

1. Процесс становления и изменения биологических форм и функций организма, совершающийся под влиянием условий жизни воспитания называется **физическим** .....

- 1
- а) Развитием
  - б) Совершенствованием
  - в) Воспитанием
  - г) Явлением

Ф-11-10-1

2. Какой индекс характеризует пропорциональность развития грудной клетки...?

- 1
- а) Индекса Кетле
  - б) Индекса Эрисмана
  - в) Индекса Брока
  - г) Индекс Пинье

3. К базовым акробатическим элементам статического характера не относятся.....?

- 2
- а) Шпагаты
  - б) Висы
  - в) Стойки
  - г) Перекаты
  - д) Упоры
  - е) Равновесия

4. Физические упражнения – это.....

- 1
- а) Такие двигательные действия, которые направлены на формирование двигательных умений и навыков.
  - б) Такие виды двигательных действий, направленные на морфологические и функциональные перестройки организма.
  - в) Такие двигательные действия, которые направлены на реализацию задач физического воспитания, сформированы и организованы по его закономерностям.
  - г) Такие двигательные действия, которые направлены на изменение форм телосложения и развитие физических качеств.

5. Финальная часть Чемпионат мира по футболу 2022 пройдет

- 1
- а) Катар
  - б) Турция
  - в) Мексика
  - г) Англия

6. XXXIII Летние Олимпийские игры пройдут ....?

- а) Лос-Анжелесе
- б) Париже
- в) Будапешт
- г) Гамбург

7. В программе Олимпийских игр 2024 года представлено дополнительно спортивное скалолазание

- а) Да
- б) Нет

8. Количество золотых медалей, завоеванных Российскими спортсменами на Олимпийских играх в Токио 2020 (2021)

- а) 10

- б) 17
- в) 20
- г) 23

9. Круговая тренировка относится к группе методов...?

- а) Нестрогой регламентации нагрузки
- б) Строгой регламентации нагрузки
- в) Частичной регламентации нагрузки
- г) Игровой организации процесса физического воспитания

10. Туфли для бега называются:

- а) Кеды
- б) кроссовки
- в) чешки
- г) шиповки

11. Какой формы футбольный мяч?

- а) Цилиндрической
- б) Круглой
- в) Сферической
- г) Овальной

12. Под физическим качеством «ловкость» понимают...?

- а) Способность точно дозировать величину мышечных усилий в двигательной деятельности
- б) Способность быстро перестраивать двигательную деятельность в меняющейся обстановке с овладением новых движений
- в) Осваивать действия и сохранять равновесие
- г) Способность технически верно повторить заданное упражнение

13. Адаптация это.....?

- а) Процесс приспособления организма к меняющимся условиям внешней среды
- б) Процесс чередования нагрузки и отдыха
- в) Процесс восстановления после нагрузки
- г) Система повышения эффективности функционирования системы соревнований и системы тренировок

14. Принцип, предусматривающий оптимальное соответствие задач, средств, методов физического воспитания возможностям учащимся называется .....

- а) Принцип сознательности и активности
- б) Принцип систематичности
- в) Принцип доступности и индивидуализации
- г) Принцип наглядности

15. Любые формы двигательной физической активности, направленные на восстановление сил, затраченных в процессе профессионального труда называется...?

- а) Физическая рекреация
- б) Активный отдых
- в) Активность личности
- г) Физическое восстановление

16. Разновидность высокоинтенсивного фитнеса, при котором занятие проходит на стационарных велосипедах.

- а) Сайклинг
- б) Скипинг
- в) Бодифлекс
- г) Аэройога

17. Составная часть физической культуры, исторически сложившиеся в форме соревновательной деятельности и специальной практики подготовки человека к соревнованиям определяется как тренировка

18. Термин, обозначающий сгибание тела гибкость

2 19. Как расшифровывается РУСАДА Российское антидопинговое агентство

20. Изменение формы стопы, характеризующееся опущением её продольного и поперечного сводов называется плоскостопие

2 21. Употребление в спорте любых веществ природного или синтетического происхождения, позволяющих в результате их приема добиться улучшения спортивных результатов называется допинг

2 22. Перечислите спортивные разряды третий юношеский, второй юношеский, первый юношеский

2 23. Перечислите виды прыжков в легкой атлетике? Прыжок с места, прыжок с разбега, прыжок с шестом

24. Сессия МОК внесла изменение в олимпийский девиз на «Быстрее, выше, сильнее - ММ»

25. Сопоставьте выдающихся спортсменов и виды спорта, в которых они выступают.

Спортсмены	Виды спорта
1 1. Мария Ласицкене	а. Греко-римская борьба
1 2. Заур Угуев	б. Легкая атлетика
1 3. Муса Евлоев	в. Фехтование
1 4. София Позднякова	г. Вольная борьба

26. Впишите название физических качеств, которые оцениваются по представленным тестам

	Физические качества	Содержание теста
1	<u>Выносливость</u>	а) Бег на длинные дистанции.
2	<u>Скорость</u>	б) Челночный бег
1	<u>Сила</u>	в) Опускание и подъем туловища из положения сидя или лежа.
1	<u>Гибкость</u>	г) Наклон вперед из положения стоя.

27. Укажите призовые места сборных по футболу на чемпионате Европы 2021...



- |           |                                |
|-----------|--------------------------------|
| а Англия  | <input type="text" value="3"/> |
| б Италия  | <input type="text" value="4"/> |
| в Дания   | <input type="text" value="1"/> |
| г Испания | <input type="text" value="2"/> |


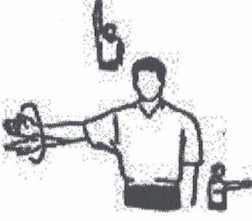
28. Напишите название Олимпийских видов спорта в соответствии с пиктограммами.

			
Команды на лыжах Лыжный спорт	Слаломинг	Команды на коньках	Тандем

1

29. Напишите название жестов судей в баскетболе в соответствии с представленными картинками.

	Двойное ведение
	Нарушение

	<p><del>Касиджи</del> Дзюджитсу</p>
	<p>Касиджи</p>

### 30. Решите кроссворд

#### По горизонтали

2. Вид спорта, представляющий собой единоборство на холодном спортивном оружии (рапира, сабля, шпага)
3. Корейское боевое искусство. Характерная особенность — активное использование ног в бою
4. Вид спорта или спортивная дисциплина, заключающаяся в преодолении вплавь за наименьшее время различных дистанций
5. Спортивная командная игра с мячом и битой на травяной площадке, похожая на русскую лапту

#### По вертикали

1. Роль самого высокого игрока в баскетбольной команде.
5. Игра шарами на специальном столе по особым правилам

1,5

	Ц										
	Ф	Е	Х	Т	О	В	А	Н	И	Е	
	Н										
	Т	Х	Э	К	В	О	Н	А	О		
	Р										
	О										
	П	Л	А	В	А	Н	И	Е			
	О										
Б	В	Е	Й	С	Б	О	Л				
И											
Л											
Б											
У											
Р											
А											

1,5     1,5     1,5     1,5

95

345

Резников

15  
1