



Физическая культура

- 1 Важнейшая предпосылка возникновения физической культуры:
- 2 Охарактеризуйте физическую культуру в первобытном обществе.
- 3 Важнейшая особенность физической культуры в первобытном обществе:
- 4 В классификацию игр, как древнейшей формы организации физического воспитания, по двигательным навыкам входит:
- 5 В классификацию игр, как древнейшей формы организации физического воспитания, по социальным функциям входит:
- 6 Спорт как самостоятельная сфера деятельности:
- 7 Важнейшая особенность физической культуры в странах Древнего Востока:
- 8 Культивировавшиеся виды спорта в Древней Греции:
- 9 Степенью крайнего невежества в Древней Греции считалось:
- 10 Особой сферой человеческой деятельности и создания особо сложной и многогранной системы физического воспитания и соревнований является:
- 11 Общая система физического воспитания в Древней Греции называлась:
- 12 Палестрика – это:
- 13 Орхестрика – это:
- 14 Целью физического воспитания как военно-физической подготовки является:
- 15 При Спартанской системе физического воспитания в Древней Греции воспитатели назначаются и контролируются:
- 16 При Спартанской системе физического воспитания с 7 до 17 лет мальчики:
- 17 Афинская система физического воспитания:





- 18) При Афинской системе физического воспитания с 7 до 16 лет ребенок:
- 19) Спортивные игры, проходящие в Немее и около Коринфа носили название:
- 20) Особенностью римской культуры являются:
- 21) Важнейшей особенностью физической культуры и физического воспитания в средние века является:
- 22) Целью физического воспитания в средние века являются:
- 23) В средние века спортивные соревнования представляли собой:
- 24) Сюзерен – это:
- 25) В средние века дама должна была уметь:
- 26) В духовенстве в средние века физическая культура и физическое воспитание:
- 27) К утопистам эпохи Возрождения относится:
- 28) Создание школы «Дом радости» относят к:
- 29) Фраза «Джентльмен должен быть воспитан так, чтобы во всякое время быть готовым надеть оружие и стать солдатом» принадлежит:
- 30) Спорт как метод подготовки для войны в колониях и за колонии рассматривается:
- 31) В 1861 году в Англии:
- 32) «Сокольская гимнастическая система» получила свое развитие:
- 33) Основателем «Сокольской гимнастической системы» является:
- 34) УСИ – это:
- 35) ИСУ – это:
- 36) V Олимпийские игры прошли:





- 37) Физическую подготовку как средство воспитания у солдат необходимых физических и морально-волевых качеств рассматривал:
- 38) В 1896 году в России появились:
- 39) Неверно, что к показателям физического совершенства относится ...
- 40) Главная функция суставов – это ...
- 41) В теле человека насчитывается ... мышц
- 42) Неверно, что существует ... мускулатура
- 43) Процесс физического образования и воспитания, выражающий высокую степень развития индивидуальных физических способностей – это ...
- 44) Неверно, что по функциональному назначению и направлению движений в суставах существуют мышцы ...
- 45) Количество кислорода, необходимое для полного обеспечения выполняемой работы, называют ...
- 46) Сердечно-сосудистая система состоит из ...
- 47) Максимальный спад работоспособности человека (в среднем) приходится на ...
- 48) Вид деятельности человека, особенности которой определяются комплексом факторов, отличающих один вид деятельности от другого, связанного с наличием каких-либо климатических, производственных, физических, информационных и тому подобных факторов – это ...
- 49) Гипокинезия - особое состояние организма, обусловленное ...
- 50) Признаком гиперстенического типа является ...
- 51) Педагогический процесс, направленный на формирование физической культуры личности в результате педагогических воздействий и самовоспитания – это ...
- 52) Основное средство физической культуры – это ...





- 53) Неверно, что при работе циклического характера существует зона ...
- 54) Главный источник энергии в организме – это ...
- 55) При голодании служат источником углеводов
- 56) Неверно, что показателями работоспособности сердца является ...
- 57) Неверно, что в процессе физического воспитания преследуется ... задача
- 58) Суммарный (общий кислородный) запрос – это ...
- 59) Неверно, что к числу физических качеств относится ...
- 60) В состоянии существенно учащается дыхание, нарастает легочная вентиляция, активно поглощается кислород
- 61) Оптимальная ЧСС в возрасте от 30 до 39 лет при оздоровительной тренировке составляет ...
- 62) Система использования физических факторов внешней среды для повышения сопротивляемости организма к простудным и инфекционным заболеваниям – это ...
- 63) Неверно, что к основным принципам закаливания относят ...
- 64) Расход энергии в Ккал на 1 кг веса в час при ходьбе в умеренном темпе составляет ...
- 65) Во время длительных физических нагрузок как источник энергии активно используется ...
- 66) Неверно, что задачей Профессионально-прикладной физической подготовки является ...
- 67) Изучение двигательного действия в том виде, в каком оно должно быть, как конечная задача обучения предусматривает метод ...
- 68) Считается, что норма потребления белка в день для взрослого человека составляет ...
- 69) ... сила мышц человека определяется максимальной величиной преодолеваемого им сопротивления
- 70) В зависимости от должной величины максимального потребления кислорода, низкий уровень физического состояния составляет ...





- 71) Неверно, что для развития силы на практике распространён метод ...
- 72) Сразу после интенсивной силовой работы происходит восстановление и сверх восстановление (суперкомпенсация) белковых структур, что будет приводить к ...
- 73) Способность человека выполнять движение за минимальный промежуток времени – это ...
- 74) Неверно, что как элементарную форму быстроты выделяют ...
- 75) Существует два вида старта:
- 76) Способность человека выполнять движения с большой амплитудой – это ...
- 77) Длина изолированной мышцы, при которой в ней отсутствует упругое напряжение – это ...
- 78) Неверно, что для контроля за состоянием и изменением гибкости человека применяют ...
- 79) Упражнения ... являются хорошим средством восстановления организма после утомления и повышения его работоспособности
- 80) Способность человека успешно выполнять движения, несмотря на наступающее утомление – это ...
- 81) Наиболее эффективным методом развития силовых и скоростно-силовых качеств является ...
- 82) Процесс изменения естественных морфофункциональных свойств организма человека в течение индивидуальной жизни - это ...
- 83) Препараты, введение в организм которых сопровождается усилением процессов тканевого обмена и лучшим усвоением мышцами белков называются ...
- 84) Составная часть физической культуры, средство и метод физического воспитания, основанный на использовании соревновательной деятельности и подготовке к ней, в процессе которой сравниваются и оцениваются потенциальные возможности человека – это ...
- 85) Неверно, что отличительной чертой соревновательной деятельности является ...





- 86 ... - предполагает систематическую плановую многолетнюю подготовку и участие в соревнованиях в избранном виде спорта с целью достижения максимально возможных спортивных результатов, победы на крупнейших спортивных соревнованиях
- 87 Первая всемирная летняя универсиада была проведена в ...
- 88 Процесс распознавания и оценки индивидуальных биологических и социальных особенностей человека, истолкование и обобщение полученных данных о здоровье и заболевании – это ...
- 89 Основная форма врачебного контроля -
- 90 Система мероприятий по укреплению здоровья и длительному сохранению высокой спортивной работоспособности, направляемая на то, чтобы предупредить и выявить ранние признаки нарушения здоровья и функционального состояния – это ...
- 91 Привычная поза непринужденно стоящего человека без активного мышечного напряжения - ...
- 92 Боковое искривление позвоночника – это ...
- 93 Неверно, что существует ... форма стопы
- 94 Представление о функции вегетативной нервной системы можно получить по ...
- 95 Основой мышц являются ...
- 96 Неверно, что дыхательная система включает в себя ...
- 97 Неверно, что к числу физических качеств относится ...
- 98 Физические упражнения, связанные со стандартностью или нестандартностью движений, делятся на ...
- 99 Один из основных физиологических спутников тренированности – это ...
- 100 Запасы углеводов особенно интенсивно используются ...
- 101 Жировая ткань содержит ...% воды (от её массы)
- 102 Наибольшее количество кислорода, которое может усвоить организм при предельно напряженной для него работе – это ...



- 103 Неверно, что для определения «биологического возраста» в системе «батарея тестов» используется ...
- 104 Через 5-9 минут после выкуривания только одной сигареты мышечная сила уменьшается на ...
- 105 Углеводы составляют примерно ... от веса тела человека
- 106 Людей, у которых пик работоспособности приходится на вечерние часы, называют ...
- 107 Двигательное действие, специально организованное для решения задач физического воспитания в соответствии с его закономерностями – это ...
- 108 Первым этапом изучения технических действий (условно) является ...
- 109 Физическую подготовку разделяют на ...
- 110 При динамическом - уступающем режиме работы длина мышцы...
- 111 Статические силовые элементы следует планировать
- 112 Для нагрузки в пределах от 35% до 65% абсолютных возможностей, приводящей к утомлению, необходимо включение ...
- 113 Неверно, что к методам развития быстроты относится ...
- 114 На последних метрах дистанции необходимо стремиться не потерять свободы движений и ...
- 115 Две основные формы гибкости:
- 116 Быстрее других физических качеств с возрастом теряется ...
- 117 Во время разминки усиливаются дыхание, кровообращение, потоотделение и, как следствие, происходит «согревание» мышц тела, которые становятся более ...
- 118 У людей с сильной нервной системой, при выполнении упражнений на выносливость,
- 119 Международная федерация студенческого спорта имеет аббревиатуру ...
- 120 Первая всемирная зимняя универсиада была проведена в ...





- 121 Цель диагностики - ...
- 122 Неверно, что врачебное обследование включает в себя ...
- 123 Неверно, что существует тип осанки ...
- 124 Неверно, что существует ... тип сколиоза
- 125 Неверно, что существует ... тип сложения человека
- 126 Неверно, что признаком астенического типа телосложения является ...
- 127 «Жизненный показатель» определяется ...
- 128 ... в отличие от других физических качеств менее всего поддаются развитию и носят преимущественно врожденный характер
- 129 Способность преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему посредством мышечных усилий – это ...
- 130 Под ... двигательных действий понимают наиболее целесообразный способ управления движениями.
- 131 Неверно, что к показателям физического совершенства относится ...
- 132 Главная функция суставов – это ...
- 133 В теле человека насчитывается ... мышц
- 134 Неверно, что существует ... мускулатура
- 135 Процесс физического образования и воспитания, выражающий высокую степень развития индивидуальных физических способностей – это ...
- 136 Неверно, что по функциональному назначению и направлению движений в суставах существуют мышцы ...
- 137 Количество кислорода, необходимое для полного обеспечения выполняемой работы, называют ...
- 138 Сердечно-сосудистая система состоит из ...
- 139 Максимальный спад работоспособности человека (в среднем) приходится на ...





- 140 Вид деятельности человека, особенности которой определяются комплексом факторов, отличающих один вид деятельности от другого, связанного с наличием каких-либо климатических, производственных, физических, информационных и тому подобных факторов – это ...
- 141 Гипокинезия - особое состояние организма, обусловленное ...
- 142 Признаком гиперстенического типа является ...
- 143 Педагогический процесс, направленный на формирование физической культуры личности в результате педагогических воздействий и самовоспитания – это ...
- 144 Основное средство физической культуры – это ...
- 145 Неверно, что при работе циклического характера существует зона ...
- 146 Главный источник энергии в организме – это ...
- 147 При голодании служат источником углеводов
- 148 Неверно, что показателями работоспособности сердца является ...
- 149 Неверно, что в процессе физического воспитания преследуется ... задача
- 150 Суммарный (общий кислородный) запрос – это ...
- 151 Неверно, что к числу физических качеств относится ...
- 152 В состоянии существенно учащается дыхание, нарастает легочная вентиляция, активно поглощается кислород
- 153 Оптимальная ЧСС в возрасте от 30 до 39 лет при оздоровительной тренировке составляет ...
- 154 Система использования физических факторов внешней среды для повышения сопротивляемости организма к простудным и инфекционным заболеваниям – это ...
- 155 Неверно, что к основным принципам закаливания относят ...
- 156 Расход энергии в Ккал на 1 кг веса в час при ходьбе в умеренном темпе составляет ...





- 157) Во время длительных физических нагрузок как источник энергии активно используется ...
- 158) Неверно, что задачей Профессионально-прикладной физической подготовки является ...
- 159) Изучение двигательного действия в том виде, в каком оно должно быть, как конечная задача обучения предусматривает метод ...
- 160) Считается, что норма потребления белка в день для взрослого человека составляет ...
- 161) ... сила мышц человека определяется максимальной величиной преодолеваемого им сопротивления
- 162) В зависимости от должной величины максимального потребления кислорода, низкий уровень физического состояния составляет ...
- 163) Неверно, что для развития силы на практике распространён метод ...
- 164) Сразу после интенсивной силовой работы происходит восстановление и сверх восстановление (суперкомпенсация) белковых структур, что будет приводить к ...
- 165) Способность человека выполнять движение за минимальный промежуток времени – это ...
- 166) Неверно, что как элементарную форму быстроты выделяют ...
- 167) Существует два вида старта:
- 168) Способность человека выполнять движения с большой амплитудой – это ...
- 169) Длина изолированной мышцы, при которой в ней отсутствует упругое напряжение – это ...
- 170) Неверно, что для контроля за состоянием и изменением гибкости человека применяют ...
- 171) Упражнения ... являются хорошим средством восстановления организма после утомления и повышения его работоспособности
- 172) Способность человека успешно выполнять движения, несмотря на наступающее утомление – это ...
- 173) Наиболее эффективным методом развития силовых и скоростно-силовых качеств является ...





- 174) Процесс изменения естественных морфофункциональных свойств организма человека в течение индивидуальной жизни - это ...
- 175) Препараты, введение в организм которых сопровождается усилением процессов тканевого обмена и лучшим усвоением мышцами белков называются ...
- 176) Составная часть физической культуры, средство и метод физического воспитания, основанный на использовании соревновательной деятельности и подготовке к ней, в процессе которой сравниваются и оцениваются потенциальные возможности человека – это ...
- 177) Неверно, что отличительной чертой соревновательной деятельности является ...
- 178) ... - предполагает систематическую плановую многолетнюю подготовку и участие в соревнованиях в избранном виде спорта с целью достижения максимально возможных спортивных результатов, победы на крупнейших спортивных соревнованиях
- 179) Первая всемирная летняя универсиада была проведена в ...
- 180) Процесс распознавания и оценки индивидуальных биологических и социальных особенностей человека, истолкование и обобщение полученных данных о здоровье и заболевании – это ...
- 181) Основная форма врачебного контроля -
- 182) Система мероприятий по укреплению здоровья и длительному сохранению высокой спортивной работоспособности, направляемая на то, чтобы предупредить и выявить ранние признаки нарушения здоровья и функционального состояния – это ...
- 183) Привычная поза непринужденно стоящего человека без активного мышечного напряжения - ...
- 184) Боковое искривление позвоночника – это ...
- 185) Неверно, что существует ... форма стопы
- 186) Представление о функции вегетативной нервной системы можно получить по ...
- 187) Основой мышц являются ...
- 188) Неверно, что дыхательная система включает в себя ...





- 189 Неверно, что к числу физических качеств относится ...
- 190 Физические упражнения, связанные со стандартностью или нестандартностью движений, делятся на ...
- 191 Один из основных физиологических спутников тренированности – это ...
- 192 Запасы углеводов особенно интенсивно используются ...
- 193 Жировая ткань содержит ...% воды (от её массы)
- 194 Наибольшее количество кислорода, которое может усвоить организм при предельно напряженной для него работе – это ...
- 195 Неверно, что для определения «биологического возраста» в системе «батарея тестов» используется ...
- 196 Через 5-9 минут после выкуривания только одной сигареты мышечная сила уменьшается на ...
- 197 Углеводы составляют примерно ... от веса тела человека
- 198 Людей, у которых пик работоспособности приходится на вечерние часы, называют ...
- 199 Двигательное действие, специально организованное для решения задач физического воспитания в соответствии с его закономерностями – это ...
- 200 Первым этапом изучения технических действий (условно) является ...
- 201 Физическую подготовку разделяют на ...
- 202 При динамическом - уступающем режиме работы длина мышцы...
- 203 Статические силовые элементы следует планировать
- 204 Для нагрузки в пределах от 35% до 65% абсолютных возможностей, приводящей к утомлению, необходимо включение ...
- 205 Неверно, что к методам развития быстроты относится ...
- 206 На последних метрах дистанции необходимо стремиться не потерять свободы движений и ...





- 207) Две основные формы гибкости:
- 208) Быстрее других физических качеств с возрастом теряется ...
- 209) Во время разминки усиливаются дыхание, кровообращение, потоотделение и, как следствие, происходит «согревание» мышц тела, которые становятся более ...
- 210) У людей с сильной нервной системой, при выполнении упражнений на выносливость,
- 211) Международная федерация студенческого спорта имеет аббревиатуру ...
- 212) Первая всемирная зимняя универсиада была проведена в ...
- 213) Цель диагностики - ...
- 214) Неверно, что врачебное обследование включает в себя ...
- 215) Неверно, что существует тип осанки ...
- 216) Неверно, что существует ... тип сколиоза
- 217) Неверно, что существует ... тип сложения человека
- 218) Неверно, что признаком астенического типа телосложения является ...
- 219) «Жизненный показатель» определяется ...
- 220) ... в отличие от других физических качеств менее всего поддаются развитию и носят преимущественно врожденный характер
- 221) Способность преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему посредством мышечных усилий – это ...
- 222) Под ... двигательных действий понимают наиболее целесообразный способ управления движениями.
- 223) Неверно, что к показателям физического совершенства относится ...
- 224) Главная функция суставов – это ...
- 225) В теле человека насчитывается ... мышц





- 226 Неверно, что существует ... мускулатура
- 227 Процесс физического образования и воспитания, выражающий высокую степень развития индивидуальных физических способностей – это ...
- 228 Неверно, что по функциональному назначению и направлению движений в суставах существуют мышцы ...
- 229 Количество кислорода, необходимое для полного обеспечения выполняемой работы, называют ...
- 230 Сердечно-сосудистая система состоит из ...
- 231 Максимальный спад работоспособности человека (в среднем) приходится на ...
- 232 Вид деятельности человека, особенности которой определяются комплексом факторов, отличающих один вид деятельности от другого, связанного с наличием каких-либо климатических, производственных, физических, информационных и тому подобных факторов – это ...
- 233 Гипокинезия - особое состояние организма, обусловленное ...
- 234 Признаком гиперстенического типа является ...
- 235 Педагогический процесс, направленный на формирование физической культуры личности в результате педагогических воздействий и самовоспитания – это ...
- 236 Основное средство физической культуры – это ...
- 237 Неверно, что при работе циклического характера существует зона ...
- 238 Главный источник энергии в организме – это ...
- 239 При голодании служат источником углеводов
- 240 Неверно, что показателями работоспособности сердца является ...
- 241 Неверно, что в процессе физического воспитания преследуется ... задача
- 242 Суммарный (общий кислородный) запрос – это ...





- 243 Неверно, что к числу физических качеств относится ...
- 244 В состоянии существенно учащается дыхание, нарастает легочная вентиляция, активно поглощается кислород
- 245 Оптимальная ЧСС в возрасте от 30 до 39 лет при оздоровительной тренировке составляет ...
- 246 Система использования физических факторов внешней среды для повышения сопротивляемости организма к простудным и инфекционным заболеваниям – это ...
- 247 Неверно, что к основным принципам закаливания относят ...
- 248 Расход энергии в Ккал на 1 кг веса в час при ходьбе в умеренном темпе составляет ...
- 249 Во время длительных физических нагрузок как источник энергии активно используется ...
- 250 Неверно, что задачей Профессионально-прикладной физической подготовки является ...
- 251 Изучение двигательного действия в том виде, в каком оно должно быть, как конечная задача обучения предусматривает метод ...
- 252 Считается, что норма потребления белка в день для взрослого человека составляет ...
- 253 ... сила мышц человека определяется максимальной величиной преодолеваемого им сопротивления
- 254 В зависимости от должной величины максимального потребления кислорода, низкий уровень физического состояния составляет ...
- 255 Неверно, что для развития силы на практике распространён метод ...
- 256 Сразу после интенсивной силовой работы происходит восстановление и сверх восстановление (суперкомпенсация) белковых структур, что будет приводить к ...
- 257 Способность человека выполнять движение за минимальный промежуток времени – это ...
- 258 Неверно, что как элементарную форму быстроты выделяют ...
- 259 Существует два вида старта:





- 260) Способность человека выполнять движения с большой амплитудой – это ...
- 261) Длина изолированной мышцы, при которой в ней отсутствует упругое напряжение – это ...
- 262) Неверно, что для контроля за состоянием и изменением гибкости человека применяют ...
- 263) Упражнения ... являются хорошим средством восстановления организма после утомления и повышения его работоспособности
- 264) Способность человека успешно выполнять движения, несмотря на наступающее утомление – это ...
- 265) Наиболее эффективным методом развития силовых и скоростно-силовых качеств является ...
- 266) Процесс изменения естественных морфофункциональных свойств организма человека в течение индивидуальной жизни - это ...
- 267) Препараты, введение в организм которых сопровождается усилением процессов тканевого обмена и лучшим усвоением мышцами белков называются ...
- 268) Составная часть физической культуры, средство и метод физического воспитания, основанный на использовании соревновательной деятельности и подготовке к ней, в процессе которой сравниваются и оцениваются потенциальные возможности человека – это ...
- 269) Неверно, что отличительной чертой соревновательной деятельности является ...
- 270) ... - предполагает систематическую плановую многолетнюю подготовку и участие в соревнованиях в избранном виде спорта с целью достижения максимально возможных спортивных результатов, победы на крупнейших спортивных соревнованиях
- 271) Первая всемирная летняя универсиада была проведена в ...
- 272) Процесс распознавания и оценки индивидуальных биологических и социальных особенностей человека, истолкование и обобщение полученных данных о здоровье и заболевании – это ...
- 273) Основная форма врачебного контроля -





- 274 Система мероприятий по укреплению здоровья и длительному сохранению высокой спортивной работоспособности, направляемая на то, чтобы предупредить и выявить ранние признаки нарушения здоровья и функционального состояния – это ...
- 275 Привычная поза непринужденно стоящего человека без активного мышечного напряжения - ...
- 276 Боковое искривление позвоночника – это ...
- 277 Неверно, что существует ... форма стопы
- 278 Представление о функции вегетативной нервной системы можно получить по ...
- 279 Основой мышц являются ...
- 280 Неверно, что дыхательная система включает в себя ...
- 281 Неверно, что к числу физических качеств относится ...
- 282 Физические упражнения, связанные со стандартностью или нестандартностью движений, делятся на ...
- 283 Один из основных физиологических спутников тренированности – это ...
- 284 Запасы углеводов особенно интенсивно используются ...
- 285 Жировая ткань содержит ...% воды (от её массы)
- 286 Наибольшее количество кислорода, которое может усвоить организм при предельно напряженной для него работе – это ...
- 287 Неверно, что для определения «биологического возраста» в системе «батарея тестов» используется ...
- 288 Через 5-9 минут после выкуривания только одной сигареты мышечная сила уменьшается на ...
- 289 Углеводы составляют примерно ... от веса тела человека
- 290 Людей, у которых пик работоспособности приходится на вечерние часы, называют ...





- 291 Двигательное действие, специально организованное для решения задач физического воспитания в соответствии с его закономерностями – это ...
- 292 Первым этапом изучения технических действий (условно) является ...
- 293 Физическую подготовку разделяют на ...
- 294 При динамическом - уступающем режиме работы длина мышцы...
- 295 Статические силовые элементы следует планировать
- 296 Для нагрузки в пределах от 35% до 65% абсолютных возможностей, приводящей к утомлению, необходимо включение ...
- 297 Неверно, что к методам развития быстроты относится ...
- 298 На последних метрах дистанции необходимо стремиться не потерять свободы движений и ...
- 299 Две основные формы гибкости:
- 300 Быстрее других физических качеств с возрастом теряется ...
- 301 Во время разминки усиливаются дыхание, кровообращение, потоотделение и, как следствие, происходит «согревание» мышц тела, которые становятся более ...
- 302 У людей с сильной нервной системой, при выполнении упражнений на выносливость,
- 303 Международная федерация студенческого спорта имеет аббревиатуру ...
- 304 Первая всемирная зимняя универсиада была проведена в ...
- 305 Цель диагностики - ...
- 306 Неверно, что врачебное обследование включает в себя ...
- 307 Неверно, что существует тип осанки ...
- 308 Неверно, что существует ... тип сколиоза





- 309 Неверно, что существует ... тип сложения человека
- 310 Неверно, что признаком астенического типа телосложения является ...
- 311 «Жизненный показатель» определяется ...
- 312 ... в отличие от других физических качеств менее всего поддаются развитию и носят преимущественно врожденный характер
- 313 Способность преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему посредством мышечных усилий – это ...
- 314 Под ... двигательных действий понимают наиболее целесообразный способ управления движениями.
- 315 Важнейшая предпосылка возникновения физической культуры:
- 316 Охарактеризуйте физическую культуру в первобытном обществе.
- 317 Важнейшая особенность физической культуры в первобытном обществе:
- 318 В классификацию игр, как древнейшей формы организации физического воспитания, по двигательным навыкам входит:
- 319 В классификацию игр, как древнейшей формы организации физического воспитания, по социальным функциям входит:
- 320 Спорт как самостоятельная сфера деятельности:
- 321 Важнейшая особенность физической культуры в странах Древнего Востока:
- 322 Культивировавшиеся виды спорта в Древней Греции:
- 323 Степенью крайнего невежества в Древней Греции считалось:
- 324 Особой сферой человеческой деятельности и создания особо сложной и многогранной системы физического воспитания и соревнований является:
- 325 Общая система физического воспитания в Древней Греции называлась:
- 326 Палестрика – это:
- 327 Орхестрика – это:





- 328 Целью физического воспитания как военно-физической подготовки является:
- 329 При Спартанской системе физического воспитания в Древней Греции воспитатели назначаются и контролируются:
- 330 При Спартанской системе физического воспитания с 7 до 17 лет мальчики:
- 331 Афинская система физического воспитания:
- 332 При Афинской системе физического воспитания с 7 до 16 лет ребенок:
- 333 Спортивные игры, проходящие в Немее и около Коринфа носили название:
- 334 Особенностью римской культуры являются:
- 335 Важнейшей особенностью физической культуры и физического воспитания в средние века является:
- 336 Целью физического воспитания в средние века являются:
- 337 В средние века спортивные соревнования представляли собой:
- 338 Сюзерен – это:
- 339 В средние века дама должна была уметь:
- 340 В духовенстве в средние века физическая культура и физическое воспитание:
- 341 К утопистам эпохи Возрождения относится:
- 342 Создание школы «Дом радости» относят к:
- 343 Фраза «Джентльмен должен быть воспитан так, чтобы во всякое время быть готовым надеть оружие и стать солдатом» принадлежит:
- 344 Спорт как метод подготовки для войны в колониях и за колонии рассматривается:
- 345 В 1861 году в Англии:
- 346 «Сокольская гимнастическая система» получила свое развитие:





- 347 Основателем «Сокольской гимнастической системы» является:
- 348 УСИ – это:
- 349 ИСУ – это:
- 350 V Олимпийские игры прошли:
- 351 Физическую подготовку как средство воспитания у солдат необходимых физических и морально-волевых качеств рассматривал:
- 352 В 1896 году в России появились:
- 353 Важнейшая предпосылка возникновения физической культуры:
- 354 Охарактеризуйте физическую культуру в первобытном обществе.
- 355 Важнейшая особенность физической культуры в первобытном обществе:
- 356 В классификацию игр, как древнейшей формы организации физического воспитания, по двигательным навыкам входит:
- 357 В классификацию игр, как древнейшей формы организации физического воспитания, по социальным функциям входит:
- 358 Спорт как самостоятельная сфера деятельности:
- 359 Важнейшая особенность физической культуры в странах Древнего Востока:
- 360 Культивировавшиеся виды спорта в Древней Греции:
- 361 Степенью крайнего невежества в Древней Греции считалось:
- 362 Особой сферой человеческой деятельности и создания особо сложной и многогранной системы физического воспитания и соревнований является:
- 363 Общая система физического воспитания в Древней Греции называлась:
- 364 Палестрика – это:
- 365 Орхестрика – это:





- 366 Целью физического воспитания как военно-физической подготовки является:
- 367 При Спартанской системе физического воспитания в Древней Греции воспитатели назначаются и контролируются:
- 368 При Спартанской системе физического воспитания с 7 до 17 лет мальчики:
- 369 Афинская система физического воспитания:
- 370 При Афинской системе физического воспитания с 7 до 16 лет ребенок:
- 371 Спортивные игры, проходящие в Немее и около Коринфа носили название:
- 372 Особенностью римской культуры являются:
- 373 Важнейшей особенностью физической культуры и физического воспитания в средние века является:
- 374 Целью физического воспитания в средние века являются:
- 375 В средние века спортивные соревнования представляли собой:
- 376 Сюзерен – это:
- 377 В средние века дама должна была уметь:
- 378 В духовенстве в средние века физическая культура и физическое воспитание:
- 379 К утопистам эпохи Возрождения относится:
- 380 Создание школы «Дом радости» относят к:
- 381 Фраза «Джентльмен должен быть воспитан так, чтобы во всякое время быть готовым надеть оружие и стать солдатом» принадлежит:
- 382 Спорт как метод подготовки для войны в колониях и за колонии рассматривается:
- 383 В 1861 году в Англии:
- 384 «Сокольская гимнастическая система» получила свое развитие:





- 385 Основателем «Сокольской гимнастической системы» является:
- 386 УСИ – это:
- 387 ИСУ – это:
- 388 V Олимпийские игры прошли:
- 389 Физическую подготовку как средство воспитания у солдат необходимых физических и морально-волевых качеств рассматривал:
- 390 В 1896 году в России появились:
- 391 Неверно, что к показателям физического совершенства относится ...
- 392 Главная функция суставов – это ...
- 393 В теле человека насчитывается ... мышц
- 394 Неверно, что существует ... мускулатура
- 395 Процесс физического образования и воспитания, выражающий высокую степень развития индивидуальных физических способностей – это ...
- 396 Неверно, что по функциональному назначению и направлению движений в суставах существуют мышцы ...
- 397 Количество кислорода, необходимое для полного обеспечения выполняемой работы, называют ...
- 398 Сердечно-сосудистая система состоит из ...
- 399 Максимальный спад работоспособности человека (в среднем) приходится на ...
- 400 Вид деятельности человека, особенности которой определяются комплексом факторов, отличающих один вид деятельности от другого, связанного с наличием каких-либо климатических, производственных, физических, информационных и тому подобных факторов – это ...
- 401 Гипокинезия - особое состояние организма, обусловленное ...





- 402) Признаком гиперстенического типа является ...
- 403) Педагогический процесс, направленный на формирование физической культуры личности в результате педагогических воздействий и самовоспитания – это ...
- 404) Основное средство физической культуры – это ...
- 405) Неверно, что при работе циклического характера существует зона ...
- 406) Главный источник энергии в организме – это ...
- 407) При голодании служат источником углеводов
- 408) Неверно, что показателями работоспособности сердца является ...
- 409) Неверно, что в процессе физического воспитания преследуется ... задача
- 410) Суммарный (общий кислородный) запрос – это ...
- 411) Неверно, что к числу физических качеств относится ...
- 412) В состоянии существенно учащается дыхание, нарастает легочная вентиляция, активно поглощается кислород
- 413) Оптимальная ЧСС в возрасте от 30 до 39 лет при оздоровительной тренировке составляет ...
- 414) Система использования физических факторов внешней среды для повышения сопротивляемости организма к простудным и инфекционным заболеваниям – это ...
- 415) Неверно, что к основным принципам закаливания относят ...
- 416) Расход энергии в Ккал на 1 кг веса в час при ходьбе в умеренном темпе составляет ...
- 417) Во время длительных физических нагрузок как источник энергии активно используется ...
- 418) Неверно, что задачей Профессионально-прикладной физической подготовки является ...
- 419) Изучение двигательного действия в том виде, в каком оно должно быть, как конечная задача обучения предусматривает метод ...





- 420) Считается, что норма потребления белка в день для взрослого человека составляет ...
- 421) ... сила мышц человека определяется максимальной величиной преодолеваемого им сопротивления
- 422) В зависимости от должной величины максимального потребления кислорода, низкий уровень физического состояния составляет ...
- 423) Неверно, что для развития силы на практике распространён метод ...
- 424) Сразу после интенсивной силовой работы происходит восстановление и сверх восстановление (суперкомпенсация) белковых структур, что будет приводить к ...
- 425) Способность человека выполнять движение за минимальный промежуток времени – это ...
- 426) Неверно, что как элементарную форму быстроты выделяют ...
- 427) Существует два вида старта:
- 428) Способность человека выполнять движения с большой амплитудой – это ...
- 429) Длина изолированной мышцы, при которой в ней отсутствует упругое напряжение – это ...
- 430) Неверно, что для контроля за состоянием и изменением гибкости человека применяют ...
- 431) Упражнения ... являются хорошим средством восстановления организма после утомления и повышения его работоспособности
- 432) Способность человека успешно выполнять движения, несмотря на наступающее утомление – это ...
- 433) Наиболее эффективным методом развития силовых и скоростно-силовых качеств является ...
- 434) Процесс изменения естественных морфофункциональных свойств организма человека в течение индивидуальной жизни – это ...
- 435) Препараты, введение в организм которых сопровождается усилением процессов тканевого обмена и лучшим усвоением мышцами белков называются ...





- 436 Составная часть физической культуры, средство и метод физического воспитания, основанный на использовании соревновательной деятельности и подготовке к ней, в процессе которой сравниваются и оцениваются потенциальные возможности человека – это ...
- 437 Неверно, что отличительной чертой соревновательной деятельности является ...
- 438 ... - предполагает систематическую плановую многолетнюю подготовку и участие в соревнованиях в избранном виде спорта с целью достижения максимально возможных спортивных результатов, победы на крупнейших спортивных соревнованиях
- 439 Первая всемирная летняя универсиада была проведена в ...
- 440 Процесс распознавания и оценки индивидуальных биологических и социальных особенностей человека, истолкование и обобщение полученных данных о здоровье и заболевании – это ...
- 441 Основная форма врачебного контроля -
- 442 Система мероприятий по укреплению здоровья и длительному сохранению высокой спортивной работоспособности, направляемая на то, чтобы предупредить и выявить ранние признаки нарушения здоровья и функционального состояния – это ...
- 443 Привычная поза непринужденно стоящего человека без активного мышечного напряжения - ...
- 444 Боковое искривление позвоночника – это ...
- 445 Неверно, что существует ... форма стопы
- 446 Представление о функции вегетативной нервной системы можно получить по ...
- 447 Основой мышц являются ...
- 448 Неверно, что дыхательная система включает в себя ...
- 449 Неверно, что к числу физических качеств относится ...
- 450 Физические упражнения, связанные со стандартностью или нестандартностью движений, делятся на ...





- 451) Один из основных физиологических спутников тренированности – это ...
- 452) Запасы углеводов особенно интенсивно используются ...
- 453) Жировая ткань содержит ...% воды (от её массы)
- 454) Наибольшее количество кислорода, которое может усвоить организм при предельно напряженной для него работе – это ...
- 455) Неверно, что для определения «биологического возраста» в системе «батарея тестов» используется ...
- 456) Через 5-9 минут после выкуривания только одной сигареты мышечная сила уменьшается на ...
- 457) Углеводы составляют примерно ... от веса тела человека
- 458) Людей, у которых пик работоспособности приходится на вечерние часы, называют ...
- 459) Двигательное действие, специально организованное для решения задач физического воспитания в соответствии с его закономерностями – это ...
- 460) Первым этапом изучения технических действий (условно) является ...
- 461) Физическую подготовку разделяют на ...
- 462) При динамическом - уступающем режиме работы длина мышцы...
- 463) Статические силовые элементы следует планировать
- 464) Для нагрузки в пределах от 35% до 65% абсолютных возможностей, приводящей к утомлению, необходимо включение ...
- 465) Неверно, что к методам развития быстроты относится ...
- 466) На последних метрах дистанции необходимо стремиться не потерять свободы движений и ...
- 467) Две основные формы гибкости:
- 468) Быстрее других физических качеств с возрастом теряется ...





- 469) Во время разминки усиливаются дыхание, кровообращение, потоотделение и, как следствие, происходит «согревание» мышц тела, которые становятся более ...
- 470) У людей с сильной нервной системой, при выполнении упражнений на выносливость,
- 471) Международная федерация студенческого спорта имеет аббревиатуру ...
- 472) Первая всемирная зимняя универсиада была проведена в ...
- 473) Цель диагностики - ...
- 474) Неверно, что врачебное обследование включает в себя ...
- 475) Неверно, что существует тип осанки ...
- 476) Неверно, что существует ... тип сколиоза
- 477) Неверно, что существует ... тип сложения человека
- 478) Неверно, что признаком астенического типа телосложения является ...
- 479) «Жизненный показатель» определяется ...
- 480) ... в отличие от других физических качеств менее всего поддаются развитию и носят преимущественно врожденный характер
- 481) Способность преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему посредством мышечных усилий – это ...
- 482) Под ... двигательных действий понимают наиболее целесообразный способ управления движениями.

