

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ
(девушки и юноши 9-11 классов)

Задания в закрытой форме

Завершите утверждения, отмечая соответствующие поля бланка ответов.

1. XXVIII Всемирная Зимняя Универсиада 2017 года состоится в городе...

- а. Красноярск;
- б. Алматы
- г. Пхёнчхан;
- д. Лондон.

2. Олимпийские игры состоят.....

- а. из соревнований по летним или зимним видам спорта;
- б. из соревнований между странами;
- в. из Игр Олимпиады и зимних Олимпийских игр;
- г. из открытия, соревнований, награждения участников и торжественного закрытия.

3. В каком году был принят Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».

- а. 2005г; б. 2007г; в. 2010 г; г. 2016 г.

4. Сила движения это.....

- а. пространственная ориентация поступательного движения;
- б. мера физического воздействия тела человека или его части на объекты внешней среды;
- в. пространственный рисунок тела и его частей;
- г. способность человека преодолевать внешнее сопротивление.

5. В соответствии с Олимпийской хартией на Олимпийских играх страну представляет.....

- а. правительство страны; в. национальный олимпийский комитет;
- б. министерство спорта; г. национальные спортивные федерации.

6. Международный Олимпийский комитет был создан вгоду

- а. 1890 году; б. 1892 году; в. 1894 году; г. 1896 году.

7. Объем физической нагрузки характеризуется (Отметьте все позиции)

- а. количеством выполненных упражнений;
- б. темпом движения;
- в. затратами времени на занятие;
- г. частотой сердечных сокращений.

8. Основными формами занятий физическими упражнениями в режиме учебного дня являются (Отметьте все позиции)

- а. гимнастика до занятий;
- б. физкультминутки во время уроков;
- в. соревнования;
- г. физкультурные занятия в группах продленного дня.

9. Что понимается под тестированием физической подготовленности?

- а. измерение уровня развития основных физических качеств;
- б. измерение роста и тела;
- в. измерение показателей деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем;
- г. измерение артериального давления и силы мышц.

10. Напишите официальную дату и место рождения футбола.....

- а. XVIII век, Бразилия.
- б. II век до н.э., Древняя Греция.
- в. XIX век, Англия
- г. XX век, Германия.

11. Кому принадлежит слова: «Искусство должно соседствовать со спортом, должно быть связано с практикой спорта»?

- а. Ирине Родниной;
- б. Хуану Антонио Самаранчу;
- в. Пьеру де Кубертену;
- г. Пифагору.

Задания в открытой форме

Завершите определение, вписав соответствующее слово, число в бланк ответов.

12. В каком году был введен физкультурный комплекс ГТО в СССР? _____

13. С какого возраста можно выполнять нормативы комплекса ГТО? _____

14. Функциональные изменения в организме, обусловленные выполнением упражнений, обозначается как тренировочный _____

15. Девиз олимпийского движения состоит из трех слов, напишите _____

16. В спорте – совокупность общих закономерностей подготовки спортсмена и ведения соревновательной борьбы _____

17. Количество участниц в командном первенстве по синхронному плаванию составляет _____ человек.

18. Основным идентификационным признаком участника соревнований является _____

19. Ограниченное скопление крови при закрытых повреждениях, сопровождающихся разрывом сосуда и излиянием крови в окружающие ткани, называется _____

20. Состояние, характеризующееся отрицательным эмоциональным фоном, изменением мотивационной и познавательной сферы, часто сопровождается психическими и физическими расстройствами, называется _____

21. В антропологии, медицине, спорте – измерение силы мышц человека, обозначается как _____

22. Потенциальная способность спортсмена на протяжении заданного времени и с определенной эффективностью выполнять максимально возможный объем тренировочных и соревновательных нагрузок (упражнений), называется _____

Задания «на соответствие»

23. Установите соответствие времени проведения Зимних Олимпийских игр и город (страна), в котором он проводились или будут проводиться:

- | | |
|--------------------------------------|------------------------------|
| а. XX Олимпийские игры, 2006 год. | 1. Россия г. Сочи. |
| б. XXI Олимпийские игры, 2010 год. | 2. Канада, г. Ванкувер. |
| в. XXII Олимпийские игры, 2014 год. | 3. Италия, г. Турин. |
| г. XXIII Олимпийские игры, 2018 год. | 4. Южная Корея, г. Пхёнчхан. |

24. Установите соответствие между видом спорта и названием времени игры:

- | | |
|------------|------------|
| а. футбол. | 1. энд |
| б. хоккей. | 2. сет |
| в. теннис. | 3. период. |
| г. кёрлинг | 4. тайм |

Задания, связанные с перечислением

25. Перечислите виды спорта, рекомендуемые программой общеобразовательных школ в качестве основных средств физического воспитания _____

26. Перечислите континенты и соответствующие им цвета колец в той последовательности, в которой они расположены на олимпийском флаге _____

Бонусный вопрос

27. В литературном произведении «Ода спорту», за которое в 1912 году на конкурсе искусств, посвященном Олимпийским играм, Пьер де Кубертен получил высшую награду золотую медаль, «Ода спорту» состоит из 9 глав, напишите 9 слов к каждой главе: О СПОРТ! ТЫ (название каждой главы):

1. О СПОРТ! ТЫ - _____;
2. О СПОРТ! ТЫ - _____;
3. О СПОРТ! ТЫ - _____;
4. О СПОРТ! ТЫ - _____;
5. О СПОРТ! ТЫ - _____;
6. О СПОРТ! ТЫ - _____;
7. О СПОРТ! ТЫ - _____;
8. О СПОРТ! ТЫ - _____;
9. О СПОРТ! ТЫ - _____.

Вы выполнили задание.

Поздравляем