

## ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ТУР

## I. Задания в закрытой форме.

1. В каком году впервые был введён физкультурный комплекс «Готов к труду и обороне»?  
а) в 1917 г.                      б) в 1931 г.                      ~~в) в 1952 г.~~                       в) в 1978 г.
2. Какие Олимпийские игры НЕ состоялись из-за Первой и Второй мировых войн?  
 а) 4, 10, 11-е;  
б) 5, 9, 11-е;  
в) 6, 12, 13-е;  
г) 10, 15, 19-е.
3. В каком виде спорта отсутствует беговая дисциплина?  
а) decatлон (десятиборье);  
б) полиатлон;  
в) триатлон;  
 г) скелетон.
4. С какого возраста начинается сдача норм 1-й ступени ГТО?  
а) с 6 лет;                       б) с 7 лет;                      в) с 8 лет;                      г) с 9 лет.
5. В каком городе проходили Игры Олимпиады, на которых была представлена «Ода спорту» на конкурсе искусств?  
а) в Афинах;  
 б) в Париже;  
в) в Лондоне;  
г) в Стокгольме.
6. Какой из способов перемещения на лыжах относят к классическому стилю?  
а) двушажный;  
 б) одношажный;  
в) бесшажный;  
г) все перечисленные.
7. В какой спортивной дисциплине соревновательная деятельность НЕ сводится к попаданию в цель?  
а) гольф;  
б) метание копья;  
 в) толкание ядра;  
г) кёрлинг.

Отметьте все позиции.

## II. Задания в открытой форме.

8. По структуре движений бег на лыжах является <sup>циклическим</sup> упражнением.
9. Кто является президентом Олимпийского комитета России с 2018 года?
10. Как называется функциональная проба с задержкой дыхания на вдохе? <sup>Тест Кемпе</sup>
11. Результат физической подготовки, который выражается в достигнутом уровне работоспособности, включает в себя способность выполнять двигательные действия, являясь предметом специализации в требуемом режиме, называется...
12. Назовите метод физического воспитания, который представляет собой последовательное выполнение специально подобранных физических упражнений, воздействующих на различные мышечные группы и функциональные системы по типу непрерывной или интервальной работы.

## III. Задание на установление соответствия между понятиями.

13. Установите соответствие между приёмами массажа и особенностями воздействия при их выполнении.

Приемы	Воздействия
1) поглаживание	а) непрерывное захватывание, приподнимание, сдавливание, сжатие мышц
2) растирание	б) осуществляется ладонной поверхностью кисти
3) разминание	в) смещение, передвижение и растяжение тканей в различных направлениях
4) вибрация	г) выполняется кулаком и кончиками пальцев
5) похлопывание	д) скольжение руки (рук) по коже
6) поколачивание	е) передача участку тела колебательных движений

14. Установите соответствие между спортсменами и их тренерами.

Спортсмены	Тренеры
1) Евгения Медведева	а) Ирина Винер
2) Алина Кабаева	б) Евгений Трофимов
3) Александр Карелин	в) Татьяна Тарасова
4) Анастасия Давыдова	г) Виктор Кузнецов
5) Елена Исинбаева	д) Этери Тутберидзе
6) Алексей Ягудин	е) Татьяна Покровская

#### IV. Задание-кроссворд.

15. Решите кроссворд, записав ответы (слова) в бланк ответов.

- Передача* — 1. Пас мяча от одного игрока команды другому игроку этой же команды.  
2. Игрок, защищающий свои ворота, вратарь. *Goalkeeper - голкипер*  
*Золотая передача* — 3. Передача мяча игроку, непосредственно после которого был забит гол.  
4. Положение «вне игры». — *оут*  
5. Страна – родоначальница футбола. — *Ан. Великобритания*  
*Трусы* — 6. Часть спортивной формы футболиста, закрывающая голень спортсмена.  
7. Нападающий в футболе.  
8. Болельщик, переживающий за успехи одной команды или клуба.  
9. Покидание поля футболистом при предъявлении ему красной карточки.  
*Штанга* — 10. Боковая стойка ворот.

#### V. Задания с графическими изображениями.

16. Назовите виды спорта, входящие в программу игр Олимпиады, изображённые на пиктограммах.



*бокс*



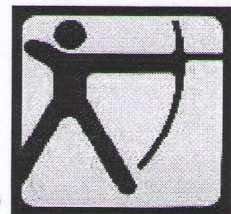
*дзюдо*



*футбол*



*гимнастика*



*стрельба из лука*



*волейбол*