

1. Какой вид спорта называют «королевой спорта»?
легкую атлетику
2. Что такое спринт? бег на короткую дистанцию.
3. Что такое кросс? бег по пересеченной местности
4. Что включает в себя легкая атлетика? бег, прыжки, метания, спортивная ходьба.
5. Фазы прыжка в длину с разбега? Разбег, отталкивание, полёт, приземление.
6. Куда осуществляется приземление в прыжки в длину с разбега? В прыжковую яму
7. Спортивная акробатика — вид спорта, включающий выполнение акробатических упражнений (балансирование, вращения с опорой и без).
8. Группировка – положение, согнувшись с захватом согнутых ног, подготовительное упражнение для выполнения перекатов, кувырков, сальто.
9. Кувырок — вращательное движение тела с последовательным касанием опоры и переворачивания через голову.
10. Кто придумал баскетбол как игру: Д. Нейсмит.
11. При каком количестве фолов игрок должен быть удален из игры по правилам баскетбола: 5
12. Что означает слово «баскетбол»: корзина-мяч.
13. Сколько очков засчитывается команде забросившей мяч из- за 6-ти метровой линии? 3 очка
14. Какова продолжительность баскетбольного матча? 4 четверти по 10 минут (чистого времени).
15. Какие действия игрока запрещаются правилами баскетбола? столкновения, удары, захваты, толчки, подножки.
16. Сколько времени дается на ввод мяча в игру? 5 секунд
17. Попадание в баскетбольное кольцо приносит команде: два очка (три очка при попадании из-за шестиметровой линии и одно – при попадании со штрафного броска).
18. Максимальный состав игроков команды в волейболе? 14
19. Сколько раз можно подбросить мяч для подачи? 1
20. Сколько времени после свистка судьи дается на выполнение подачи? 8 сек.
21. Назовите способы передач. Снизу и сверху двумя руками
22. В каком году впервые советские лыжники приняли участие в зимних Олимпийских играх? 1956г. (Кортена д'Ампеццо – Италия, 7 зимняя олимпиада)
23. Кто завоевал первую золотую олимпийскую медаль зимних игр в истории отечественного лыжного спорта в гонке на 10 км? Любовь Баранова (Козырева).
24. Существуют попеременный и одновременный двухшажный ход. В чем существенная разница между этими ходами? В работе рук.