Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке детей и подростков

1. Укажите количество уровней физической культуры личности обучающихся:

1. 4 уровня
2. 3 уровня
3. 6 уровней
4. 2 уровня

Правильный ответ: 4 уровня

2. К ценностям физической культуры следует относить:

1. Социально-психологические
2. Культурные
3. Физические
4. Все ответы верны

Правильный ответ: Все ответы верны

3. Утренняя гимнастика относится к:

1. Гигиенической части физической культуры
2. Территориальных учреждений здравоохранения
3. Рекреативной части физической культуры
4. Восстановительной части физической культуры

Правильный ответ: Гигиенической части физической культуры

4. Спорт и туризм относится:

1. Все ответы верны
2. К направлению физической культуры
3. Только к спортивному направлению
4. Только к туристическому направлению

Правильный ответ: К направлению физической культуры

5. Понятие здоровье включает в себя:

1. Состояние социального благополучия
2. Состояние психического благополучия
3. Все ответы верны
4. Состояние физического благополучия

Правильный ответ: Все ответы верны

6. Выберите элементы здорового образа жизни:

1. Сон
2. Режим дня
3. Гигиена тела
4. Все ответы верны

Правильный ответ: Все ответы верны

7. Специальное использование различных средств физической культуры в целях лечения заболеваний, и в целях восстановить отдельные утраченные функций организма получило название:

1. Реабилитационно-восстановительная физическая культура
2. Лечебная физическая культура
3. Адаптивная физическая культура
4. Адаптированная физическая культура

Правильный ответ: Реабилитационно-восстановительная физическая культура

8. Система приобщения людей к физической культуре, в процессе которого человек овладевает системой знаний, ценностей, которые позволяют ему развивать физические способности получила название:

1. Физическая подготовка
2. Физическое образование
3. Физическое воспитание
4. Физическое просвещение

Правильный ответ: Физическое образование

9. Обеспечение возможности объединения обучающихся в коллективы, команды, клубы, организации, союзы для совместной спортивной деятельности:

1. К коммуникативно-регулятивной функции физической культуры
2. К проективно-творческой функции физической культуры
3. К интегрально-организационной функции физической культуры
4. К проективно-прогностической функции физической культуры

Правильный ответ: К интегрально-организационной функции физической культуры

10. Что относится к средствам физической культуры и спорта:

1. Физические упражнения, естественные силы природы и факторы личной и общественной гигиены
2. Физические упражнения
3. Естественные силы природы
4. Материально-технические средства

Правильный ответ: Физические упражнения

11. Валеология это:

1. Система спортивного питания
2. Наука о здоровье
3. Наука о здоровом образе жизни
4. Направление в физической культуре

Правильный ответ: Наука о здоровом образе жизни

12. Формирование процессов культурного поведения обучающегося, его общения, а также взаимодействия с участниками физкультурной деятельности относится:

1. К коммуникативно-регулятивной функции физической культуры
2. Преобразовательно-созидательной функции физической культуры
3. К проективно-творческой функции физической культуры
4. К проективно-прогностической функции физической культуры

Правильный ответ: К коммуникативно-регулятивной функции физической культуры