федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

«Оренбургский государственный медицинский университет»

Министерства здравоохранения Российской Федерации

**Контрольная работа №2**

Дисциплина: АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ ИНВАЛИДОВ

Модуль второй

по специальности

*32.05.01 Медико-профилактическое дело*

Выполнил обучающийся \_\_\_\_ группы

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(ФИО)

Проверил\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(ФИО преподавателя)

Оренбург 2020

**Обучающийся знакомится с содержанием контрольной работы и переходит к индивидуальному и самостоятельному выполнению практического раздела. В практическом разделе обучающийся должен выполнить 3 задания и оформить их в виде печатной работы.**

Задание 1. Выполните тестовое задание по теме: «Спортивная игра - баскетбол».

Задание 2. Заполните кроссворд по теме: «Спортивная игра - волейбол».

Задание 3.Выполните тестовое задание по теме: «Спортивная игра – настольный теннис».

**Задание 1. Выполните тестовое задание по теме:«Спортивная игра - баскетбол».**

1. Размеры баскетбольной площадки (м):

а) 26×14; б) 28×15; в) 30×16.

2. Ширина линий разметки баскетбольной площадки (см):

а) 5; б) 6; в) 8.

3. Диаметр центрального круга площадки (см):

а) 300; б) 360; в) 380.

4. Температура в зале при проведении соревнований:

а) 5 – 30°С; б) 15 – 30°С; в) 10 – 25°С.

5.Высота баскетбольной корзины (см):

а) 300; б) 305; в) 307.

6. Окружность мяча (см):

а) 60 – 65; б) 70 – 75; в) 75 – 78.

7. Размеры баскетбольного щита (см):

а) 120×180; б) 115×185; в) 105×180.

8. Вес мяча (г):

а) 600 – 620; б) 650 – 700; в) 600 – 650.

9. Во время игры на площадке с одной стороны может находиться (игроков):

а) 4; б) 5; в) 6.

10. Какой должна быть высота от пола до щита (см):

а) 270; б) 290; в) 275.

11. Майки игроков должны быть пронумерованы:

а) от 1 до 10; б) от 4 до 15; в) от 1 до 50.

12. В каком году появился баскетбол как игра:

а) 1819; б) 1899; в) 1891.

13. Кто придумал баскетбол как игру:

а) Д.Формен; б) Д.Фрейзер; в) Д.Нейсмит.

14. Капитан команды должен отличаться от других игроков:

а) другим цветом номера на груди;

б) иметь на майке полоску, подчеркивающую номер на груди;

в) иметь повязку на руке.

15. Разрешается ли игрокам играть в очках или линзах?

а) Разрешается;

б) не разрешается;

в) разрешается под собственную ответственность.

**Задание 2. Заполните кроссворд по теме: «Спортивная игра - волейбол».**

****

**По горизонтали**

2. Сильный удар по мячу, после которого он резко летит вниз;

4. В каком городе в 2012 году мужская сборная России по волейболу стала Олимпийскими чемпионами;

6. Атакует с краев сетки;

7. Назовите команду - первых олимпийских чемпионов среди женщин;

9. Какую геометрическую фигуру напоминает расположение больших и указательных пальцев кистей рук при приеме мяча сверху в волейболе?

13. Атакующий удар, выполненный на ложном замахе, когда нападающий имитирует разбег на взлёт, выдерживает паузу и бьёт уже по опускающемуся блоку соперника. Эта красивая и сложная комбинация, названная по фамилии японского волейболиста Дзюнго Мориты, чемпиона Олимпийских игр 1972 года, в настоящее время крайне редко применяется в профессиональном волейболе;

14. Определение, применяемое в волейболе: «действие игроков вблизи сетки по преграждению пути мяча, направленному соперником, поднятием руки выше верхнего края сетки» называется:

15. Какие физические качества наиболее проявляются в игре в волейбол?

16. Технический приём в волейболе, с помощью которого мяч вводится в игру, называется

19. определяет игру и варианты атаки

22. основной принимающий

23. характерное постукивание мяча об пол перед выполнением подачи

24. Вид спорта, командная спортивная игра, в процессе которой две команды соревнуются на специальной площадке, разделённой сеткой, стремясь направить мяч на сторону соперника таким образом, чтобы он приземлился на площадке противника (добить до пола), либо чтобы игрок защищающейся команды допустил ошибку. При этом для организации атаки игрокам одной команды разрешается не более трёх касаний мяча подряд (в дополнение к касанию на блоке).

**По вертикали**

1. Волейбол как спортивная игра появился в конце XIX века в.. .

3. Автором создания игры в волейбол считается:

5. Продолжение атаки, когда принимающая команда не смогла организовать съём. Продолжительная доигровка характерна для женского волейбола.

6. Самые мощные, высокие и прыгучие игроки команды, атакуют в основном с задней линии, не участвуют в приеме

8. Вариант атаки, когда связующий подключает к атаке игрока из 6-й зоны. При этом атакующий игрок бьёт, отталкиваясь из-за 3-х метровой линии.

10. Мощный удар по мячу в верхней точке его траектории

11. Защитный удар, выполняемый в падении

12. Заранее разученное согласованное действие игроков команды

17. Самый высокий волейболист сборной России

18. Спортивная игра с мячом, схожая по правилам с волейболом, предназначенная для детей школьного возраста

20. В волейболе каждая команда среди запасных игроков может иметь игрока защитного типа, которого называют

21.Короткий быстрый пас нападающему в 3-ю зону, который в момент касания мяча связующим уже находится в воздухе с рукой, готовой для нанесения удара.

**Задание 3. Выполните тестовое задание по теме: «Спортивная игра – настольный теннис».**

1. Длина теннисного стола составляет?

А) 2,74 м; Б) 2,64 м; В) 2,52 м; Г) 2,82 м.

1. Ширина теннисного стола составляет?

А) 1,525 м; Б) 1,625 м; В) 1,425 м; В) 1,5 м.

1. Игровая поверхность стола находится на высоте...см от пола?

А) 86; Б) 66; В) 76; Г) 56.

1. Игровая поверхность стола должна быть?

А) матовой, однородной, яркой;

Б) матовой, цветной, светлой;

В) матовой, однородной, темной;

Г) глянцевой, однородной, темной.

1. Верх сетки по всей длине должен находится на высоте над игровой поверхностью... см?

А) 15,75 см; Б) 15,25 см; В) 16,25 см; Г) 16,75 см.

1. Диаметр теннисного мяча..... мм?

А) 40 мм; Б) 35 мм; В) 45 мм; Г) 48 мм.

1. Масса мяча для настольного тенниса равна?

А) 2,5 гр; Б) 3,0 гр; В) 3,5 гр; Г) 2,7 гр;

1. Соревнования по настольному теннису подразделяются на …

А) личные;

Б) командные;

В) командно-личные;

Г) лично-командные.

1. Участник соревнований имеет право …

А) выбрать один мяч из нескольких предложенных ведущим судьей для проведения встречи;

Б) оказывать (любым способом) влияние на принятие судьей решения по результату розыгрыша;

В) повреждать или наносить преднамеренно удары (чем угодно) по оборудованию и любому спортивному и личному имуществу;

Г) действовать неуважительно (выражениями или жестами и т.д.) по отношению к зрителям, соперникам и официальным лицам.

1. Участник соревнований имеет право…

А) проводить перед началом встречи непосредственно на игровом столе разминку продолжительностью до 2 минут;

Б) повреждать или наносить преднамеренные удары по оборудованию, а также любому спортивному или личному имуществу;

В) действовать неуважительно (выражениями или жестами и т.д.) по отношению к зрителям, соперникам или официальным лицам;

Г) намеренно мешать (любыми действиями) проведению других встреч.

1. Участник соревнований имеет право …

А) получать советы в перерывах между партиями или во время других, разрешенных судьями остановок игры;

Б) затягивать преднамеренно игру: длительным или несвоевременным вытиранием полотенцем;

В) затягивать преднамеренно игру: умышленным повреждением мяча;

Г) затягивать преднамеренно игру: выбиванием мяча за пределы игровой площадки.

1. Участник соревнований имеет право …

А) обратиться к ведущему судье до начала следующего розыгрыша за разъяснениями или с просьбой;

Б) затягивать преднамеренно игру: выбиванием мяча за пределы игровой площадки;
В) затягивать преднамеренно игру: постукиванием мяча перед подачей по столу, ракеткой;

Г) затягивать преднамеренно игру: использованием пауз (более 15 с) между розыгрышами и перерывом.

1. До скольки очков продолжается партия в настольный теннис?

А) до 5 ;

Б) до 10;

В) до 11.

1. Какой должен быть цвет сетки?

А) голубой;

Б) зелёный;

В) синий.

1. В каком году была образована Международная федерация настольного тенниса?

А) 1920 год;

Б) 1926 год;

В) 1931 год.

1. С какого возраста набирают детей в подготовительную группу для обучения настольному теннису?

А) 8 - 10 лет;

Б) 10 - 11 лет;

В) 11 - 12 лет.