

<p>английский gmceschool@mail.ru.</p>	<p>Задание для 9в на 18.11. 1. Упр. 6, стр. 45 (в словарь). 2. Упр. 7а, b, стр. 45 (письменно) 3. Упр. 8 а, b, стр. 45-46 (письменно). Фото словаря и выполненных заданий выслать</p>
<p>английский Карпова Г.А. lgkarpova@mail.ru.</p>	<p>Учитель Карпова Г.А. Zoom д/з: с. 57 упр.8 (с переводом)</p>
<p>Ф-ра</p>	<p>Тестовые вопросы по физической культуре</p> <p>1. Под физической культурой понимается: а — педагогический процесс по физическому совершенствованию человека; б — регулярные занятия физическими упражнениями, закаливание организма; в — достижения общества, отражающие физическое и духовное развитие человека.</p> <p>2. Какое из понятий является наиболее емким (включающим все остальные): а — спорт; б — система физического воспитания; в — физическая культура.</p> <p>3. Процесс, направленный на разностороннее воспитание физических качеств человека, обеспечивающий формирование с детского возраста физически крепкого молодого поколения с гармоничным развитием, называется: а — общей физической подготовкой; б — специальной физической подготовкой; в — гармонической физической подготовкой; г — прикладной физической подготовкой.</p> <p>4. Состояние организма, характеризующееся прогрессивными функциональными изменениями, произошедшими под влиянием повторения двигательных действий, обозначается как: а — развитие; б — закаленность; в — тренированность; г — подготовленность.</p> <p>5. К показателям физической подготовленности относятся: а — сила, быстрота, выносливость; б — рост, вес, окружность грудной клетки; в — артериальное давление, пульс; г — частота сердечных сокращений, частота дыхания.</p> <p>6. Совокупность упражнений, приемов и методов, направленных на обучение двигательным и другим умениям и навыкам, а также их дальнейшее совершенствование обозначается как: а — тренировка;</p>

б — методика;
в — система знаний;
г — педагогическое воздействие.

7.Какая страна является родиной Олимпийских игр:

а — Рим;
б — Китай;
в — Греция;
г — Египет.

8.Где проводились древнегреческие Олимпийские игры:

а — в Олимпии;
б — в Спарте;
в — в Афинах.

9.Почему античные Олимпийские игры называли праздниками мира:

а — они имели мировую известность;
б — в них принимали участие атлеты со всего мира;
в — в период проведения игр прекращались войны;
г — они отличались миролюбивым характером соревнований.

10.Олимпийские игры (летние или зимние) проводятся через каждые:

а — 5 лет;
б — 4 года;
в — 2 года;
г — 3 года.

11.Зимние игры проводятся:

а — в зависимости от решения МОК;
б — в третий год празднуемой Олимпиады;
в — в течение последнего года празднуемой Олимпиады;
г — в течение второго календарного года, следующего после года начала Олимпиады.

12.Здоровый образ жизни (ЗОЖ) предполагает:

а — упорядоченный режим труда и отдыха, отказ от вредных привычек;
б — регулярное обращение к врачу;
в — физическую и интеллектуальную активность;
г — рациональное питание и закаливание.

13.Какой фактор играет определяющую роль для состояния здоровья человека:

а — образ жизни;
б — наследственность;
в — климат.

14.При физической работе в душном помещении или одежде, которая плохо пропускает воздух, может возникнуть:

а — ожог;
б — тепловой удар;
в — перегревание;
г — солнечный удар.

15.Основными источниками энергии для организма являются:

- а — белки и минеральные вещества;
- б — углеводы и жиры;
- в — жиры и витамины;
- г — углеводы и белки.

16. Рациональное питание обеспечивает:

- а — правильный рост и формирование организма;
- б — сохранение здоровья;
- в — высокую работоспособность и продление жизни;
- г — все перечисленное.

17. Физическая работоспособность — это:

- а — способность человека быстро выполнять работу;
- б — способность разные по структуре типы работ;
- в — способность к быстрому восстановлению после работы;
- г — способность выполнять большой объем работы.

18. Люди, систематически занимающиеся физическими упражнениями в сочетании с использованием оздоровительных сил природы, отличаются:

- а — фагоцитарной устойчивостью;
- б — бактерицидной устойчивостью;
- в — специфической устойчивостью;
- г — не специфической устойчивостью.

19. Что понимается под закаливанием:

- а — посещение бани, сауны;
- б — повышение устойчивости организма к воздействию неблагоприятных условий окружающей среды;
- в — купание, принятие воздушных и солнечных ванн в летнее время;
- г — укрепление здоровья.

20. К объективным критериям самоконтроля можно отнести:

- а — самочувствие, аппетит, работоспособность;
- б — частоту дыхания, ЖЕЛ, антропометрию;
- в — нарушение режима, наличие болевых ощущений.

21. Назовите основные факторы риска в образе жизни людей:

- а — малая двигательная активность (гипокинезия), психологические стрессы;
- б — нарушение в питании, переедание, алкоголизм, наркомания, курение;
- в — все перечисленное.

22. Вероятность травм при занятиях физическими упражнениями снижается, если занимающиеся:

- а — переоценивают свои возможности;
- б — следуют указаниям учителя;
- в — владеют навыками выполнения движений;
- г — не умеют владеть своими эмоциями.

23. При получении травмы или ухудшении самочувствия на уроке учащийся должен прекратить занятие и поставить в известность:

- а — учителя, проводящего урок;
- б — классного руководителя;
- в — своих сверстников по классу;
- г — школьного врача.

24. Какими показателями характеризуется физическое развитие:

- а — антропометрическими показателями;
- б — ростовесовыми показателями, физической подготовленностью;
- в — телосложением, развитием физических качеств, состоянием здоровья.

25. Формирование человеческого организма заканчивается к:

- а — 14-15 годам;
- б — 17-18 годам;
- в — 19-20 годам;
- г — 22-25 годам.

Тестовые вопросы по физической культуре

26. Главным отличием физических упражнений от других двигательных действий является то, что они:

- а — строго регламентированы;
- б — представляют собой игровую деятельность;
- в — не ориентированы на производство материальных ценностей;
- г — создают развивающий эффект.

27. Техникой движений принято называть:

- 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.

28. Назовите из предложенного списка неправильно названные физические качества (несколько ответов):

- а — стойкость;
- б — гибкость;
- в — ловкость;
- г — бодрость;
- д — выносливость;
- е — быстрота;
- ж — сила.

29. Это физическое качество проверяют тестом «челночный бег 3 по 10» у учащихся общеобразовательных школ:

- 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.

	<p>55.Основным показателем, характеризующим стадии развития организма, является: а — биологический возраст; б — календарный возраст; в — скелетный и зубной возраст.</p> <p>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.</p> <p>57.Игры, проведенные в Москве, были посвящены Олимпиаде: а — 20-ой; б — 21-ой; в — 22-ой; г — 23-ой.</p> <p>58.Один из способов прыжка в длину в легкой атлетике обозначается как прыжок: а - «с разбега»; б - «перешагиванием»; в - «перекатом»; г - «ножницами».</p> <p>59.Гиподинамия — это: а — пониженная двигательная активность человека; б — повышенная двигательная активность человека; в — нехватка витаминов в организме; г — чрезмерное питание.</p> <p>60.Олимпийский девиз, выражающий устремления олимпийского движения, звучит как: а - «Быстрее, выше, сильнее»; б - «Главное не победа, а участие»; в - «О спорт — ты мир!».</p>			
география	<p>18 ноября участие в экодиктанте. Время прохождения 45 минут.</p> <p>Сайт https://экодиктант.рус/ , проходим регистрацию, выполняем тест, скрин отправляем на почту tarasenkoo.p.73@mail.ru</p> <p>Возможны перебои в работе сайта.</p>			
Технология	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 33%; text-align: center;">Нанотехнология</td> <td style="width: 33%; text-align: center;">Параграф 39. Письменно.</td> <td style="width: 33%;"></td> </tr> </table>	Нанотехнология	Параграф 39. Письменно.	
Нанотехнология	Параграф 39. Письменно.			

<p>мальчики</p> <p>Технология девочек</p>	<table border="1" data-bbox="480 152 1142 241"> <tr> <td data-bbox="480 152 767 241"></td> <td data-bbox="767 152 1142 241">Самостоятельная работа и ответы на вопросы в конце параграфа</td> </tr> </table> <p>Оформить мини-проект по теме ; «Мережка». Работа может быть выполнена как индивидуально, так и в группе</p>		Самостоятельная работа и ответы на вопросы в конце параграфа
	Самостоятельная работа и ответы на вопросы в конце параграфа		
<p>геометрия</p>	<p>Геометрия</p> <p>Тема: «Обобщение и систематизация знаний по теме: «Метод координат»</p> <p>Урок на платформе Zoom.</p> <p>9в</p> <p>Время: 18 нояб. 2021 12:30 PM Екатеринбург</p> <p>Подключиться к конференции Zoom</p> <p>https://us04web.zoom.us/j/76652497702?pwd=NVIWFhOMFRubzM2N0h5UHRhd0FiUT09</p> <p>Идентификатор конференции: 766 5249 7702</p> <p>Код доступа: Xqkv6J</p>		
<p>литература</p>	<p>Литература, 9-В класс.</p> <p>Время: 18 нояб. 2021 13:30 Екатеринбург</p> <p>Подключиться к конференции Zoom</p> <p>https://us04web.zoom.us/j/79989074101?pwd=aGNNczAxUUtqVytUcVFtM3hCQ2cyZz09</p> <p>Идентификатор конференции: 799 8907 4101</p> <p>Код доступа: Y0B5nq</p> <p>С уважением Людмила Щёголева</p>		

Биология консультация Татьяна Ефремова приглашает вас на запланированную конференцию: Zoom.

Тема: Консультация по биологии 9 ВГ классы

Время: 18 нояб. 2021 02:00 PM Екатеринбург

Подключиться к конференции Zoom

<https://us05web.zoom.us/j/83317126263?pwd=WUhgN1JidGM2SGQyMlduRldnRDFWUT09>

Идентификатор конференции: 833 1712 6263

Код доступа: 121212