

Ответы на эти вопросы нужно отправить тренеру-преподавателю удобным для Вас способом (СМС-сообщение, эл.почта, Whats App)

**Тестовые вопросы для учащихся отделения СПОРТИВНАЯ БОРЬБА**  
**для групп базового уровня 4-6 годов обучения**

1. Какой из представленных международных спортивных видов борьбы не входит в программу Олимпийских игр?
  - а). Греко-римская борьба (классическая)
  - б). Вольная борьба
  - в). Дзюдо
  - г). Самбо
2. Официальной датой возникновения греко-римской борьбы в России принято считать ...
  - а). 1952
  - б). 1895
  - в). 1800
  - г). 1982
3. В каком из видов борьбы строго запрещено захватывать противника ниже пояса, ставить подножку, активно пользоваться ногами при выполнении какого-либо действия;
  - а) Греко-римская борьба (классическая)
  - б) Вольная борьба
  - в) Дзюдо
  - г) Самбо
4. Занятия и соревнования по греко-римской борьбе проходят на...
  - а). Ринге
  - б). Татами
  - в). Борцовском ковре
  - г). Кумитэ
5. Техническое действие в борьбе лёжа, вынуждающее соперника сдаться?
  - а). Бросок
  - б). Перевод
  - в). Болевой прием
  - г). Удержание
6. Какой из видов спортивной борьбы входит в программу Паралимпийских игр?
  - а). Греко-римская борьба (классическая)
  - б). Вольная борьба
  - в). Дзюдо
  - г). Самбо
7. Освоение, каких упражнений особенно важно на начальном этапе занятий борьбой?
  - а). самостраховки и страховки
  - б). упражнения на совершенствование технико-тактического мастерства
  - в). упражнения на повышение функциональных возможностей организма

8. Способность преодолевать сопротивление соперника или противодействовать ему за счет мышечных усилий это ...

- а). Выносливость борца
- б). Гибкость борца
- в). Сила борца
- г). Координация борца

9. Какова последовательность оказания первой помощи при растяжении:

а). наложить тугую повязку на поврежденное место, обеспечить покой поврежденной конечности, опустив ее как можно ниже к земле, и доставить пострадавшего в медицинское учреждение;

б). приложить холод и наложить тугую повязку на поврежденное место, обеспечить покой поврежденной конечности, придать ей возвышенное положение и доставить пострадавшего в медицинское учреждение;

в). обеспечить покой поврежденной конечности, придать ей возвышенное положение и доставить пострадавшего в медицинское учреждение

10. Соревнования по борьбе на летних Олимпийских играх впервые появились

- а). 1896 в Афинах
- б). 1908 в Лондоне
- в). 1980 в Москве
- г). 1924 в Париже