

### 1-вариант

Роль и значение физического воспитания в системе общего среднего образования.

*Базовые слова: Оздоровление. Дать знания. Воспитание.*

Проведение соревнований по бегу на 1500 м

*Базовые слова: Правила. Организационная работа. Основные задачи.*

Описание терминов в дзю-до

*Базовые слова: Специальные термины. Классификация.*

Групповые и тактические действия баскетболистов в нападении.

*Базовые слова: Тактика. Коллективные и групповые действия.*

Причины травматизма на занятиях по гимнастике.

*Базовые слова: Неправильные царапины. Нестандартный спортивный инвентарь.*

### 2-вариант

Описание внешкольных занятий по физическому воспитанию.

*Базовые слова: Круг. Спортивные тренировки. Утренняя гимнастика.*

Проведение соревнований по тройным прыжкам.

*Базовые слова: Правила. Организационная работа. Основные задачи.*

Роль дзю-до в Узбекистане

*Базовые слова: Проникновение. Развитие. Соревнования.*

Сведения о возникновении и развития Гандбола.

*Базовые слова: Страна происхождения. Развитие этапы.*

Основные меры предотвращения травматизма на занятиях по гимнастике.

*Базовые слова: Неправильные царапины. Нестандартный спортивный инвентарь.*

### 3-вариант

Физическая культура в академических лицеях и профессиональных колледжах

*Базовые слова: Оздоровление, образование, воспитание.*

Проведение соревнований по толканию ядро.

*Базовые слова: Организационная работа. Особые указания.*

Характеристика запрещенных приемов в дзю-до

*Базовые слова: Неправильные движения в захвате, в дзюдоистской одежде, в метании, в падении.*

Распространение Гандбола в Европе.

*Базовые слова: История. Развитие.*

Организация и методика проведения занятий по гимнастике.

*Базовые слова: Организационная работа. Особые указания.*

### 4-вариант

Общие принципы физического воспитания.

*Базовые слова: Оздоровление. Вовлечение в спорт.*

Обучение техники бега на короткие дистанции

*Базовые слова: Специальные упражнения. Технические действия.*

История возникновения Кураша в Узбекистане

*Базовые слова: Появление. История развития.*

Включение гандбола в программу Олимпийских игр.

*Базовые слова: Олимпийские игры. История проникновения.*

Подготовка мест занятий, спортивного оборудования и инвентаря по гимнастике .

*Базовые слова: Спортивные сооружения. Специальная подготовка.*

### 5-вариант

Понятие о физическом развитии.

*Базовые слова: Совершенствование физических качеств умений и навыков.*

Проведение соревнований по метанию гранаты и мяча.

*Базовые слова: Организационная работа. Особые указания.*

Роль Кураша во всем мире

*Базовые слова: Развитие. Правила.*

Техника передвижения в Гандболе.

*Базовые слова: Тактика. Техника. Гармония движения.*

Применение приемов страховки, помощи и само страховки в гимнастике.

*Базовые слова: Скорая медицинская помощь. Первая помощь.*

## 6-вариант

Понятие физическом воспитании.

*Базовые слова: Биологическое развитие-это педагогический процесс.*

Проведение соревнований по бегу на 3000 м.

*Базовые слова: Правила. Организационная работа. Основные задачи.*

Решения и постановления принятые государством для развития Кураша

*Базовые слова: Юридические документы. Соответствующие решения.*

Техника владения мячом в гандболе.

*Базовые слова: Движения без мяча. Движения с мячом.*

Структура урока гимнастики.

*Базовые слова: Введение. Базовый. Окончательный.*

## 7-вариант

Понятия о физических знаниях

*Базовые слова: Ozдоровление, физическая выносливость.*

Физические упражнения для развития легкоатлетических качеств.

*Базовые слова: Общеразвивающие упражнения. Ozдоровление.*

Структура Международной федерации борьбы и ее роль в развитии

*Базовые слова: История. Место в мире.*

Тактика в Гандболе.

*Базовые слова: Техника. Тактика. Основные правила.*

Цель и средства подготовительной части (гимнастика).

*Базовые слова: Основная часть. Специальные упражнения. Инструкция.*

## 8-вариант

Воспитание физических качеств.

*Базовые слова: Выносливость, гибкость, ловкость, быстрота, сила.*

Ходьба и общеразвивающие упражнения.

*Базовые слова: Ozдоровление. Техника ходьбы.*

Международные достижения спортсменов Узбекистана по Курашу

*Базовые слова: Достижения. Классификация. Международные соревнования.*

Техника игры в гандбол.

*Базовые слова: Техника. Действия. Упражнение.*

Подготовительная часть урока – способы проведения.

*Базовые слова: Подготовительный. Основной. Заключительный.*

## 9-вариант

Физическая подготовленность

*Базовые слова: Техническая, тактическая подготовка.*

Виды лёгкой атлетики история развития лёгкой атлетики.

*Базовые слова: Древние Олимпийские игры. Соревнование.*

Организация кружков по дзю-до в спортивных школах

*Базовые слова: Организационная работа. Основные инструкции.*

Методы проведения тренировок в Гандболе.

*Базовые слова: Организационная работа. Особые указания.*

Основная часть урока – цель и средства.

*Базовые слова: Цель и задачи урока.*

## 10-вариант

Общая физическая подготовка.

*Базовые слова: Обеспечение физического развития организма.*

Основы техники бега на короткие дистанции

*Базовые слова: Правила. Организационная работа. Основные задачи.*

Организация и проведение соревнований по Курашу

*Базовые слова: Организационная работа. Особые указания.*

Возникновение федерации Гандбола.

*Базовые слова: Создание международных спортивных организации.*

Основная часть урока – способы проведения.

*Базовые слова: Цель и задачи урока.*

### 11-вариант

Профессиональная физическая подготовка.

*Базовые слова:* Типы нагрузок. Подготовительный процесс.

Проведение уроков по легкой атлетике в школе.

*Базовые слова:* Техника. Тактика. Действия. Упражнение.

Важность Кураша в воспитании молодежи в духе наших национальных ценностей

*Базовые слова:* Оздоровление. Любовь к Родине. Спорт.

Первые чемпионаты Мира и Европы по Гандболу.

*Базовые слова:* Соревнования. Возникновение.

Заключительная часть урока – цель и средства.

*Базовые слова:* Восстановление, отдых.

### 12-вариант

Спортивные тренировки.

*Базовые слова:* Техника. Тактика. Действия. Однотипные упражнения..

Обучение судейству по легкой атлетике и заполнению документации.

*Базовые слова:* Метод Ввода. Базовый. Окончательный.

Судейство и их обязанности в Кураше

*Базовые слова:* Жесты судей, состав.

Площадки для игр в Гандбол и оборудования.

*Базовые слова:* Линия. Размер. Правило.

Задачи физического воспитания, решаемые на занятиях гимнастикой в школе.

*Базовые слова:* Урок физической культуры.

### 13-вариант

Методы научного исследования педагогического наблюдения.

*Базовые слова:* Прогресс, анализ, обобщение.

Обучение на уроках по легкой атлетике и её совершенствование.

*Базовые слова:* Правила. Организационная работа. Основные задачи.

Правила соревнований по Курашу

*Базовые слова:* Борцовский ковер, жесты, судьи.

Развитие Гандбола в Узбекистане.

*Базовые слова:* Проникновение европейских видов спорта в Среднюю Азию.

Характеристика основной гимнастики, ее содержание и особенности.

*Базовые слова:* Спортивная и художественная гимнастика.

### 14-вариант

Экспериментальный метод исследования.

*Базовые слова:* Педагогический контроль, анализ.

Методы обучения и совершенствования урока физической культуры

*Базовые слова:* Словесный метод, показательный, фронтальный, игровой и соревновательный.

Виды национальной борьбы Кураш

*Базовые слова:* Бухарский и Ферганский стили.

Возникновение и развитие волейбола

*Базовые слова:* Родина, этапы развития.

Этапы обучения гимнастическим упражнениям

*Базовые слова:* Объяснять, показывать, учить, повторять.

### 15-вариант

Методы научных исследований в математических вычислениях.

*Базовые слова:* Исследование, анализ, обобщение.

Правила соревнования по прыжкам.

*Базовые слова:* Правила. Организационная работа. Основные задачи.

Разница между Курашом и другими видами борьбы

*Базовые слова:* Правила международных соревнований.

Возникновение и развитие волейбола в Азии.

*Базовые слова:* Проникновение европейских видов спорта в Центральную Азию.

Способы организации деятельности учеников на уроке гимнастики.

*Базовые слова:* Сохранение равновесия, Осанка. Специальные упражнения. Навыки.

## 16-вариант

Техника физических упражнений.

*Базовые слова: Общеразвивающие, специальные и вспомогательные упражнения.*

Правила судейства по прыжкам.

*Базовые слова: Правила. Организационная работа. Основные задачи.*

Включение вида борьбы Кураш в программу Азиатских игр и достижения Узбекских спортсменов

*Базовые слова: Азиатские игры. Чемпионаты мира.*

Возникновение и этапы развития волейбола в Узбекистане.

*Базовые слова: Проникновение европейских видов спорта в Центральную Азию.*

Организация занятий основной гимнастикой.

*Базовые слова: Спортивная и художественная гимнастика.*

## 17-вариант

Фазы выполнения физических упражнений.

*Базовые слова: Объяснение, показ, обучение, повторение.*

Правила судейства по метанию.

*Базовые слова: Правила. Организационная работа. Основные задачи.*

Требования к борцам в борьбе Кураш

*Базовые слова: Дисциплина. Контроль веса. Заявление.*

Понимание правил волейбола.

*Базовые слова: Понятие правил игры. новые правила. запрещающие правила.*

Строевые упражнения. Характеристика.

*Базовые слова: Оздоровление. Командные действия.*

## 18-вариант

Педагогические группы физических упражнений.

*Базовые слова: Законы. Проекты. Стратегия.*

Виды легкой атлетики с 1860 по 1917 год и история развития соревнований.

*Базовые слова: Виды легкой атлетики первые соревнования, особенности.*

Использование терминов борьбы Кураш в соревнованиях

*Базовые слова: Новые термины. Жесты. переосмысление правил борьбы.*

О первом чемпионате мира по волейболу среди мужчин и женщин

*Базовые слова: Структура международных федераций волейбола и соревнования.*

История развития гимнастики.

*Базовые слова: История возникновения и развития спортивной системы гимнастики в Европе.*

## 19-вариант

Дидактические основы физического воспитания.

*Базовые слова: Обучение. Объяснение. Эксгибиционизм.*

Техника выхода из низкого старта.

*Базовые слова: Техника. Действия. Упражнение.*

Характеристика замечаний даных борцу во время соревнований

*Базовые слова: Чидо, хансуко таке.*

Создание Международной федерации волейбола?

*Базовые слова: FIVB, структура и международные соревнования.*

Гимнастика в системе физического воспитания.

*Базовые слова: Чистые упражнения, вольные упражнения, акробатические упражнения.*

## 20-вариант

1.Способы построения терминов.

*Базовые слова: Специальные упражнения. Виды движения. Основные характеристики.*

2.Обучение технике выхода из старта

*Базовые слова: Виды старта, калодка, дистанция, финиш.*

3. Понятие физических знаний

*Базовые слова: Физическая культура, спорт.*

4.Профессиональная физическая подготовка

*Базовые слова: Техника. групповые и коллективные действия.*

5.История развития художественной гимнастики.

*Базовые слова: Появление. Этапы развития.*

### 21-вариант

1. Принцип постепенного наращивания воздействия развивающих упражнений

*Базовые слова: Нагрузки, умения, навыки.*

2. Обучение технике бега на 200 м

*Базовые слова: Правила. Организационная работа. Основные задачи.*

3. Развитие силовых качеств в национальной борьбе и ее значение

*Базовые слова: Физическое качество. Виды качества силы.*

4. Проведение международных соревнований по волейболу?

*Базовые слова: Центральная Азия, Азия, Европа, Олимпийские и мировые первенства.*

5. Гигиенические требования на уроке гимнастики.

*Базовые слова: Гигиенические рекомендации. Инструменты.*

### 22-вариант

1. Структурные основы этапов обучения движениям. Основное направление и характеристика этапов обучения

*Базовые слова: Объяснение, показ, повторение.*

2. Обучение технике бега на 2400 м

*Базовые слова: Правила. Организационная работа. Основные задачи.*

3. Важность развития ловкости и скорости в национальной борьбе

*Базовые слова: Специальные упражнения. Физические качества.*

4. Участие сборных команд Узбекистана по волейболу в международных соревнованиях.

*Базовые слова: Достижения волейболистов Узбекистана в годы независимости.*

5. Проведение эстафетного забега 4x400 м.

*Базовые слова: Правила. Организационная работа. Основные задачи.*

### 23-вариант

1. Соревновательный метод.

*Базовые слова: Круговые, выбывание и смешанные системы.*

2. Обучение технике передачи эстафетной палочки

*Базовые слова: Метод бега. Правила. Организационная работа. Основные задачи.*

Значение развития выносливости и гибкости в национальной борьбе Кураш

*Базовые слова: Физические качества. Специальные упражнения.*

Проведение чемпионата Узбекистана по волейболу?

*Базовые слова: История. Развитие. Виды соревнований.*

5. Воспитание координационных способностей и гибкости.

*Базовые слова: Поддержание равновесия, активная и пассивная гибкость.*

### 24-вариант

Понятия о соревновательных методах.

*Базовые слова: Эстафетные, подвижные и спортивные игры.*

Обучение технике выхода из низкого старта.

*Базовые слова: Эстафетные, подвижные и спортивные игры.*

Тактическая готовность спортсмена в национальной борьбе Кураш

*Базовые слова: Броски, защита, атаки.*

4. Проведение соревнований по волейболу по программе "Умид нихоллари".

*Базовые слова: Организационная работа, этапы соревнований.*

5. Классификация по художественной гимнастике.

*Базовые слова: Лента, обруч, Булава, мяч.*

### **25-вариант**

Методы исследования проводимые по теории и методике физического воспитанию.

*Базовые слова: Исследование, эксперимент, анализ.*

Обучение технике прыжков способами «ножницы и согнув ноги».

*Базовые слова: Техника прыжков.*

Техническая готовность спортсмена в национальной борьбе Кураш

*Базовые слова: Способы выполнения, основные действия.*

Проведение соревнований по волейболу по программе «Баркамол авлод»

*Базовые слова: Организационная работа, этапы конкурса*

Прикладные упражнения.

*Базовые слова: Лазание, преодаление препятствии (лабиринт).*

### **26-вариант**

Цели и задачи теории и методики физической культуры.

*Базовые слова: Физические упражнения. Физическая подготовка. Физические качества.*

Как разделяются виды легкой атлетики

*Базовые слова: Бег. Многоборье. Прыжки.*

История развития и возникновения "Дзю-до".

*Базовые слова: Возникновение Дзю-до. Страна происхождения.*

Характеристика игры в футбол

*Базовые слова: Приёмы и тактика игры в футбол.*

Методические особенности гимнастики.

*Базовые слова: Гимнастические упражнения. Элементы гимнастики.*

### **27-вариант**

Общая характеристика развития системы физической культуры в Республике Узбекистан.

*Базовые слова: Указы и постановления о физической культуры и физическом воспитаний.*

Обучения технике эстафетного бега и методы обучения.

*Базовые слова: 4x100, 4x400.*

Структура и значение развития Международной федерации Дзю-до.

*Базовые слова: Термины Дзю-до и организация соревнований.*

Возникновение и развитие футбола в мире

*Базовые слова: Предварительные правила. Страна происхождения. Техника и тактика.*

Виды гимнастики.

*Базовые слова: Понятие о спортивной и художественной гимнастике.*

### **28-вариант**

Значение документов, принятых Правительством Республики Узбекистан по физической культуре и спорту.

*Базовые слова: Законы. Проекты. Стратегии.*

Организация и проведения соревнования по легкой атлетике.

*Базовые слова: Организационная работа. Подготовка к соревнованиям. Правила соревнований.*

Включение в чемпионаты мира и в Олимпийские игры борьбы Дзю-до

*Базовые слова: Олимпийские игры. Чемпионаты.*

Возникновение и развитие футбола в Узбекистане

*Базовые слова: Возникновение. Формирование команд.*

Общеразвивающие виды гимнастики.

*Базовые слова: Упражнения. Элементы. Виды гимнастики.*

### **29-вариант**

Функции и формы физической культуры в обществе.

*Базовые слова: Оздоровление населения. Вовлечение в упражнения и спорт.*

Общая характеристика легкого атлетического упражнения.

*Базовые слова: Ходьба, Бег. Прыжки. Бросок.*

Организация и проведение соревнований по Дзю-до

*Базовые слова: Организационная работа. Правила и содержание соревнований.*

Развитие футбола Каракалпакстана

*Базовые слова: Возникновение. Формирование команд.*

Характеристика основной гимнастики.

*Базовые слова: Гимнастические снаряды. Гимнастические упражнения.*

### **30-вариант**

Методы исследования в теории физического воспитания.

*Базовые слова: Значение и задачи урока физической культуры.*

Повышение мастерства в беге на средние и длинные дистанции

*Базовые слова: Бег. Техника. Выносливость.*

Судейство в Дзю-до и их функции

*Базовые слова: Правила. Обязанности судей.*

Теоретические сведения о технике футболистов

*Базовые слова: Техническая подготовка игроков.*

Характеристика гигиенической гимнастики.

*Базовые слова: Утренняя гимнастика. Гигиенические факторы.*

### **31-вариант**

Средства физического воспитания.

*Базовые слова: Физические упражнения, Гигиенические факторы, Природные факторы.*

Судейство по легкой атлетике

*Базовые слова: Положение соревнований, заявка, протокол.*

Обозначение действий, выполняемых в борьбе Дзю-до в вертикальном положении

*Базовые слова: Техника, тактика, приёмы.*

Размеры футбольного поля

*Базовые слова: Спортивные сооружения. Стандартные и нестандартные сооружения.*

Характеристика атлетической гимнастики

*Базовые слова: Упражнения. Виды гимнастики.*

### **32-вариант**

Дидактические основы физического воспитания.

*Базовые слова: Обучение. Объяснение. Наглядность.*

Проведение занятий по легкой атлетике в школе.

*Базовые слова: Организация. Методика. Значение.*

Обозначение действий, выполняемых на партере в Дзю-до

*Базовые слова: Методы, выполняемые в партере. Описание.*

Характеристика соревнований по футболу

*Базовые слова: Виды соревнований, первенство, кубковые соревнования.*

Спортивные виды гимнастики.

*Базовые слова: Спортивная Гимнастика. художественная гимнастика, трамплин.*

### **33-вариант**

Методы физического воспитания, используемые в физических занятиях.

*Базовые слова: Фронтальный, словесный, наглядный, игровой и соревновательный.*

Конспект школьного урока по физической культуре

*Базовые слова: Подготовительный, основной, заключительный.*

Правила соревнований в Дзю-до

*Базовые слова: Соревнования. Правила. Термины.*

Тактическая подготовка в футболе

*Базовые слова: Командные действия. Виды тактики.*

Характеристика спортивной гимнастики.

*Базовые слова: Перекладина, брусья, кольцо, вольные упражнения, прыжки с опорой.*

### **34-вариант**

Основы построения этапов обучения движениям

*Базовые слова: Специальные упражнения. Виды движения. Основные характеристики.*

Проведение соревнований по прыжкам в высоту.

*Базовые слова: Правила соревнований. Положении. Организационная работа.*

Весовые категории женского и мужского пола в Дзю-до

*Базовые слова: Характеристики весовых категорий мужчин и женщин.*

Техническая подготовка в футболе

*Базовые слова: Виды техники, специальные упражнения.*

Характеристика художественной гимнастики.

*Базовые слова: Гимнастические инвентарии, упражнение.*

### **35-вариант**

Законы организации моторики.

*Базовые слова: Упражнения. Последовательность. повторение.*

Основы техники бега на короткие дистанции.

*Базовые слова: Техника бега, техника выхода из старта.*

Основание и образование первой школы Дзю-до.

*Базовые слова: Зарождение, родина борьбы Дзю-до.*

Техника игры вратаря в футболе

*Базовые слова: Техническая подготовка. Техника упражнения без мяча.*

Характеристика спортивной акробатики.

*Базовые слова: Гимнастические средства (инвентарь). Гимнастические упражнения.*

### **36-вариант**

Воспитание силовых способностей.

*Базовые слова: Абсолютный, взрывной, относительный.*

Проведение соревнований 4х100м

*Базовые слова: Правила. Основные задачи, Организационная работа.*

Этапы развития Дзю-до в Узбекистане

*Базовые слова Дзюдо в Узбекистане.*

Техника игроков в футболе

*Базовые слова: Техника групповых и коллективных действий.*

Характеристика спортивной аэробики.

*Базовые слова: Фитнес-клубы, ритмическая гимнастика гимнастические упражнения.*

### **37-вариант**

Тренировка скоростной способности.

*Базовые слова: Скорость, реакция, виды реакции.*

Проведение соревнований 4х400м.

*Базовые слова: Правила. Основные задачи, Организационная работа.*

Порядок оценки на соревнованиях по Дзю-до

*Базовые слова: Правила, основные задачи. Регламенти соревнований. Жюри.*

Техника нападения в футболе

*Базовые слова: Техника, тактика, группа и командный действия.*

Прикладные виды гимнастики.

*Базовые слова: Нестандартное гимнастическое снаряжение, гимнастические упражнения.*

### **38-вариант**

Воспитание координации и гибкости.

*Базовые слова: Типы равновесия и гибкости.*

Повышение мастерства способом «перешагивание» у спортсменов прыжков в высоту

*Базовые слова: Изучение техники прыжка. Легкоатлетические игры. Последовательность действий.*

Достижения узбекских Дзю-доистов на Азиатских, Всемирных и Олимпийских играх

*Базовые слова: Достижения на международных соревнованиях в период независимости.*

Техника защиты в футболе

*Базовые слова: Коллективные защитные действия.*

Характеристика профессионально-прикладной гимнастики.

*Базовые слова: нестандартное гимнастическое снаряжение, гимнастические упражнения.*

### **39-вариант**

Методика тренировки ловкости.

*Базовые слова: Физическое качество. Упражнения, координационных качества.*

Проведение соревнования прыжки длину с разбега.

*Базовые слова: Регламент соревнований, организационная работа, обязанности судей.*

Дайте описание специальным и дополнительным упражнениям в Дзю-до.

*Базовые слова: Упражнения. Тренировочный процесс.*

Возникновение и развитие игры в баскетбол.

*Базовые слова: Родина. Происхождение. Развитие.*

Характеристика военно-прикладной гимнастики.

*Базовые слова: Workout. Турникет-брус.*

#### 40-вариант

Методика тренировки выносливости.

*Базовые слова: Физические качества, специальные упражнения, общая и специальная выносливость.*

Проведение легко-атлетических уроков в школе и её стиль.

*Базовые слова: Подготовка. Основной раздел. Заключительный раздел.*

Гигиенические требования в Дзю-до

*Базовые слова: Татами, кимано, личная гигиена.*

Виды передачи и приема мяча в баскетболе.

*Базовые слова: Специальные упражнения, техника владение мячом. Последовательность действий.*

Характеристика спортивно-прикладной гимнастики.

*Базовые слова: нестандартное гимнастическое снаряжение, гимнастические упражнения.*

#### 41-вариант

Педагогический контроль на уроках физического воспитания: педагогический анализ, хронометраж, методы пульсометрии.

*Базовые слова: Анализ, контроль, плотность урока.*

Положение соревнования по легкой атлетике.

*Базовые слова: Регламент соревнований, цели и задачи.*

Обязанности Дзю-доиста во время соревнования

*Базовые слова: Защита. Атака. Действия.*

О заменах игроков в баскетбольном матче.

*Базовые слова: Правила, регламент. Особые указания.*

Характеристика лечебной гимнастики.

*Базовые слова: Фитнес залы. Оздоровление. Специальные упражнения.*

#### 42-вариант

Теоретические основы спорта.

*Базовые слова: Теория. Упражнения. Особые указания.*

Проведение соревнований по метанию гранаты

*Базовые слова: Правила легкой атлетики, последовательность движений.*

Состав комиссии во время соревнования и их обязанности в Дзю-до

*Базовые слова: Регламент соревнований. Роль судьи. Особые фразы.*

Организация и проведение соревнований по баскетболу.

*Базовые слова: Регламент соревнований. Организационная работа. Обязанности судей.*

Гимнастика как учебная дисциплина.

*Базовые слова: Оздоровление. Специальные упражнения.*

#### 43-вариант

Спортивные соревнования и система подготовки спортсменов.

*Базовые слова: Спортивные школы. Олимпийская школа. Высшие учебные заведения.*

История развития в Узбекистане легкой атлетики.

*Базовые слова: Этапы развития.*

Соблюдение правил техники безопасности во время тренировок и в соревнованиях

*Базовые слова: Особые указания. Правила безопасности.*

Понятия о инвентарях баскетбола (кольцо и сетка)

*Базовые слова: Баскетбол, игровой инвентарь, баскетбольная стойка и щит.*

Дидактические принципы обучения в гимнастике.

*Базовые слова: Словоупотребление, наглядность, анализ, обобщение.*

#### 44-вариант

Средства и методы спортивной тренировки.

*Базовые слова: Упражнения, гигиенические факторы, показания.*

Изучение основ техники прыжка в длину.

*Базовые слова: бег, отталкивание, фаза полёта, приземление.*

Разница Дзю-до от других видов борьбы

*Базовые слова: Регламент соревнований, татами, приемы, жесты.*

Размеры штрафной площадки в баскетболе.

*Базовые слова: Баскетбол. Размеры поля, штрафной площадки.*

Основные требования гимнастической терминологии.

*Базовые слова: Специальные термины. Основные требования.*

#### 45-вариант

Физическая, техническая и тактическая подготовка спортсменов.

*Базовые слова: Изучение и воспитание физических, технико-тактических качеств.*

Проведение соревнований по тройным прыжкам.

*Базовые слова: Регламент соревнований. Прыжок правила. протоколы, требования.*

Развитие силового качества и их значения в дзю-до

*Базовые слова: Физическое качество, специальные физические упражнения.*

Планирование соревнований по баскетболу.

*Базовые слова: Годовой план график соревнований. Правила. Организационная работа.*

Способы образования терминов.

*Базовые слова: Чистые упражнения, акробатические упражнения, вольные упражнения.*

#### 46-вариант

Общая характеристика нагрузки при тренировке спортсменов

*Базовые слова: Типы загрузки. Подготовительный процесс.*

Проведение уроков по легкой атлетике в школе и их способы

*Базовые слова: Готовность. Базовый. Окончательный.*

Значение развития ловкости и скорости в дзю-до

*Базовые слова: Специальные упражнения. Физические качества.*

История Международной федерации баскетбола.

*Базовые слова: Формирование. Глава развития.*

Термины строевых и прикладных упражнений.

*Базовые слова: Workout. Гимнастические упражнения. Специальные термины.*

#### 47-вариант

Законы развития спортивной формы.

*Базовые слова: Специальная и физическая подготовка спортсмена.*

Обучение технике толкания ядра.

*Базовые слова: Ядро сектор, бросать методы.*

Значение развития выносливости и гибкости в дзю-до

*Базовые слова: Физические качества. Специальные упражнения.*

О судьях в баскетболе

*Базовые слова: Жюри. Количество. Функции.*

Термины общеразвивающих упражнений.

*Базовые слова: Строевые упражнения, калонна, шеренга.*

#### 48-вариант

Способы организации и проведения спортивных праздников.

*Базовые слова: Организация работы. Особые указания.*

Проведение соревнований по бегу на 100 м.

*Базовые слова: Организационная работа. Устав. Обязанности судей.*

Тактическая готовность спортсмена в дзю-до

*Базовые слова: Тактика. Подготовительный процесс.*

Техника нападения в баскетболе.

*Базовые слова: Упражнения с мячом. Техника. Тактика. Бросить в корзину.*

Формы записи упражнений.

*Базовые слова: Специальные термины. Основные требования.*

#### 49-вариант

Специальные тесты «Алпомиш» и «Барчиной», определяющие уровень физической подготовленности и здоровья населения.

*Базовые слова: Физическая культура. Этапы специальных тестов” альпомиш “и” барчиной”.*

Проведение соревнований по бегу на 200 м.

*Базовые слова: Правила. Организационная работа. Основные задачи.*

Техническая готовность спортсмена в дзю-до

*Базовые слова: Техника. Мастерство. Умение. Квалификация.*

Понятия о таймах игры в баскетбол.

*Базовые слова: Судьи. Время. Аналитическая работа.*

Термины акробатических упражнений.

*Базовые слова: Специальные термины. Основные требования.*

## 50-вариант

Физическое воспитание детей школьного возраста.

*Базовые слова: Гимнастика. Подвижные игры. Национальные игры.*

Проведение соревнований по бегу на 400 м.

*Базовые слова: Правила. Организационная работа. Основные задачи.*

Методы поддержания равновесия в дзю-до

*Базовые слова: Специальные упражнения. Координационные действия навыки и умения.*

О финтах в баскетболе (обманные движения).

*Базовые слова: Особые действия. Упражнения с топом и без него.*

Предупреждение травматизма на занятиях по гимнастике.

*Базовые слова: Защита. Правила безопасности.*