

44687

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>предрасположенности.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <p>совершенства с высокой нравственностью.<br/>г. Относиться с уважением и честным по отношению к соперникам, судьям, зрителям.</p>                                                                                                                                                                                        |
| <p><b>13. Спортивно-игровую деятельность характеризует...</b><br/>а. обучающе - развивающая направленность.<br/>+ б. небольшое количество относительно стандартных ситуаций.<br/>в. не постоянство и неопределенность структуры деятельности участников.<br/>г. высокая значимость качества исполнения роли относительно стремления к победе.</p> | <p><b>14. Потребность в физическом совершенствовании относится к категориям:</b><br/>а. биологических<br/>б. мотивов<br/>+ в. привычек<br/>г. убеждений</p>                                                                                                                                                                |
| <p><b>15. Возникновение физических упражнений исторически обусловлено преимущественно...</b><br/>а. уровнем развития первобытных людей.<br/>+ б. условиями существования человечества.<br/>в. характером трудовых и боевых действий людей.<br/>г. географическим расположением обитания людей.</p>                                                | <p><b>16. Условием укрепления здоровья и совершенствования волевых качеств является...</b><br/>а. закаливание организма.<br/>б. участие в соревнованиях.<br/>+ в. ежедневная утренняя зарядка.<br/>г. выполнение физических упражнений.</p>                                                                                |
| <p><b>17. Основным показателем, характеризующим стадии развития организма, является ...</b><br/>+ а. биологический возраст.<br/>б. календарный возраст.<br/>в. скелетный и зубной возраст.<br/>г. сенситивный период.</p>                                                                                                                         | <p><b>18. Физическое воспитание представляет собой...</b><br/>а. способ освоения ценностей, накопленных в сфере физической культуры.<br/>— б. процесс выполнения физических упражнений.<br/>в. способ повышения работоспособности и укрепления здоровья.<br/>г. обеспечение общего уровня физической подготовленности.</p> |
| <p><b>19. Нагрузка физических упражнений характеризуется...</b><br/>+ а. величиной их воздействия на организм.<br/>б. напряжением определенных мышечных групп.<br/>в. временем и количеством повторений двигательных действий.<br/>г. подготовленностью занимающихся, их возрастом и состоянием здоровья.</p>                                     | <p><b>20. Основой методики воспитания физических качеств является...</b><br/>а. возрастная адекватность нагрузок.<br/>б. обучение двигательным действиям.<br/>— в. выполнение физических упражнений.<br/>г. постепенное повышение силы воздействия</p>                                                                     |

150

74687

# Теоретико-методические задания по физической культуре Юноши и девушки (7-8 классы)

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>1. Термин «Олимпиада» в древней Греции обозначал...</p> <p>а. синоним Олимпийских игр.<br/>б. собрание спортсменов в одном городе.<br/>в. четырехлетний период между Олимпийскими играми.<br/>г. первый год четырехлетия, наступление которого празднуются играми</p>                                           | <p>2. Когда празднуются Игры Олимпиады?</p> <p>а. Это зависит от решения МОК.<br/>б. В течение первого года пр Олимпиады.<br/>в. В течение второго календарно следующего после года начала Олимпиады.<br/>г. В течение последнего года пр Олимпиады.</p>                    |
| <p>3. Задачи по укреплению и сохранению здоровья в процессе физического Воспитания решаются на основе...</p> <p>а. закаливания и физиотерапевтических процедур.<br/>б. совершенствования телосложения.<br/>в. обеспечения полноценного физического развития.<br/>г. формирования двигательных умений и навыков</p> | <p>4. Оздоровительное значение физических упражнений обуславливает их...</p> <p>а. форма.<br/>б. содержание.<br/>в. техника.<br/>г. гигиена.</p>                                                                                                                            |
| <p>5. Совершенствование духовных и природных сил человека преимущественно характерно для ... деятельности.</p> <p>а. профессиональной<br/>б. физкультурной<br/>в. корректирующей<br/>г. спортивной</p>                                                                                                             | <p>6. Здоровый образ жизни — это жизнедеятельности, направленный на...</p> <p>а. развитие физических качеств людей.<br/>б. поддержание высокой работоспособности людей.<br/>в. сохранение и улучшение здоровья людей.<br/>г. подготовку к профессиональной деятельности</p> |
| <p>7. Инициатором возрождения Олимпийских игр современности является:</p> <p>а. Римский император Феодосий I.<br/>б. Пьер де Фреды, барон де Кубертен.<br/>в. Философ-мыслитель древности Аристотель.<br/>г. Хуан Антонио Самаранч.</p>                                                                            | <p>8. Физические упражнения, используемые для исправления различных деформаций опорно-двигательного аппарата, называются...</p> <p>а. подводящими.<br/>б. имитационными.<br/>в. корректирующими.<br/>г. общеразвивающими.</p>                                               |
| <p>9. Развитию выносливости соответствует режим работы и отдыха, когда каждое последующее упражнение выполняется в фазе ...</p> <p>а. не довосстановления работоспособности.<br/>б. полного восстановления работоспособности.<br/>в. Сверх восстановления.<br/>г. повышенной работоспособности.</p>                | <p>10. Основным критерием эффективности многолетней спортивной подготовки является:</p> <p>а. максимальный фонд двигательных умений и навыков.<br/>б. наивысший уровень развития физических качеств.<br/>в. здоровье спортсмена.<br/>г. наивысший спортивный результат.</p> |
| <p>11. Система организационно-методических мероприятий, позволяющих наметить направление специализации юного спортсмена в определенном виде спорта, называется:</p> <p>а. спортивным отбором.<br/>б. спортивной ориентацией.<br/>в. педагогическим тестированием.</p>                                              | <p>12. Назовите главные принципы кодекса спортивной чести «Фэйр Плэй».</p> <p>а. Сохранять чувство собственного достоинства при любых обстоятельствах.<br/>б. Не стремиться к победе любой ценой; на спортивной площадке сохранять честь и благородство.</p>                |