

81813

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

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

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