна уу?

- а. 1-ийн тоо ардаа, 2-ын тоо байрандаа, 3-ын тоо урд нь орж зогсоно
- б. 1-ийн тоо урдаа, 2-ын тоо байрандаа, 3-ын тоо арднь орж зогсоно
- в. 3-ын тоо урдаа, 1-ийн тоо байрандаа, 2-ын тоо ард нь орж зогсоно

17. Үндэсний сурын харвааны байг юу гэж нэрлэдэг вэ
ямар материалаар хийдэг вэ?

.....

.....

.....

.....

18. Олимпийн наадмын уриаг бичнэ үү?

.....

.....

19. Сагсан бөмбөгийг дамжуулах 3-аас цөөнгүй аргуудыг нэрлэж бичнэ үү

.....

.....

.....

20. Биеэ чийрэгжүүлэх ямар ямар аргууд байдаг вэ?
/Дэлгэрэнгүй бичээрэй/

