

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.

Отметьте все позиции.

II. Задания в открытой форме.

8. По структуре движений бег на лыжах является ... упражнением. *Кардио*
9. Кто является президентом Олимпийского комитета России с 2018 года?
Станислав Поздняков.
10. Как называется функциональная проба с задержкой дыхания на вдохе? *ЖЕЛ*
Хи> твтае мррда емкость лёгких. СПИРОМЕТРИЯ.
11. Результат физической подготовки, который выражается в достигнутом уровне работоспособности, включает в себя способность выполнять двигательные действия, являясь предметом специализации в требуемом режиме, называется. *Фитнес (или фитнес)*
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.
КАРДИО

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, сжимание 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

*1-г 3-в 6-а
2-г 4-д*

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

*1-д
2-в
3-д
4-г
5-а
6-б*

IV. Задание-кроссворд.

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

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

V. Задания с графическими изображениями.

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



а - Дзюдо

б - фехтование

в - волейбол

г - спортивная гимнастика

д - стрельба из лука

е - бадминтон