

ФИДЖИТАЛ СПОРТ

(Функционально-цифровой спорт (двоеборье), ритм - симулятор, двоеборье - тактическая стрельба, фиджитал-двоеборье в игровых видах спорта (футбол, волейбол, баскетбол), фиджитал-единоборства, компьютерный спорт.)

Спортивная подготовленность - 60 баллов

Вопросы:

1. Перечислить основные разделы подготовки в избранном виде спорта.
2. Перечислить основные технические действия в избранном виде спорта.
3. Перечислить дисциплины вида спорта.
4. Что понимается под термином «физическое упражнение»?
5. Назовите основные правила техники безопасности на занятиях физической культурой и спортом.
6. Чем отличается физическое упражнение от обычного двигательного действия?
7. Охарактеризовать технику в вашем виде спорта.
8. Перечислить основные технические действия.
9. Что такое тактика в вашем виде спорта.
10. Укажите особенности тактики в виде спорта.

Физическая подготовленность – 20 баллов

Вопросы:

1. Перечислить физические качества.
2. Значение и виды проявления быстроты в избранном Вами виде спорта.
3. Значение и виды проявления силы в избранном Вами виде спорта.
4. Значение и виды проявления выносливости в избранном Вами виде спорта.
5. Значение и виды проявления гибкости в избранном Вами виде спорта.
6. Значение и виды проявления ловкости в избранном Вами виде спорта.
7. Какие упражнения используют в избранном Вами виде спорта для развития силы.
8. Какие упражнения используют в избранном Вами виде спорта для развития выносливости.
9. Какие упражнения используют в избранном Вами виде спорта для развития ловкости и гибкости.
10. Какие упражнения используют в избранном Вами виде спорта для развития быстроты.

Специальные требования – 20 баллов

Вопросы:

1. Виды соревнований по избранному виду спорта.
2. Системы розыгрыша соревнований в избранном виде спорта.
3. Основы техники безопасности при проведении соревнований по избранному виду спорта.
4. Обязанности главного судьи в избранном виде спорта.
5. Обязанности помощника главного судьи в избранном виде спорта.
6. Причины возникновения и меры предупреждения травматизма в избранном виде спорта.

7. Основы техники безопасности на занятиях по избранному виду спорта.
8. Значение и особенности проведения разминки в избранном виде спорта.
9. Основные положения правил по избранному виду спорта.
10. Раскройте значение требований личной гигиены для человека, занимающегося физической культурой и спортом.