

ТЕСТОВІ ЗАВДАННЯ № 15

для перевірки теоретичних знань з фізичного виховання
спеціалізація «Плавання»
для студентів 1-2 курсів денної форми навчання НУБіП України

1. В якій країні проводилися перші змагання з плавання?

- а) в Стародавньому Єгипті
- б) в Стародавній Греції
- в) в Південній Америці

2. В якому році в Будапешті проводились перші міжнародні змагання з плавання?

- а) в 1889 р
- б) в 1798 р.
- в) в 1679 р.

3. В якому році змагання з плавання були включені до програми сучасних Олімпійських ігор?

- а) 1884 р.
- б) 1774 р.
- в) 1894 р.

4. Коли виник спосіб плавання – кроль на грудях?

- а) на поч. XX ст.
- б) на поч. IX ст.
- в) в кінці IX ст.

5. В якому році вперше на офіційних змаганнях був використаний спосіб плавання – «дельфін»?

- а) в 1920 р.
- б) в 1925 р.
- в) в 1953 р.

6. В якому році відбувся перший в Незалежній Україні чемпіонат країни з плавання?

- а) 1994 р.
- б) 1992 р.
- в) 1996 р.

7. На яких Олімпійських іграх Україна вперше здобула золоті медалі з плавання?

- а) XXVII в Сіднеї
- б) XXVI в Атланті
- в) XXVIII в Афінах

8. Хто зі спортсменів вперше здобув для України золоті медалі на Олімпійських іграх?

- а) Денис Силантьєв
- б) Олег Лісогор
- в) Яна Клочкова

9. Хто з українських плавців отримав звання «Герой України»?

- а) Світлана Бондаренко
- б) Яна Клочкова
- в) Олег Лісогор

10. В якому році в Незалежній Україні була створена Федерація плавання України (ФПУ)?

- а) 1992 р.
- б) 1993 р.
- в) 1994 р.

11. Який спосіб плавання характеризується одночасними і симетричними рухами рук і ніг у воді?

- а) кроль на спині
- б) брас
- в) батерфляй

12. Який спосіб плавання характеризується хвилеподібними рухами тулуба?

- а) кроль на грудях
- б) кроль на спині
- в) батерфляй

13. В якому зі способів плавання видих виконується над водою?

- а) кроль на спині
- б) брас
- в) батерфляй

14. Який зі способів плавання вважається найшвидшим?

- а) кроль на спині
- б) кроль на грудях
- в) батерфляй

15. При якому способі плавання старт відбувається з води?

- а) кроль на спині
- б) брас
- в) батерфляй

16. Яка висота стартової тумбочки від рівня води?

- а) 0,7 – 0,65 м
- б) 0,6 – 0,85 м
- в) 0,5 – 0,75 м

17. З яких фаз складається старт з тумбочки?

- а) замах, відштовхування, політ, вхід в воду, стартове прискорення
- б) замах з підсіданням, відштовхування з махом руками , вхід в воду
- в) замах з підсіданням, відштовхування з махом руками , політ, вхід в воду, ковзання під водою

18. Яка довжина басейну для проведення змагань з плавання?

- а) 25 м
- б) 25 м і 50 м
- в) 50 м

19. Які є види поворотів в плаванні?

- а) над водою, під водою
- б) півповорот, повний поворот
- в) відкритий, закритий

20. З яких фаз складається техніка поворотів?

- а) підливання до повороту, обертання, поштовх і ковзання, початок плавальних рухів і вихід на поверхню
- б) підливання до повороту, поштовх і ковзання, вихід на поверхню
- в) підливання до повороту, занурення, обертання, поштовх і ковзання, початок плавальних рухів і вихід на поверхню

Список літератури

1. Глазирін І. Д. Плавання. - К.:Кондор. 2006
2. Ляшенко А.М., Клімакова С.М. Історія розвитку плавання в Україні. Навчально-методичні розробки з предмету «Плавання з методикою навчання» для студентів факультету фізичної культури педагогічних ВНЗів. Вип.2 – Харків: ХНПУ, 2010
3. Іваськів С.М. Плавання з методикою викладання: навчальний посібник для студентів факультету фізичного виховання. - Тернопіль, 1998 – 88с.

Підготувала Олена Отрошко – старший викладач кафедри фізичного виховання, керівник збірної НУБіП України з плавання © Київ 2020