

58138

Теоретико-методические задания по физической культуре
Юноши и девушки (9-10-11 классы)

1. Женщины начали принимать участие в ... а. Играх I Олимпиады (1896 г. Афины, Греция). + б. Играх II Олимпиады (1900 г. Париж, Франция). в. Играх III (1904 г. Сент – Луис, США). г. Играх IV Олимпиады (1908 г. Лондон, Великобритания).	2. Международная олимпийская академия находится в ... а. Афинах. — б. Цюрихе. в. Олимпии. г. Париже.
3. Первая летняя Спартакиада народов СССР проводилась в ... а. 1948 году. + б. 1952 году. в. 1956 году. г. 1960 году.	4. Динамика индивидуального развития человека обусловлена ... а. влиянием эндогенных и экзогенных факторов. + б. наследственностью человека. в. влиянием социальных и экологических факторов. г. двигательной активностью человека.
5. Совокупность упражнений, приёмов и методов, направленных на обучение двигательным и другим умениям и навыкам, а также их дальнейшее совершенствование обозначается как ... а. тренировка. + б. методика. в. система занятий. г. педагогическое воздействие.	6. Состояние расслабляться, снятие напряжённости, достигаемое самопроизвольно или под воздействием физиотерапевтических процедур обозначается как ... + а. ретардация. б. рекреация. в. реинкарнация. г. релаксация.
7. Скелетон является разновидностью... а. санного спорта. + б. конькобежного спорта. в. горнолыжного спорта. г. многоборий.	8. Джоггинг – это обозначение ... а. бега трусцой. + б. вида «боевой» аэробики. в. союз молодёжи спортивного клуба. г. разновидности нетрадиционных видов единоборств.
8. При длительной нагрузке высокой интенсивности рекомендуется дышать ... а. через рот и нос попеременно. б. только через рот. + в. через рот и нос одновременно. г. только через нос.	9. При длительной нагрузке высокой интенсивности рекомендуется дышать ... а. через рот и нос попеременно. + б. только через рот. в. через рот и нос одновременно. г. только через нос.
10. Правила баскетбола при ничейном счёте в основное время предусматривают дополнительный период продолжительностью ... а. 3 минуты. + б. 5 минут. в. 7 минут. г. 10 минут.	11. Правила волейбола предусматривают, что команда в каждой партии имеет право максимум на ... а. три замены. — б. пять замен. в. шесть замен. г. количество замен не ограничивается.
12. Для нормальной деятельности центральной нервной системы, регуляции обмена углеводного и аминокислот, необходим ... а. витамин А. + б. витамин В I. в. витамин С. г. витамин D.	13. Быстрая утомляемость и сонливость, головные боли и головокружения в значительной мере обусловлены недостатком витаминов, особенно ... а. витамина А. — б. витамин В I. в. витамин С. г. витамин D.

14. Вид деятельности, являющийся предметом соперничества и исторически оформившийся как способ выявления и сравнения человеческих возможностей принято называть ... ☒ а. гимнастикой. ☐ б. терренкуром. ☐ в. соревнованием. ☐ г. видом спорта.	15. Изометрические (статистические) упражнения преимущественно применяются при совершенствовании ... ☐ а. собственно-силовых способностей. ☐ б. скоростных способностей. ☐ в. скоростно-силовых способностей. ☒ г. общей выносливости.
16. Термин «Олимпиада» означает ... ☒ а. соревнования на Олимпийских играх. ☐ б. собрание спортсменов в одном городе. ☐ в. високосный год. ☒ г. четырёхлетний период между Олимпийскими играми.	17. В каком году состоялись первые юношеские олимпийские игры: ☒ а. 2010 году. ☐ б. 2008 году. ☐ в. 2000 году. ☒ г. 1998 году.
18. Где состоялись первые юношеские олимпийские игры: ☐ а. Корейская Народно - Демократическая Республика. ☒ б. Республика Сингапур. ☐ в. Китайская Народная Республика. ☐ г. Южно-африканская Республика	19. Нагрузка физических упражнений характеризуется ... ☒ а. величиной их воздействия на организм. ☐ б. целью занятия. ☐ в. самочувствием занимающихся. ☐ г. временем и количеством повторений двигательных действий.
20. Нагрузка физических упражнений характеризуется ... ☐ а. величиной их воздействия на организм. ☒ б. целью занятия. ☒ в. самочувствием занимающихся. ☐ г. временем и количеством повторений двигательных действий.	

Вопросы в открытой форме

- + 21. Часть культуры общества, ориентированная на выявление и сравнение человеческих возможностей обозначается как спорт.
- + 22. Человек, призванный следить за тем, чтобы соревнование проводилось в соответствии с правилами вида спорта и имеющий для этого все полномочия, является судьей.
- 23. Ценностями физической культуры человек овладевает в процессе ...
- + 24. Конечной целью шахматной игры является победа.
- + 25. Законченный цикл движений, повторяющийся многократно в беге, ходьбе, конькобежном, лыжном и других видах спорта обозначается как шаг.
26. Сохранение равновесия тела путём изменения положения его отдельных звеньев обозначается как ...
- + 27. Состояние устойчивого положения тела в пространстве обозначается как равновесие.
28. Интенсивность физического упражнения, выполняемого без перерыва от 5 до 30 минут, по физиологическим критериям относят к зоне ... мощности работы.
29. В 2004 г. в Афинах Юрий Борзаковский стал олимпийским чемпионом Игр XVIII Олимпиады в ...
30. Что заимствовали современные олимпийские игры от древнегреческих олимпийских игр (огонь)?