



Гигиена физического воспитания и спорта БАК

- 1 Физическое воспитание школьников включает следующие формы:
- 2 В основной части урока физической культуры должны соблюдаться общие физиолого-гигиенические принципы выполнения физических упражнений:
- 3 Назовите, что будет способствовать положительному эффекту занятий и высоким спортивным результатам юных спортсменов:
- 4 В борьбе за здоровье людей среднего и пожилого возраста какую роль играют физическая культура и спорт:
- 5 Основные гигиенические требования, которые должны соблюдать при любых физкультурных занятиях:
- 6 В чем заключается гигиеническое значение производственной гимнастики:
- 7 Гигиена - это:
- 8 Задачи гигиены:
- 9 Укажите, какой возраст детей и подростков наиболее благоприятен для занятий физическими упражнениями:
- 10 Акселерация – это ...
- 11 Какое снижение интенсивности нагрузки в заключительной части урока физической культуры:
- 12 Что обеспечивает санитарное просвещение:
- 13 При гигиенической оценке воздуха учитывается:
- 14 Наиболее распространенный способ дезинфекции воды:
- 15 Гигиенически оптимальная температура воздуха в спортзалах в холодное время года не ниже:
- 16 Основное гигиеническое требование к спортивному инвентарю, оборудованию:
- 17 Чему способствуют систематические занятия спортом в школьном возрасте:



- 18) Какую роль в подготовке юных спортсменов играют соревнования?
Они содействуют:
- 19) Санитарно-эпидемиологические службы осуществляют:
- 20) Гигиенические особенности открытых спортсооружений специфичны для занятий отдельными видами спорта. Что является общим:
- 21) Во многих видах спорта применяются защитные приспособления для спортсмена:
- 22) В чем заключается основное гигиеническое требование к уроку физической культуры:
- 23) По гигиеническим нормам освещенность в спортзалах (на полу) должна быть не менее:
- 24) Каким образом меняется суточная калорийность питания детей школьного возраста при систематических занятиях физической культурой:
- 25) В «Гигиене физического воспитания и спорта» используют методики гигиенических исследований:
- 26) Современная и гигиенически наиболее приемлемая система искусственной вентиляции спортсооружений:
- 27) Для окраски стен в спортзалах рекомендуются светлые тона:
- 28) Гигиенические ванны стимулируют физические функции: