

Филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения
высшего образования «Университет «Дубна» -
Лыткаринский промышленно-гуманитарный колледж

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора филиала по
учебно-методической работе

_____ Аникеева О.Б.

« ____ » _____ 2024 г.

Фонд оценочных средств

по учебной дисциплине

СГЦ.04. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Специальность среднего профессионального образования

43.02.16 Туризм и гостеприимство

г. Лыткарино, 2024 г.

Составители (разработчики) фонда оценочных средств:

преподаватель _____

Фонд оценочных средств утвержден на заседании методической предметной (цикловой) комиссии Естественно-научных дисциплин

Протокол заседания № ___ от «___» _____ 2024 г.

Председатель предметной (цикловой) комиссии _____ Бородина Е.А.

I. ПАСПОРТ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Фонд оценочных средств предназначен для проверки результатов обучения по учебной дисциплине СПЦ.04. Физическая культура основной образовательной программы по

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины		
Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; Основы здорового образа жизни; Условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; Средства профилактики перенапряжения	Знать роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности; средства профилактики перенапряжения.	Оценка результатов выполнения практических работ. Оценка результатов устного опроса. Оценка результатов дифференцированного зачета
Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины		
Использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; Применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; Пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной специальности	Уметь использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной специальности.	Экспертная оценка выполнения практических заданий.

II. КОМПЛЕКТ МАТЕРИАЛОВ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ

Практические занятия по физической культуре.

Практические занятия № 1-17.

Тема 2.1. Легкая атлетика

Техника выполнения высокого старта.

Техника выполнения специальных беговых упражнений.

Специальные упражнения для освоения бега на средние дистанции.

Техника бега на средние дистанции.

Бег на средние дистанции.

Эстафетный бег.

Техника стартового разгона на средние дистанции.

Техника выполнения низкого старта.

Бег на короткие дистанции 20м

Бег на короткие дистанции 30м.

Техника спортивной ходьбы.

Техника челночного бега.
Челночный бег 4раза по 9м.
Техника бега на длинные дистанции.
Кроссовая подготовка.
Техника метания гранаты, теннисного мяча.
Техника прыжка в длину с места.

Практические занятия №18-33.

Тема 2.2. Гимнастика

Техника безопасности. Строевые упражнения.
Повороты, перестроения на месте и в движении.
Общеразвивающие упражнения (ОРУ) с набивными мячами.
Элементы акробатики - перекаты, кувырки.
Стойка на лопатках, на голове (ю)
«Мост» (д)
Упражнения с гимнастической скамейкой.
Упражнения на гимнастической стенке.
Эстафеты, полосы препятствий с использованием гимнастического инвентаря.
Развитие силовых качеств пояса верхних конечностей.
Развитие силовых качеств мышц ног.
Развитие силовых качеств мышц брюшного пресса.
Развитие силовых качеств мышц груди и спины.
ОРУ в паре с партнером.
ОРУ с гантелями.
ОРУ с набивными мячами.

Практические занятия № 34-37

Тема 2.3. Атлетическая гимнастика

Выполнение упражнений и комплексов упражнений атлетической гимнастики для рук и плечевого пояса
Мышц спины и живота
Мышц ног с использованием собственного веса
Выполнение упражнений со свободными весами

Практические занятия № 38-44

Тема 2.4. Акробатика

Освоение акробатических элементов: кувырок вперед, кувырок назад, длинный кувырок, кувырок через плечо
стойка на лопатках
мост
стойка на руках,
стойка на голове и руках
переворот боком «колесо», равновесие «ласточка».
Отработка и совершенствование техники акробатических упражнений

Практические занятия № 45-55

Тема 2.5. Спортивные игры – волейбол

Правила и судейство игры волейбол.
Стойки и перемещения.
Прием и передача мяча сверху двумя руками.
Нападающий удар
Техника прямой подачи снизу.
Техника прямой подачи сверху.
Прием мяча снизу.

Техника нападающего удара.
Техника блокирования.
Тактика игры в защите и нападении.
Учебно-тренировочная игра 6х6.

Практические занятия № 56-79

Тема 2.6. Спортивные игры – баскетбол

Т.Б. судейство и правила игры.
Совершенствование техники перемещения и стойки игрока: передвижение, ходьба, прыжки, остановки, повороты
Выполнение упражнений для укрепления мышц плечевого пояса
Выполнение упражнений для укрепления мышц ног
Ведение мяча.
Броски мяча в корзину с места
Броски мяча в корзину в движении
Броски мяча в корзину с прыжком
Вырывание и выбивание мяча.
Приемы овладения мячом
передача мяча двумя руками сверху
передача мяча двумя руками снизу
передача мяча одной рукой от плеча
передача одной рукой от головы или сверху
передача одной рукой «крюком»
передача одной рукой снизу; передача одной рукой сбоку
Броски по кольцу в прыжке.
Приемы применяемые против броска
Перехват мяча.
Накрывание мяча
Ловля мяча после отскока от щита.
Тактика игры в защите
Тактика игры в нападении

Практические занятия № 80-94

Тема 2.7. Спортивные игры – футбол

Т.Б. судейство правила и игры.
Ведение мяча в футболе.
Обманные приемы.
Короткие и средние передачи мяча в парах.
Удары по летящему мячу средней частью подъема ноги
Удары головой на месте и в прыжке
Остановка мяча ногой
Остановка мяча грудью
Отбор мяча
Обманные движения, тактика защиты
Техника игры вратаря
Выход два на одного.
Тактика игры в защите и нападении.
Игра в квадрат, прием высокого мяча.
Учебно-тренировочная игра.

Практические занятия № 95-100

Тема 2.8. Виды единоборств

Т.Б. Вводное занятие. Простейшие акробатические элементы
Техника самостраховки
Техника борьбы в стойке.

Техника борьбы лёжа
Простейшие способы самозащиты от захватов и обхватов
Простейшие способы самозащиты от ударов ногами и руками

Практические занятия № 101-119

Тема 2.9. Направленность средств, методов и форм физического воспитания

Воспитание выносливости, кросс
Воспитание координационных движений и ловкости
Воспитание быстроты, эстафета
Беговые упражнения
Общая физическая подготовка, игровая часть
Разминка, эстафета, заминка
Разминка, беговые упражнения на скорость
Разминка, силовые упражнения
Разминка, прыжковые упражнения
Развитие выносливости, разминка, бег
Воспитание ловкости и гибкости
Подвижные игры
Воспитание ловкости и быстроты, эстафета
Развитие силовых возможностей,
Общая физическая подготовка
Бег на общую выносливость
Спортивные игры
Воспитание выносливости, кросс
Воспитание координационных движений и ловкости

Практические занятия № 120-130

Тема 1.10. Силовая подготовка

Обучение специальным физическим упражнениям (ОСФУ), укрепляющим мышцы рук.
ОСФУ, укрепляющим мышцы груди.
ОСФУ, укрепляющим мышцы брюшного пресса.
ОСФУ, укрепляющим мышцы ног.
ОСФУ, укрепляющим мышцы спины.
Обучение развитию общей выносливости.
Обучение развитию силовой выносливости.
Обучение комплексному развитию физических качеств посредством круговой тренировки.
Обучение выполнению общих развивающих физических упражнений.
Изучение комплекса упражнений на развитие координации движения.

Вопросы для устного опроса:

1. Как называется спортивное сооружение для стрельбы по мишеням из винтовок и пистолетов?
2. Как называется вид спорта, объединяющий единоборства на рапирах, шпагах и саблях?
3. Как называется автономный прибор, позволяющий человеку дышать под водой?
4. Как называется приспособление для прицеливания, расположенное на дульной части ствола?
5. Как сокращенно называются ипподромные состязания рысистых лошадей?
6. Как называется треть игры в хоккее с шайбой?
7. Как называется прибор для регистрации времени с точностью до 0,01 секунды в соревнованиях на скорость?
8. Как по отношению к носу лодки сидят гребцы в академических лодках?
9. Как называется одежда установленного образца в каждом виде спорта?
10. Как называется передвижение фигуры или пешки в шахматах?
11. Как называется в баскетболе бросок мяча, назначенный за нарушение правил игры?

12. Как называется в баскетболе деревянная или пластиковая платформа, к которой крепится корзина?
13. В какой стране самое большое количество велосипедов?
14. Как называется в боксе резкий удар снизу вверх?
15. Как называется начальная стадия шахматной игры?
16. Как называется заключительная стадия шахматной игры?
17. Как называются части теннисной встречи, по которым определяется ее результат?
18. Как называется вид лыжного спорта, включающий элементы акробатики и фигурного катания?
19. Как называется группа пловцов, стартующих одновременно?
20. Как называется игрок команды в спортивных играх, основной задачей которого является оборона подступов к своим воротам?
21. Как наказывается биатлонист за промах в стрельбе на 20-километровой дистанции?
22. Как наказывается биатлонист за промах на 10-километровой дистанции?
23. С какой части поля начинается игра в регби в начале игры и после перерыва?
24. Можно ли в регби препятствовать продвижению противника, захватывая его руками?
25. Как называется самая длинная дистанция в беге?
26. Протяженность марафонской дистанции?
27. Сколько минут продолжается один тайм в футболе?

Критерии оценки устного ответа:

Оценка «отлично» выставляется студенту, который правильно ответил на 24 вопроса из 27.

Оценка «хорошо» выставляется студенту, который правильно ответил на 23 - 20 вопросов из 27.

Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, который правильно ответил на 19 - 16 вопросов из 27.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, который правильно ответил на 15 и меньше вопросов из 27.

III. КОМПЛЕКТ МАТЕРИАЛОВ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

3.1. Контрольные физические упражнения для основной медицинской группы

Контрольные упражнения	оценка в баллах									
	Юноши					Девушки				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
<i>Прыжки через скакалку за 1 минуту (раз)</i>	115	120	125	130	135	120	130	135	140	145
<i>Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (раз)</i>	25	30	35	40	45	4	6	8	10	12
<i>Сгибание и разгибание рук в висе (раз)</i>	5	7	9	12	15					
<i>Подъем ног до угла в висе на гимнаст. стенке (раз)</i>						8	10	12	15	17
<i>Наклон вперед из положения, сидя</i>	-3	0	7	9	11	6	8	11	14	17

(см.)										
-------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Контрольные упражнения	оценка в баллах									
	Юноши					Девушки				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
<i>Прыжки через скакалку за 1 минуту (раз)</i>	115	120	125	130	135	120	130	135	140	145
<i>Прыжок с места (см.)</i>	205	220	230	235	240	150	160	168	180	190
<i>Подъем туловища за 30 сек. (раз)</i>	21	24	26	28	30	14	18	21	24	26
<i>Вис на перекладине (сек.)</i>						8	10	11	13	15
<i>Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (раз)</i>	5	7	9	12	15					

Критерии оценки:

Оценка «отлично» выставляется студенту, который при выполнении 4 упражнений набрал от 15 до 20 баллов.

Оценка «хорошо» выставляется студенту, который при выполнении 4 упражнений набрал от 10 до 15 баллов.

Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, который при выполнении 4 упражнений набрал от 5 до 10 баллов.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, который при выполнении 4 упражнений набрал 5 и меньше баллов.

Вопросы для теоретического зачета для студентов, освобожденных по состоянию здоровья от выполнения практических нормативов.**Вариант № 1**

<i>Вопросы</i>		<i>Ответы</i>
1. Как называется спортивное сооружение для стрельбы по мишеням из винтовок и пистолетов?	1.	Тир
2. Как называется вид спорта, объединяющий единоборства на рапирах, шпагах и саблях?	2.	Фехтование
3. Как называется автономный прибор, позволяющий человеку дышать под водой?	3.	Акваланг
4. Как называется приспособление для прицеливания, расположенное на дульной части ствола?	4.	Мушка
5. Как сокращенно называются ипподромные состязания рысистых лошадей?	5.	Бега
6. Как называется треть игры в хоккее с шайбой?	6.	Период
7. Как называется прибор для регистрации времени с точностью до 0,01 секунды в соревнованиях на скорость?	7.	Хронометр
8. Как по отношению к носу лодки сидят гребцы в академических лодках?	8.	Спиной к носу лодки
9. Как называется одежда установленного образца в каждом виде спорта?	9.	Форма
10. Как называется передвижение фигуры или пешки в шахматах?	10.	Ход
11. Как называется в баскетболе бросок мяча, назначенный за нарушение правил игры?	11.	Штрафной бросок
12. Как называется в баскетболе деревянная или пластиковая платформа, к которой крепится корзина?	12.	Щит
13. В какой стране самое большое количество велосипедов?	13.	В Китае
14. Как называется в боксе резкий удар снизу вверх?	14.	Апперкот
15. Как называется начальная стадия шахматной игры?	15.	Дебют
16. Как называется заключительная стадия шахматной игры?	16.	Эндшпиль
17. Как называются части теннисной встречи, по которым определяется ее результат?	17.	Сет
18. Как называется вид лыжного спорта, включающий элементы акробатики и фигурного катания?	18.	Фристайл
19. Как называется группа пловцов, стартующих одновременно?	19.	Заплыв
20. Как называется игрок команды в спортивных играх, основной задачей которого является оборона подступов к своим воротам?	20.	Защитник
21. Как наказывается биатлонист за промах в стрельбе на 20-километровой дистанции?	21.	Прибавляется штрафное время
22. Как наказывается биатлонист за промах на 10-километровой дистанции?	22.	Увеличивается дистанция
23. С какой части поля начинается игра в регби в начале игры и после перерыва?	23.	С центра поля
24. Можно ли в регби препятствовать продвижению противника, захватывая его руками?	24.	Да
25. Как называется самая длинная дистанция в беге?	25.	Марафон
26. Протяженность марафонской дистанции?	26.	42 км195 м
27. Сколько минут продолжается один тайм в футболе?	27.	45 минут

Вариант № 2

Вопросы		Ответы
28. Сколько продолжается период в хоккее (чистое время)?	28.	20 минут
29. Имя основателя современного олимпийского движения?	29.	Пьер де Кубертен
30. Как называется длинная палка для игры в бильярд?	30.	Кий
31. Как называется гоночный малолитражный автомобиль упрощенной конструкции, без кузова?	31.	Карт
32. Кем был по профессии человек, придумавший баскетбол?	32.	Преподаватель колледжа
33. Как называется вид спорта, включающий лыжные гонки и стрельбу?	33.	Биатлон
34. Как называется штрафной 11-метровый удар в футболе?	34.	Пенальти
35. Как называется командная игра, в которой спортсмены на лошадях забивают битами мячи в ворота или производят броски в корзину?	35.	Конное поло
36. Как часто проводятся летние Олимпийские игры?	36.	Раз в 4 года.
37. Световой щит, на котором показываются результаты соревнования, очки?	37.	Табло
38. Что такое «фестбери-флоп»?	38.	Техника прыжка в высоту
39. Как называется состояние боксера, когда он после счета 9 не в состоянии продолжать борьбу?	39.	Нокаут
40. Сколько игроков в волейбольной команде?	40.	6 игроков
41. Диапазон баллов в спортивной гимнастике?	41.	От 0 до 10
42. Спортивная командная игра с мячом, содержащая элементы футбола и гандбола?	42.	Регби
43. Как называется скоростной спуск на управляемых санях по специально оборудованной трассе?	43.	Бобслей
44. Как называется езда на санях в положении лежа на животе?	44.	Скелетон
45. Как называется самый быстрый галоп лошади?	45.	Карьер
46. Сколько игроков в каждой команде участвуют в игре на поле в хоккее с шайбой?	46.	6 человек
47. Ограничено ли количество замен в хоккее с шайбой?	47.	Нет
48. Включен ли хоккей с шайбой в программу Олимпийских игр?	48.	Да
49. Как называется недостаток времени на обдумывание ходов в шахматной или шашечной партии?	49.	Цейтнот
50. Как называется велосипед для двух спортсменов?	50.	Тандем
51. Командная игра с мячом на воде?	51.	Водное поло
52. Как называется в велоспорте лидирующая группа?	52.	Пелотон
53. Как называется в вольной борьбе прикосновение борца лопатками к ковру?	53.	Туше
54. Как называется спортивный костюм, плотно облегающий тело?	54.	Трико

Вариант № 3

Вопросы		Ответы
55. Лицо, принимающее денежные ставки при игре в тотализатор?	55.	Букмекер
56. Средства, способствующие быстрой и кратковременной стимуляции организма спортсмена?	56.	Допинг
57. Сколько существует видов прыжков в легкой атлетике?	57.	4 (длина, высота, тройной, с шестом)
58. Девиз Олимпийских игр?	58.	«Быстрее, выше, сильнее!»
59. Как по-другому называется настольный теннис?	59.	Пинг-понг
60. Как называются соревнования по горным лыжам на длинную дистанцию?	60.	Скоростной спуск
61. Как называется оружие с прикладом, из которого стреляют стрелами?	61.	Арбалет
62. Как называют бегунов на длинные дистанции?	62.	Стайеры
63. По какому принципу происходит деление спортсменов на группы в боксе?	63.	По весу
64. Что передают друг другу участники легкоатлетической эстафеты?	64.	Палочку
65. Как называется передача мяча товарищу по команде?	65.	Пас
66. Как называется плетеная упругая сетка, укрепленная на горизонтальной раме, используемая в акробатике?	66.	Батут
67. Как называется ковер для борьбы дзюдо?	67.	Татами
68. Как называется спортивный костюм борца-дзюдоиста?	68.	Кимоно
69. Родина хоккея с шайбой?	69.	Канада
70. Как называется Устав Олимпийских игр?	70.	Олимпийская хартия
71. Какова максимальная продолжительность Олимпийских игр?	71.	Не более 15 дней
72. Самая строгая мера наказания спортсмена или команды на соревнованиях?	72.	Дисквалификация
73. Какой бег считается более рациональным: по часовой стрелке или против?	73.	Против
74. Какое расстояние от нижнего края щита до пола или грунта баскетбольной площадки?	74.	275 см
75. Как называется игра с воланом и ракеткой?	75.	Бадминтон
76. Включен ли бадминтон в программу Олимпийских игр?	76.	Пока нет
77. Являются ли гонки на байдарках олимпийским видом спорта?	77.	Да
78. Как называется начальный момент спортивного состязания?	78.	Старт
79. Как называется игра в футбол на мотоциклах?	79.	Мотобол
80. Как называется игрок линии нападения в спортивных играх?	80.	Форвард
81. Как называются крупные соревнования различных классов парусных и гребных судов?	81.	Регата

Вариант № 4

Вопросы		Ответы
82. Как называется место проведения соревнований по боксу?	82.	Ринг
83. Как называется в спорте неправильно выполненный старт?	83.	Фальстарт
84. Родина самбо?	84.	СССР
85. Как называется штрафной удар в хоккее?	85.	Буллит
86. Помещение для хранения и ремонта лодок?	86.	Эллинг
87. Сколько попыток дается прыгунам в длину на официальных соревнованиях в финале?	87.	6
88. Со сколько метров бьется пенальти в футболе?	88.	С 11 метров
89. Какой вид спорта «чисто» женский?	89.	Художественная гимнастика
90. Какой ударный музыкальный инструмент используется в соревнованиях по боксу?	90.	Гонг
91. Как называется часть бассейна, предоставляемая на соревнованиях каждому пловцу?	91.	Дорожка
92. В какой стране родился баскетбол?	92.	В США
93. Сколько человек от каждой команды участвуют в игре в баскетбол?	93.	5 человек
94. Как называется специальная обувь для игры в футбол?	94.	Бутсы
95. Как определяется победитель в современном пятиборье?	95.	По сумме набранных очков
96. Как называется площадка для игры в теннис?	96.	Корт
97. Как называется конный стадион?	97.	Ипподром
98. Как называется многодневная автомобильная гонка по дорогам?	98.	Ралли
99. Как называется спортивное сооружение для проведения соревнований по плаванию?	99.	Бассейн
100. Как называется стиль плавания с выполнением гребка круговыми движениями обеих рук одновременно?	100.	Баттерфляй
101. Как называется спортивное единоборство – кулачный бой спортсменов?	101.	Бокс
102. Из скольких раундов состоит поединок в любительском боксе?	102.	Из 3 раундов
103. Какова продолжительность одного раунда в боксе?	103.	3 минуты
104. Включен ли бокс в программу Олимпийских игр?	104.	Да
105. В каких состязаниях математик Пифагор стал олимпийским чемпионом?	105.	В кулачном бою
106. Что значит олимпийская система соревнований?	106.	Проигравший выбывает
107. В каком виде спорта соревнования всегда проводятся по олимпийской системе?	107.	В боксе
108. Как называется подвижная мишень для стендовой стрельбы?	108.	Тарелочка

Вариант № 5

Вопросы		Ответы
109. Какова максимальная оценка в фигурном катании на коньках?	109.	6 баллов
110. До скольких побед ведется игра в настольный теннис в одиночном соревновании?	110.	До 3
111. До скольких очков ведется игра в партии в настольном теннисе?	111.	До 21
112. Какой мерой определяют вес боксерских перчаток?	112.	Унция
113. Перечислите виды фигурного катания.	113.	Одиночное катание (мужское и женское:; парное катание), спортивные танцы на льду
114. В каком виде спортивной борьбы спортсмены соревнуются босиком?	114.	Дзюдо
115. Как называется одиночный заезд на скорость на велотреке?	115.	Гит
116. В каком виде лыжного спорта спортсмены не пользуются палками?	116.	Прыжки с трамплина
117. Как называется карточная игра, по которой проводятся спортивные соревнования?	117.	Бридж
118. Какой титул носит бывший чемпион мира?	118.	Экс-чемпион
119. Как называется спортсмен, занявший второе место в чемпионате?	119.	Вице-чемпион
120. Как называется место для отталкивания в прыжках в длину?	120.	Планка
121. Как называется судья, дающий сигнал к началу бега?	121.	Стартер
122. Как называется наиболее вероятный претендент на победу в спортивных соревнованиях?	122.	Фаворит
123. Как называется спортсмен, отставший от остальных участников соревнований?	123.	Аутсайдер
124. Как называется гимнастический снаряд, состоящий из двух горизонтальных параллельных жердей, укрепленных на разной высоте?	124.	Брусья
125. Является ли водное поло олимпийским видом спорта?	125.	Да
126. В какие годы проводятся летние олимпийские игры?	126.	В високосные
127. Как называется место для состязаний и испытаний автомобилей?	127.	Автодром
128. Как переводится слово «волейбол»?	128.	Летающий мяч
129. Соревнуются ли мужчины в художественной гимнастике?	129.	Нет
130. Что показывает судья футболисту, делая ему предупреждение?	130.	Желтую карточку
131. Что показывает судья футболисту, удаляя его с поля?	131.	Красную карточку
132. Пользуется ли свистком судья соревнований по теннису?	132.	Нет
133. Как называется половина игры в футболе?	133.	Тайм
134. Сколько игроков в команде по «пляжному» волейболу?	134.	Два
135. Сколько игроков играет в одной команде в хоккее с мячом?	135.	Одиннадцать

Вариант № 6

Вопросы		Ответы
136. В какой спортивной лодке гребут, стоя на колене?	136.	В каноэ
137. Как называют бегунов на короткие дистанции?	137.	Спринтеры
138. Какая самая длинная дистанция в официальных соревнованиях по плаванию?	138.	1500 метров
139. Чем награждались древние олимпийские чемпионы?	139.	Лавровым венком
140. Ограничивается ли число замен в гандболе?	140.	Нет
141. Ограничивается ли число замен в баскетболе?	141.	Нет
142. Сколько игроков можно заменить в футбольном матче?	142.	Три
143. Как называется площадка, где соревнуются тяжелоатлеты?	143.	Помост
144. Как называется спортивное сооружение для прыжков в воду?	144.	Вышка
145. Сколько партий в волейбольном матче нужно выиграть одной из команд для победы?	145.	3 партии
146. Ограничено ли время игры в волейболе?	146.	Нет
147. В какой стране родился волейбол?	147.	В США
148. Как назывались участники боев в Древнем Риме на потеху публике?	148.	Гладиаторы
149. Как называется гигантское сооружение, построенное в Риме для соревнований гладиаторов?	149.	Колизей
150. Как называется ведение мяча в футболе или баскетболе?	150.	Дриблинг
151. Каким способом проплывает спортсмен последний отрезок в комплексном плавании?	151.	Вольным стилем
152. В каких видах спорта есть весовые категории?	152.	Бокса, борьба, тяжелая атлетика
153. Как называется событие, когда спортсмен дает фору более слабому сопернику?	153.	Гандикап
154. Сколько стилей включает комплексное плавание?	154.	4
155. Как называется бег (езда) по пересеченной местности?	155.	Кросс
156. Что включает легкая атлетика, кроме бега, ходьбы, прыжков?	156.	Метание
157. Как называется часть снаряжения фехтовальщика, предохраняющая его лицо?	157.	Маска
158. Как называется часть снаряжения велосипедиста, предохраняющая его голову?	158.	Шлем
159. Как называется встреча-соревнование между командами в спортивных играх?	159.	Матч
160. Как называется основной снаряд в тяжелой атлетике?	160.	Штанга
161. Как называется командное состязание в скоростном преодолении дистанции, разбитой на этапы?	161.	Эстафета
162. Где родилось водное поло?	162.	В Англии

Вариант № 7

Вопросы		Ответы
163. В открытом или закрытом бассейне проводятся Олимпийские соревнования по плаванию и прыжкам в воду?	163.	В закрытом бассейне
164. Какая самая длинная дистанция в спортивной ходьбе?	164.	50 километров
165. Как называются эстафеты, где этапы преодолеваются различными способами передвижения?	165.	Комбинированные эстафеты
166. Как называется устройство для удерживания на месте плавающего судна?	166.	Якорь
167. Определен ли правилами способ преодоления барьеров в беге с препятствиями?	167.	Нет
168. Из каких положений выполняет спортсмен стрельбу в биатлоне?	168.	Из положений лежа и стоя
169. Какова самая длинная дистанция в биатлоне?	169.	20 километров
170. Сколько огневых рубежей на 20-километровой дистанции биатлона?	170.	4 рубежа
171. Какова самая короткая дистанция в биатлоне?	171.	10 километров
172. Как называется дорога, на которой соревнуются велосипедисты?	172.	Трасса
173. Как еще называется вратарь в футболе и хоккее?	173.	Голкипер
174. Как называется центральный защитник в футболе?	174.	Стоппер
175. Как называется прыгивание гимнаста со снаряда на пол?	175.	Соскок
176. За сколько фальстартов спортсмен снимается с соревнований в легкой атлетике, плавании?	176.	За два
177. Как называется часть дистанции, отведенная для каждой лодки?	177.	«Вода»
178. По какому сигналу начинают бег конькобежцы?	178.	По сигнальному выстрелу
179. Каково минимальное число партий в волейбольном матче?	179.	Три
180. Как называется в футболе удар по мячу, назначенный за нарушение правил игры?	180.	Штрафной удар
181. В открытом или закрытом бассейне проводят Олимпийские соревнования по водному поло?	181.	В открытом бассейне
182. Включен ли баттерфляй как способ преодоления одного из этапов в комбинированной эстафете по плаванию?	182.	Да
183. На какой дистанции легкоатлетического бега не регистрируются официальные рекорды?	183.	Марафонский бег
184. Какой вид спорта включает лыжную гонку на 15км и прыжки на лыжах с трамплина?	184.	Лыжное (северное) двоеборье
185. Каков олимпийский символ?	185.	Пять колец
186. Как называется командная спортивная игра с клюшками и мячом на ледяной площадке?	186.	Хоккей с мячом
187. Как называется командная спортивная игра с клюшками и мячом на травяной площадке?	187.	Хоккей на траве
188. Каково максимальное число сетов в теннисной встрече?	188.	5
189. Как называется забитый в футбольные ворота мяч?	189.	Гол

Вариант № 8

Вопросы		Ответы
190. В каком виде плавания спортсмены стартуют не с тумбочки, а непосредственно из воды?	190.	В плавании на спине
191. В каком виде плавания не учитывается скорость движения спортсмена?	191.	В синхронном плавании
192. Соревнуются ли мужчины в синхронном плавании?	192.	Нет
193. Как называется вид спорта, соревнуясь в котором спортсмен определяет свой маршрут по карте и компасу?	193.	Спортивное ориентирование
194. Из скольких этапов состоят легкоатлетические эстафеты, проводимые на стадионах?	194.	Из 4 этапов
195. Из скольких периодов состоит игра в водное поло?	195.	Из 4 периодов
196. Как называется судья на боксерском ринге?	196.	Рефери
197. Как называется судья на борцовском ковре?	197.	Арбитр
198. Какое количество персональных замечаний может получить игрок в профессиональном баскетболе?	198.	6
199. Как называется гимнастический снаряд, состоящий из деревянного корпуса, обтянутого кожей, на металлических ногах-стойках?	199.	Конь
200. Как называется способ плавания с выносом рук на поверхность поочередно?	200.	Кроль
201. Как называется вид спорта, объединяющий бег, ходьбу, прыжки, метание снарядов?	201.	Легкая атлетика
202. Регламентируется ли количество замен в хоккее на льду?	202.	Нет
203. Из скольких таймов состоит игра в хоккее на траве?	203.	2 тайма
204. Как называется вид плавания, при котором руки не выносятся над водой?	204.	Брасс
205. Как называются олимпиады для инвалидов?	205.	Параолимпиады
206. Какого цвета олимпийский флаг?	206.	Белого
207. Как на олимпийском флаге выражен символ единения всех континентов?	207.	Пятью кольцами
208. Как осуществляется передача этапов в эстафетном плавании?	208.	Касанием рукой бортика бассейна
209. Как называется обувь у бегунов на короткие дистанции?	209.	Шиповки
210. Какой цвет мяча принят в волейболе?	210.	Синий с желтым
211. Штрафуется ли легкоатлет за сбитый барьер?	211.	Нет
212. Как переводится название стиля «баттерфляй»?	212.	Бабочка
213. Где постоянно перед каждыми Играми зажигается Олимпийский огонь?	213.	В Греции (в Олимпии)
214. Какой длины дорожка в олимпийском плавательном бассейне?	214.	50 метров
215. Как называется резкое убыстрение бега, рывок вперед?	215.	Спурт
216. Как называется приспособление, используемое боксером для защиты зубов и десен?	216.	Капа

Критерии оценки «Вопросов для теоретического зачета для студентов, освобожденных по состоянию здоровья от выполнения практических нормативов»:

Оценка «отлично» выставляется студенту, который правильно ответил на 24 вопроса из 27.

Оценка «хорошо» выставляется студенту, который правильно ответил на 23 - 20 вопросов из 27.

Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, который правильно ответил на 19 - 16 вопросов из 27.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, который правильно ответил на 15 и меньше вопросов из 27.