

Теоретико-методическое задание 9 класс

Фамилия Имя Гусова Анастасия

1. Международный Олимпийский комитет в качестве города, принимающего в 2020 году XXXII Игры Олимпиады, выбрал:
- а) Мадрид б) Лондон в) ☒ Токио г) Рио-де-Жанейро
2. Где в 2018 году пройдут следующие 23-и по счёту зимние Олимпийские игры?
- а) Франция б) ☒ Республика Корея в) Китай г) Германия
3. Максимальной оценкой при судействе соревнования по гимнастике является:
- а) 6 баллов б) 8 баллов в) ☒ 10 баллов г) 15 баллов
4. Баскетболист, получивший 5 персональных замечаний, удаляется....?
- а) на две минуты б) на 10 минут в) до конца периода г) ☒ до конца встречи
5. Документом, представляющим все аспекты организации соревнования, является...
- а) Календарь соревнований б) Правила соревнований в) ☒ Положение о соревнованиях г) Программа соревнований
6. Укажите, решение каких задач характерно для основной части урока физической культуры?
- а) ☒ функциональная подготовка организма; б) разучивание двигательных действий; в) коррекция осанки; г) воспитание физических качеств; д) восстановление работоспособности; е) активизация внимания.
7. Какие виды знаков отличия ГТО существуют (отметьте все позиции)?
- а) платиновый б) ☒ золотой в) ☒ серебряный г) ☒ бронзовый д) медный.
8. Мэру какого города в Рио-де-Жанейро был передан Олимпийский флаг?
- а) Буэнос-Айрес б) ☒ Сеул в) Баден-Баден г) Токио
9. Какие действия необходимо выполнить при перестроении из одной шеренги в две, если по расчету у тебя второй номер.
- а) Стоять на месте.
б) На первый счет с левой ноги сделать шаг вперед, на второй счет – не приставляя правой ноги, - шаг вправо, чтобы встать впереди первого номера, на третий счет приставить левую.
в) ☒ На первый счет с левой ноги сделать шаг назад, на второй счет, не приставляя правой ноги, - шаг вправо, чтобы встать в затылок первому номеру, на третий счет приставить левую ногу, г) На первый счет шаг левой назад, на второй приставить ногу.
10. В какой игре от каждой команды на площадке одновременно присутствует пять игроков?
- а) ☒ Баскетбол. б) Волейбол. в) Хоккей. г) Водное поло.
11. Сколько видов проводится в женских дисциплинах по легкой атлетике на Олимпийских играх....?
- а) 12 б) 18 в) 23 г) 24
12. Ловкость – это способность человека....?
- а) преодолевать сопротивление б) выдерживать длительные нагрузки в) ☒ выполнять сложнокоординационную работу г) выполнять быстрые движения
13. Жизненная емкость легких измеряется....?
- а) Гониометром б) Динамометром в) ☒ Спирометром г) Спирографом
14. В футболе место, где в начале каждого тайма и после каждого забитого гола производится первый удар по мячу.
- а) угловой сектор б) одиннадцатиметровая линия в) ☒ центр поля г) боковая линия
15. Какие из перечисленных видов спорта не относятся к циклическим....?
- а) картинг б) современное пятиборье в) ☒ биатлон г) спортивная ходьба д) акробатика е) метание гранаты ж) марафонское плавание з) триатлон

- + 16. Кунание и проруби зимон, эффективное средство для профилактики. Профилактика как защита
- + 17. Вид (область) физической культуры, включающий двигательную деятельность человека, включая интеллектуальную и физическую называется физическая культура
- + 18. Запрещённые фармакологические препараты и процедуры, используемые для стимуляции физической и психической работоспособности и достижения рекордных результатов спортивного результата называется допинг

+ 19. Сопоставьте термин и его определение

термин	определение
1. Физическое совершенство - 1-8	а) понимается уровень развития основных физических качеств (сила, гибкость и др.) для овладения новыми движениями.
2. Физическое развитие 2-2	б) способность человека выполнять боковой объем физической работы на заданном уровне эффективности за определённый промежуток времени.
3. Физическая подготовленность 3-е	в) процесс физического образования и воспитания, выражающий высокую степень развития индивидуальных физических способностей, соответствующих требованиям жизни.
4. Физическая работоспособность - 4-5	г) процесс становления, формирования и последующего изменения на протяжении индивидуальной жизни естественных морфо - функциональных свойств организма.

+ 20. Сопоставьте пиктограммы ГТО с видами испытаний (тестов):

1		1-8	а) прыжок в длину с места
2		2-9	б) прыжок в высоту
3		3-а	в) челночный бег
4		4-5	г) наклон вперед
			д) поднимание гирь