№ 1. Назовите основные виды гимнастики?

- Образовательно-развивающие виды гимнастики

- Оздоровительные виды гимнастики

- Спортивные виды гимнастики

№ 2. Перечислите виды оздоровительной гимнастики

- Гигиеническая гимнастика

- Вводная гимнастика

- Физкультминутка, или физкультпауза

- Ритмическая гимнастика

- Лечебная гимнастика

№ 3. Сформулируйте последовательность частей команды на перестроение? Запишите команду.

Последовательность подачи команд:

- название строя;

- направление движения;

- способ исполнения.

Пример: «В колонну по два направо шагом-марш!»

№ 4. Сформулируйте последовательность частей команды при размыкании? Запишите команду.

Последовательность подачи команд:

- направление;

- величина интервала;

- способ исполнения.

Пример: «Вправо на три шага приставными шагами разомкнись!»