

## ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ.

### Задания в закрытой форме.

**1. Олимпийский комитет России был создан в**

- А. 1911 году;
- Б. 1908 году;
- В. 1989 году;
- Г. 1991 году

**2. В какой дисциплине легкоатлетических метаний соревновательное упражнение выполняется с разбега?**

- А. метание молота;
- Б. метание копья;
- В. метание диска;
- Г. толкание ядра.

**3. Какой элемент является общим для древних и современных Олимпийских игр?**

- А. символ – пять переплетённых колец
- Б. награждение победителя и призёров соревнований
- В. эстафета олимпийского огня
- Г. торжественная клятва спортсменов

**4. Какое из занятий относится к урочной форме организации?**

- А. физкультминутка
- Б. туристический поход
- В. тренировочное занятие в спортивной школе
- Г. утренняя гимнастика

**5. Что относится к воспитательным задачам физического воспитания?**

- А. воспитание качеств личности и повышение уровня здоровья;
- Б. воспитание физических качеств и развитие физических способностей;
- В. воспитание потребности самостоятельно заниматься физическими упражнениями;
- Г. повышение работоспособности и овладение специальными физкультурно-спортивными знаниями.

**6. Советский спортсмен который на церемонии открытия зажигал олимпийский огонь XXII летних Олимпийских игр в Москве в 1980 году на стадионе «Лужники»**

- А. Виктор Санеев
- Б. Александр Белов
- В. Сергей Белов
- Г. Николай Солодухин

**7. К циклическим видам спорта относятся...:**

- А. борьба, бокс, фехтование
- Б. ходьба, бег, лыжные гонки, плавание
- В. баскетбол, волейбол, футбол.
- Г. метание мяча, диска, молота

**8. . Принцип, предусматривающий оптимальное соответствие задач, средств, методов физического воспитания возможностям учащихся называется ...**

- А. Принцип сознательности и активности
- Б. Принцип систематичности
- В. Принцип доступности и индивидуализации
- Г. Принцип наглядности

**9. Для передачи эстафетной палочки в эстафетном беге 4x400 м правилами соревнований определяется «зона передачи» длиной...**

- А. 10 метров
- Б. 20 метров
- В. 25 метров
- Г. 30 метров

**10. Какие виды спорта впервые включены в программу Игр XXXII Олимпиады?**

- А. скейтбординг, сёрфинг, бейсбол
- Б. бейсбол, софтбол, нетбол
- В. карате, скалолазание, виндсёрфинг
- Г. дзюдо, скалолазание, крокет

**11. В каких видах спорта в качестве инвентаря используются клюшка и мяч? Отметьте все позиции.**

- А. гольф
- Б. флорбол
- В. хоккей
- Г. хоккей на траве

**12 Для оценки состояния нервной регуляции сердечно-сосудистой системы используют пробу с переходом из положения стоя в положение лежа. Она называется:**

- А. клиностатическая проба
- Б. ортостатическая проба
- В. проба Генчи
- Г. проба Штанге

**13. Какая шахматная фигура ходит и бьёт фигуры противника по диагоналям во все стороны на любое доступное для него расстояние?**

- А. пешка
- Б. ферзь.
- В. конь.
- Г. слон.

**14. Как называется положение занимающегося на снаряде, когда его плечи находятся выше точки опоры?**

- А. вис
- Б. упор
- В. сед
- Г. присед

**15. Какой из методов физического воспитания предусматривает непрерывное выполнение физического упражнения?**

- А. повторный
- Б. равномерный
- В. интервальный
- Г. круговой

**16. В каком виде спорта на площадке может максимально находиться 7 игроков одной команды?**

- А. гандбол;
- Б. волейбол;
- В. баскетбол;
- Г. мини-футбол.

**17. Размер баскетбольной площадки составляет...**

- А. 8 на 16 метров.
- Б. 9 на 18 метров.
- В. 15 на 28 метров.
- Г. 20 на 40 метров.

**18. Способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему посредством мышечных напряжений называется:**

- А. быстрота;
- Б. выносливость;
- В. ловкость;
- Г. сила.

#### **Задания в открытой форме.**

Завершите определение, вписав соответствующее слово (слова), число в бланк ответов.

**19. Прибор для определения жизненной емкости легких называется ...**

**20. Член судейской коллегии соревнований, отвечающий за фиксацию времени, показанного участниками, общего времени проведения поединка, матча -....**

**21. Способность занимающегося следить за намеченной программой действий и контролировать её в соответствии с поставленными задачами и достижениями называется ...**

**22. Система организационно-методических мероприятий комплексного характера, на основе которых определяется узкая специализация индивида в определённом виде спорта называется ...**

**23. Оговорённое заранее положение рук, ног, туловища перед началом выполнения гимнастического упражнения называется ...**

**Задание на соответствие.**

**24. Установите соответствие между российскими спортсменами, выступавшими на зимних Олимпийских играх 2022 года в Пекине и видами спорта:**

1	Александр Большунов	А	Фигурное катание
2	Максим Цветков	Б	Лыжные гонки
3	Марк Кондратюк	В	Фристайл
4	Даниил Алдошкин	Г	Саннный спорт
5	Наталья Непряева	Д	Биатлон
6	Ирина Аввакумова	Е	Хоккей
7	Татьяна Иванова	Ж	Конькобежный спорт
8	Илья Буров	З	Прыжки с трамплина
9	Вадим Шипачев	И	Шорт-трек

**25. Установите соответствие между видом спорта и максимальной скоростью полета спортивного снаряда, используемого в данном виде спорта.**

А.	Хоккей	1.	175.1 км/ч
Б.	Бадминтон	2.	251 км/ч
В.	Теннис	3.	326 км/ч
Г.	Гольф	4.	414 км/ч

**Задание на перечисление.**

**26. Впишите в бланк ответов названия видов спорта из нижеперечисленных, соответствующих техническому приёму:**

**дзюдо, бадминтон, волейбол, баскетбол, художественная гимнастика, фехтование хоккей, каратэ, керлинг, футбол.**

**Вопрос – задача.**

**27. На сколько бы уменьшилась длина дистанции бега на один стадий, если бы длина стопы Геракла была не 32,045 см, а 30 см? Ответ укажите в сантиметрах.**

**Вы выполнили все задания.**

**Перенесите ответы в бланк ответов.**