

Домашнее задание на 17.11.2021

| Предмет | Задание |
|--------------|--|
| Англ.язык | <p><u>Учитель Браташова С.В.:</u> Упр,1 стр,76 описать одну картинку, прочесть на аудио описание.</p> <p><u>Учитель Винокурова О.В.:</u> 1. Упр. 2, стр. 69 (переписать слова в словарь с транскрипцией и переводом, выучить). 2. Упр. 8а, стр. 71 (переписать все выражения с предлогами в словарь, выучить). 3. Упр. 8b, стр. 72 (письменно с переводом). Фото словаря и выполненного задания выслать на gmceschool@mail.ru</p> |
| Алгебра | <p>Повторите материал, просмотрев видеоурок https://resh.edu.ru/subject/lesson/5569/main/159267/ Выполните тренировочные задания https://resh.edu.ru/subject/lesson/5569/train/159271/ , вычислительные – оформите в тетради. Фото работы и скрин теста отправить на почту Lena_romashka_lena@mail.ru до 17:00)</p> |
| Физ.культура | <p>Тестовые вопросы по физической культуре</p> <p>26.Главным отличием физических упражнений от других двигательных действий является то, что они:</p> <ul style="list-style-type: none"> а — строго регламентированы; б — представляют собой игровую деятельность; в — не ориентированы на производство материальных ценностей; г — создают развивающий эффект. <p>27.Техникой движений принято называть:</p> <ul style="list-style-type: none"> а — рациональную организацию двигательных действий; б — состав и последовательность движений при выполнении упражнений; в — способ организации движений при выполнении упражнений; г — способ целесообразного решения двигательной задачи. <p>28.Назовите из предложенного списка неправильно названные физические качества (несколько ответов):</p> <ul style="list-style-type: none"> а — стойкость; б — гибкость; в — ловкость; г — бодрость; д — выносливость; е — быстрота; ж — сила. <p>29.Это физическое качество проверяют тестом «челночный бег 3 по 10» у учащихся общеобразовательных школ:</p> <ul style="list-style-type: none"> а — выносливость; |

б — скоростно-силовые и координационные;

в — гибкость.

30. Ловкость — это:

а — способность осваивать и выполнять сложные двигательные действия, быстро их перестраивать в соответствии с изменяющимися условиями;

б — способность управлять своими движениями в пространстве и времени;

в — способность ловко управлять двигательными действиями в зависимости от уровня развития двигательных качеств человека.

31. Быстрота — это:

а — способность человека совершать двигательные действия в минимальный отрезок времени;

б — способность человека быстро набирать скорость;

в — способность человека выполнять упражнения в беге с максимальной скоростью на короткие дистанции.

32. Под гибкостью как физическим качеством понимается:

а — комплекс морфофункциональных свойств опорно-двигательного аппарата человека, определяющий глубину наклона;

б — способность выполнять движения с большой амплитудой за счет мышечных напряжений;

в — комплекс физических свойств двигательного аппарата, определяющих подвижность его звеньев;

г — эластичность мышц и связок.

33. Сила — это:

а — способность точно дифференцировать мышечные усилия различной величины и в условиях непредвиденных ситуаций и смешанных режимов работы мышц;

б — способность противостоять утомлению, вызываемому относительно положительными напряжениями значительной величины;

в — способность преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему с помощью мышечных усилий.

34. Под выносливостью как физическим качеством понимается:

а — комплекс психофизических свойств человека, обуславливающий возможность выполнять разнообразные физические нагрузки;

б — комплекс психофизических свойств человека, определяющий способность противостоять утомлению;

в — способность длительно совершать физическую работу, практически не утомляясь;

г — способность сохранять заданные параметры работы.

35. Нагрузка физических упражнений характеризуется:

а — величиной их воздействия на организм;

б — напряжением определенных мышечных групп;

в — временем и количеством повторений двигательных действий;

г — подготовленностью занимающихся, их возрастом и состоянием здоровья.

36. Активный отдых — это:

а — специфическая подготовка спортсмена к предстоящим соревнованиям;

б — двигательная деятельность, снимающая утомление и способствующая восстановлению работоспособности;

в — деятельность, направленная на совершенствование двигательного действия в изменяющихся условиях.

37.Подводящие упражнения применяются:

- а — если обучающийся недостаточно физически развит;
- б — если в двигательном фонде отсутствуют опорные элементы;
- в — если необходимо устранять причины возникновения ошибок;
- г — если применяется метод целостно-аналитического упражнения.

38.Бег на дальние дистанции относится к:

- а — легкой атлетике;
- б — спортивным играм;
- в — спринту;
- г — бобслею.

39.При беге на длинные дистанции по правилам соревнований применяется:

- а — низкий старт;
- б — высокий старт;
- в — вид старта по желанию бегуна.

40.В переводе с греческого «гимнастика» означает:

- а — гибкий;
- б — упражняю;
- в — преодолевающий.

41.XXI зимние Олимпийские игры проходили в:

- а — Осло;
- б — Саппоро;
- в — Сочи;
- г — Ванкувере.

42.Динамика индивидуального развития человека обусловлена:

- а — влиянием эндогенных и экзогенных факторов;
- б — генетикой и наследственностью человека;
- в — влиянием социальных и экологических факторов;
- г — двигательной активностью человека.

43.Простейший комплекс ОРУ (общие развивающие упражнения) начинается с упражнения:

- а — для мышц ног;
- б — типа потягивания;
- в — махового характера;
- г — для мышц шеи.

44.При длительной нагрузке высокой интенсивности рекомендуется дышать:

- а — через рот и нос попеременно;

б — через рот и нос одновременно;

в — только через рот;

г — только через нос.

45. Правила баскетбола при ничейном счете в основное время предусматривают дополнительный период продолжительностью:

а — 3 минуты;

б — 7 минут;

в — 5 минут;

г — 10 минут.

46. Два очка в баскетболе засчитывается при броске в корзину:

а — из зоны нападения;

б — с любой точки площадки;

в — из зоны защиты;

г — с любого места внутри трех очковой линии.

47. Правилами волейбола каждой команде во время игры предоставлено максимум..... удара (передачи) для возвращения мяча на сторону соперника (не считая касания на блоке):

а — 2;

б — 4;

в — 3;

г — 5.

48. Вид деятельности, являющийся предметом соперничества и исторически оформившийся как способ выявления и сравнения человеческих возможностей, принято называть:

а — гимнастикой;

б — соревнованием;

в — видом спорта.

49. Основой методики воспитания физических качеств является:

а — простота выполнения упражнений;

б — постепенное повышение силы воздействия;

в — схематичность упражнений;

г — продолжительность педагогических воздействий.

50. Назовите способы передвижения человека (несколько ответов):

а — ползание;

б — лазанье;

в — прыжки;

г — метание;

д — группировка;

е — упор.

51. Какие основные базовые виды двигательных действий входят в школьную программу физического воспитания (несколько ответов):

а — метание дротика;

б — ускорения;

в — толчок гири;

г — подтягивание;

д — кувырки;

е — стойка на одной руке.

52. Олимпийский символ представляет собой пять переплетенных колец, расположенных слева направо в следующем порядке:

а — сверху — красное, голубое, черное, внизу — желтое и зеленое;

б — сверху — зеленое, черное, красное, внизу — голубое и желтое;

в — сверху — голубое, черное и красное, внизу — желтое и зеленое;

г — сверху — голубое, черное, красное, внизу — зеленое и желтое.

53. Пять олимпийских колец символизируют:

а — пять принципов олимпийского движения;

б — основные цвета флагов стран-участниц Игр Олимпиады;

в — союз континентов и встречу спортсменов на Олимпийских играх;

г — повсеместное становление спорта на службу гармонического развития человека.

54. Укажите, кто из выдающихся спортсменов РФ в настоящее время является членом Международного олимпийского комитета (МОК):

а — Вячеслав Фетисов;

б — Юрий Титов;

в — Александр Попов;

г — Александр Карелин.

55. Основным показателем, характеризующим стадии развития организма, является:

а — биологический возраст;

б — календарный возраст;

в — скелетный и зубной возраст.

56. Систематическое употребление веществ, изменяющих психологическое состояние человека (табака, алкоголя, ингаляторов),

специалисты расценивают как:

а — асоциальное поведение;

б — респективную привычку;

в — вредную привычку;

г — консеквентное поведение.

57. Игры, проведенные в Москве, были посвящены Олимпиаде:

а — 20-ой;

б — 21-ой;
в — 22-ой;
г — 23-ой.

58. Один из способов прыжка в длину в легкой атлетике обозначается как прыжок:

а - «с разбега»;
б - «перешагиванием»;
в - «перекатом»;
г - «ножницами».

59. Гиподинамия — это:

а — пониженная двигательная активность человека;
б — повышенная двигательная активность человека;
в — нехватка витаминов в организме;
г — чрезмерное питание.

60. Олимпийский девиз, выражающий устремления олимпийского движения, звучит как:

а - «Быстрее, выше, сильнее»;
б - «Главное не победа, а участие»;
в - «О спорт — ты мир!».

| | |
|---------|------------------------|
| Физика | <u>11:30 Урок ZOOM</u> |
| ЭК База | <u>09:30 Урок ZOOM</u> |