

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.
9. Кто является президентом Олимпийского комитета России с 2018 года? *Тодд Макгрегор*
10. Как называется функциональная проба с задержкой дыхания на вдохе? *проба Штанге*
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 <i>г</i>	а) непрерывное захватывание, приподнимание, сдавливание, сжатие мышц
2) растирание <i>а</i>	б) осуществляется ладонной поверхностью кисти
3) разминание <i>в</i>	в) смещение, передвижение и растяжение тканей в различных направлениях
4) вибрация <i>е</i>	г) выполняется кулаком и кончиками пальцев
5) похлопывание <i>б</i>	д) скольжение руки (рук) по коже
6) поколачивание <i>з</i>	е) передача участку тела колебательных движений

14. Установите соответствие между спортсменами и их тренерами.

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

IV. Задание-кроссворд.

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

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

V. Задания с графическими изображениями.

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

