

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. г) 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.

II. Задания в открытой форме.

8. По структуре движений бег на лыжах является ... упражнением. *Беговым*
9. Кто является президентом Олимпийского комитета России с 2018 года?
10. Как называется функциональная проба с задержкой дыхания на вдохе?
11. Результат физической подготовки, который выражается в достигнутом уровне работоспособности, включает в себя способность выполнять двигательные действия, являясь предметом специализации в требуемом режиме, называется... *выносливостью*
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 <i>г</i>	а) непрерывное захватывание, приподнимание, сдавливание, сжатие мышц
2) растирание <i>б</i>	б) осуществляется ладонной поверхностью кисти
3) разминание <i>а</i>	в) смещение, передвижение и растяжение тканей в различных направлениях
4) вибрация <i>е</i>	г) выполняется кулаком и кончиками пальцев
5) похлопывание <i>д</i>	д) скольжение руки (рук) по коже
6) поколачивание <i>в</i>	е) передача участку тела колебательных движений

14. Установите соответствие между спортсменами и их тренерами.

Спортсмены	Тренеры
1) Евгения Медведева <i>б</i>	а) Ирина Винер
2) Алина Кабаева <i>в</i>	б) Евгений Трофимов
3) Александр Карелин <i>е</i>	в) Татьяна Тарасова
4) Анастасия Давыдова <i>г</i>	г) Виктор Кузнецов
5) Елена Исинбаева <i>а</i>	д) Этери Тутберидзе
6) Алексей Ягудин <i>б</i>	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. |
| защитник | 2. Игрок, защищающий свои ворота, вратарь. |
| ассист | 3. Передача мяча игроку, непосредственно после которого был забит гол. |
| овер-тайм | 4. Положение «вне игры». |
| Англия | 5. Страна – родоначальница футбола. |
| | 6. Часть спортивной формы футболиста, закрывающая голень спортсмена. |
| голкипер | 7. Нападающий в футболе. |
| фанат | 8. Болельщик, переживающий за успехи одной команды или клуба. |
| запасник | 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.



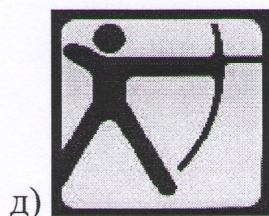
бокс



лёгкая атлетика



джиу-джитсу



стрельба из лука



футбол



бадминтон