



ПОЛУЧИТЬ БЕСПЛАТНУЮ КОНСУЛЬТАЦИЮ

ПОДПИСЫВАЙТЕСЬ
на нас в Телеграм



Подписчикам СКИДКИ! Телеграмм канал → t.me/sinerqy
Магазин готовых ответов на тесты купить в магазине по ссылке: sinerqy.com/list/
Нужна помощь с тестами, практикой? Пиши: sinerqy@yandex.ru, WhatsApp, Telegram

1. Форма физических упражнений — это определенная упорядоченность и согласованность как процессов, так и элементов содержания данного упражнения. В форме физических упражнений различают внутреннюю и внешнюю структуру.

Как можно охарактеризовать внутреннюю структуру физических упражнений?

2. Техника физических упражнений — это способ выполнения двигательных действий, с помощью которых двигательная задача решается с большей эффективностью. В технике физических упражнений выделяют: основу, ведущее звено, детали техники.

Что такое «ведущее звено техники»?

3. Принцип сознательности и активности в физкультурно-спортивной деятельности направлен на то, чтобы сформировать у занимающихся глубоко осмысленное отношение, устойчивый интерес и потребности к этой деятельности.

Что означает принцип сознательности и активности?

4. В секцию по футболу пришли записаться два родных брата, одному из которых 16 лет, а второму 7 лет. Они захотели заниматься футболом вместе, в одной группе и в одно время. Попросили тренера об этом, потому что им удобно приходить из дома вместе. Тренер согласился и определил их в одну группу.

Правильно ли поступил тренер по футболу с учетом прицелов обучения в физическом воспитании? Поясните ответ

5. Формы занятий физическими упражнениями — это систематические занятия, проводимые преподавателем (или тренером) с постоянным составом занимающихся. Такие формы обеспечивают общую физическую подготовленность, знакомят с типичными видами упражнений, изучают основы техники различных видов спорта.

Что представляет собой понятие «форма занятий» на уроках физической культуры?

6. Формы организации обучения физкультурно-спортивной деятельности (формы занятий физическими упражнениями) — это способы организации учебно-воспитательного процесса, каждый из которых характеризуется определённым типом взаимосвязи преподавателя (тренера) и занимающихся, а также соответствующими условиями занятий. Выделяют индивидуальные, групповые, фронтальные, коллективные, парные, аудиторные и внеаудиторные, классные и внеклассные, школьные и внешкольные формы обучения.

Тренировка по баскетболу в районном Доме спорта проводится в спортивном зале для группы детей 12–13 лет.

В каких формах обучения с такими детьми следует проводить занятия?

7. Отдельный тренировочный урок (занятие) имеет определенную структуру, постановку задач, выбор методики и контроль. Эффективность занятий зависит от их правильной организации, которая позволяет обеспечить необходимую плотность занятий, выбрать оптимальную дозировку упражнений и учесть индивидуальные

Самый быстрый способ связи - мессенджер (кликни по иконке, и диалог откроется)



WhatsApp



Telegram



Max



sinerqy@yandex.ru



sinerqy.com



ПОЛУЧИТЬ БЕСПЛАТНУЮ КОНСУЛЬТАЦИЮ

ПОДПИСЫВАЙТЕСЬ
на нас в Телеграм



Подписчикам СКИДКИ! Телеграмм канал — t.me/sinerqy
Магазин готовых ответов на тесты купить в магазине по ссылке: sinerqy.com/list/
Нужна помощь с тестами, практикой? Пиши: sinerqy@yandex.ru, [WhatsApp](#), [Telegram](#)

особенности занимающихся. Выделяют три части тренировочного занятия.

Что входит в заключительную часть занятия?

8. Контроль за эффективностью процесса обучения представляет собой систему мероприятий, направленных на оценку применяемых средств, методов и нагрузок, а также на анализ изменений в состоянии здоровья, физического развития и спортивного мастерства занимающихся. Контроль имеет несколько видов: предварительный, оперативный, текущий, этапный, итоговый.

Какие особенности и характеристики у предварительного контроля?

9. После Октябрьской революции 1917 года в России были ..., что способствовало вовлечению широких масс населения в спортивные мероприятия и укреплению обороноспособности государства

10. В сфере физического воспитания разрабатывается вся рабочая документация по планированию на основании отправных, официальных документов, таких как ...

11. В основной части урока физической культуры вначале ...

12. ... способ организации занимающихся — это одновременное выполнение несколькими занимающимися разных заданий.

13. Закрытая механическая травма мягких тканей с нарушением их анатомической целостности в результате действия сил, превышающих предел эластичности этих тканей — это ... мышцы или сухожилия

14. ... периоды — это этапы индивидуального развития, когда формируются наиболее благоприятные условия совершенствования отдельных свойств организма и способностей человека.

15. Установите соответствие между физическим качеством и сенситивным периодом его воспитания:

16. Установите соответствие между этапами обучения двигательным действиям и их задачами:

17. Расположите в правильной последовательности действия команд на соревнованиях:

18. Расположите в хронологической последовательности этапы бега по дистанции:

19. Расположите действия решения задач в основной части урока физической культуры (общая схема) в правильной последовательности:

20. Двигательное умение — это уровень владения ...

21. Реализация цели физического воспитания осуществляется через решение ...

Самый быстрый способ связи - мессенджер (кликни по иконке, и диалог откроется)



WhatsApp



Telegram



Max



sinerqy@yandex.ru



sinerqy.com



ПОЛУЧИТЬ БЕСПЛАТНУЮ КОНСУЛЬТАЦИЮ

ПОДПИСЫВАЙТЕСЬ
на нас в Телеграм



Подписчикам СКИДКИ! Телеграмм канал — t.me/sinerqy
Магазин готовых ответов на тесты купить в магазине по ссылке: sinerqy.com/list/
Нужна помощь с тестами, практикой? Пиши: sinerqy@yandex.ru, [WhatsApp](https://www.whatsapp.com), [Telegram](https://t.me/sinerqy)

22. К отличительным признакам физической культуры относят ...
23. В образовании используют разные виды общепедагогических методов, среди которых выделяют: наглядные, ... и практические
24. Принцип ... реализуется на практике путем демонстрации двигательных действий преподавателем, показа наглядных пособий, просмотра кино- и видеофильмов, а также использованием звуковой и световой сигнализации
25. Принцип ... физического воспитания предполагает постепенное и постоянное повышение требований к занимающимся
26. Установите соответствие между названием метода обучения двигательным действиям и его характеристикой:
27. Расположите основные этапы, которые могут быть отражены в положении о спортивном мероприятии, в правильной последовательности:
28. Расположите государственные организации управления физической культурой и спортом в порядке иерархии сверху вниз, начиная с высшего:
29. Прогрессирующий вариант нагрузки — это ...
30. Общая выносливость заключается в способности ...
31. Под физическим развитием понимают ...
32. Способность преодолевать сопротивление или противодействовать ему за счет мышечных усилий называется ... человека
33. ... средства — тренажеры, которые берут на себя функции обучения технике движений и контроля за действиями занимающихся
34. ... метод — это метод обучения, при котором упражнения выполняются одновременно всеми учащимися под руководством учителя, что обеспечивает большой охват учащихся, высокую плотность нагрузки и эффективность в организации учебного процесса
35. Установите соответствие между понятиями и их краткими определениями:
36. Установите соответствие между физическим качеством и его определением:
37. Расположите приемы массажа в правильной последовательности:

Самый быстрый способ связи - мессенджер (кликни по иконке, и диалог откроется)



WhatsApp



Telegram



Max



sinerqy@yandex.ru



sinerqy.com



ПОЛУЧИТЬ БЕСПЛАТНУЮ КОНСУЛЬТАЦИЮ

ПОДПИСЫВАЙТЕСЬ
на нас в Телеграм



Подписчикам СКИДКИ! Телеграмм канал — t.me/sinerqy

Магазин готовых ответов на тесты купить в магазине по ссылке: sinerqy.com/list/

Нужна помощь с тестами, практикой? Пиши: sinerqy@yandex.ru, WhatsApp, Telegram

38. Расположите этапы решения задач в обучении технике физических упражнений в правильной последовательности:
39. К основным средствам физического воспитания и спорта относят ...
40. К характерным признакам физической культуры относят — ...
41. В основе физической культуры лежит ...
42. ... — это вид воспитания, направленный на обучение движениям, развития физических качеств, овладением физкультурными знаниями
43. Упражнения, где сочетаются быстрота и сила, называются ...
44. ... — этапы тренировки, включающие относительно законченный ряд микроциклов (суммарной длительностью около месяца)
45. Установите соответствие между видами анализа и их содержанием:
46. Установите соответствие между тестовыми заданиями и физическими качествами, уровень развития которых они показывают:
47. Расположите этапы развития физических способностей в правильной последовательности:
48. Расположите в правильной последовательности зоны развития работоспособности в рамках отдельного занятия:
49. Инструктаж и обучение в деятельности тренера-педагога включает ...
50. Основным показателем уровня общей выносливости является ...
51. Для развития ловкости применяются ...
52. К первостепенным задачам физического образования относят — ...
53. Наиболее распространенный метод оценки уровня силовых способностей — ...
54. Физическая ... определяется уровнем сформированности психофизических качеств (сила, скоростно-силовые качества, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость, удержание равновесия, координационные способности) и степенью сформированности двигательных навыков

Самый быстрый способ связи - мессенджер (кликни по иконке, и диалог откроется)



WhatsApp



Telegram



Max



sinerqy@yandex.ru



sinerqy.com



ПОЛУЧИТЬ БЕСПЛАТНУЮ КОНСУЛЬТАЦИЮ

ПОДПИСЫВАЙТЕСЬ
на нас в Телеграм



Подписчикам СКИДКИ! Телеграмм канал — t.me/sinerqy
Магазин готовых ответов на тесты купить в магазине по ссылке: sinerqy.com/list/
Нужна помощь с тестами, практикой? Пиши: sinerqy@yandex.ru, [WhatsApp](https://www.whatsapp.com/), [Telegram](https://t.me/sinerqy)

55. ... метод тренировок заключается в выполнении последовательности упражнений (или кругов) с минимальным отдыхом
56. Метод тренировок, предусматривающий выполнение циклических упражнений с постоянной интенсивностью в течение длительного времени, — это ... метод
57. ... обеспечивает преодоление периода вработывания организма и переводит организм занимающихся из состояния сравнительного покоя в деятельное состояние, готовое к выполнению повышенных физических нагрузок
58. Установите соответствие между показателем физического состояния и методом его оценки:
59. Расположите в правильной последовательности этапы развития координации в рамках одного тренировочного занятия:
60. Педагогическая деятельность тренера направлена на гармоничное развитие личности спортсменов посредством систематизированной физической подготовки, воспитания волевых качеств, формирования интереса к регулярным занятиям спортом, приобретения ими специальных знаний и навыков, способствующих успехам в избранном виде спорта, а также интеграции здорового образа жизни и принципов социальной адаптации.
- Что такое физическая подготовка обучающихся?
61. К основным средствам физического воспитания относят ...
62. Под быстротой в физкультурно-спортивной деятельности понимают ...
63. Ловкость — это способность ...
64. Главной отличительной особенностью физических упражнений от других двигательных действий является то, что они ...
65. Здоровье — это состояние полного ..., душевного (психического) и социального благополучия, а не только отсутствие болезней
66. ... метод — это метод организации учебной деятельности, при котором учащиеся выполняют одно и то же упражнение по очереди один за другим без перерыва
67. ... физического воспитания — это определенным образом упорядоченная совокупность приемов выполнения физических упражнений, обеспечивающих решение конкретной задачи

Самый быстрый способ связи - мессенджер (кликни по иконке, и диалог откроется)



WhatsApp



Telegram



Max



sinerqy@yandex.ru



sinerqy.com



ПОЛУЧИТЬ БЕСПЛАТНУЮ КОНСУЛЬТАЦИЮ

ПОДПИСЫВАЙТЕСЬ
на нас в Телеграм



Подписчикам СКИДКИ! Телеграмм канал — t.me/sinerqy
Магазин готовых ответов на тесты купить в магазине по ссылке: sinerqy.com/list/
Нужна помощь с тестами, практикой? Пиши: sinerqy@yandex.ru, [WhatsApp](#), [Telegram](#)

- 68.** Физическое ... — это часть физической культуры, организованный процесс направленного использования накопленных поколениями достижений физической культуры для физического совершенствования человека, содействие гармоничному развитию личности
- 69.** Установите соответствие между знаком отличия Комплекса ГТО 5-й ступени и количеством испытаний, которые следует успешно выполнить для его получения:
- 70.** Расположите упражнения разминки в правильной последовательности:
- 71.** Формы организации обучения физкультурно-спортивной деятельности (формы занятий физическими упражнениями) — это способы организации учебно-воспитательного процесса. Существуют различные формы обучения.
Что подразумевает фронтальная форма обучения?
- 72.** Принцип периодичности при построении программы силовых тренировок подразумевает ...
- 73.** Основными методами оценки гибкости являются ...
- 74.** К ведущим принципам организации учебно-тренировочного занятия относят принцип ...
- 75.** Основная форма подготовки спортсмена, представляющая собой педагогический процесс, направленный на воспитание и совершенствование определенных способностей, обуславливающих готовность спортсменов к достижению высших результатов, — это ...
- 76.** Метод, предусматривающий выполнение упражнения (элемента, приёма) в целом, без деления его на составные части, называется методом ...
- 77.** Физиологической основой принципа ... физического воспитания является явление суперкомпенсации (сверхвосстановления энергоисточников и возбудимости нервной системы)
- 78.** Установите соответствие между методом развития ловкости и его характеристикой:
- 79.** Расположите этапы совершенствования спортивной техники в правильной последовательности:
- 80.** Принципы, регламентирующие обучение видам физкультурно-спортивной деятельности, — это основополагающие положения, которые направляют и оптимизируют процесс обучения в физической культуре и спорте. Они обеспечивают эффективность, безопасность и целенаправленность подготовки занимающихся. Также они имеют практическое значение.
В чем заключается практическое значение этих принципов?

Самый быстрый способ связи - мессенджер (кликни по иконке, и диалог откроется)



WhatsApp



Telegram



Max



sinerqy@yandex.ru



sinerqy.com

