**Тестовое задание для контроля знаний по разделу ПЛАВАНИЕ**

1. Какой из видов плавания не входит в программу Олимпийских игр?

1) спортивное плавание;

2) синхронное плавание;

3) подводное плавание;

4) прыжки в воду.

2. Укажите неправильно названный вид плавания:

1) спортивное плавание;

2) подводное плавание;

3) синхронное плавание;

4) групповое плавание

3. Как удержаться на поверхности воды с наименьшими усилиями длительное время?

1) лежа на спине с полным погружением рук, ног, туловища, головы – на уровне ушей;

2) лежа на груди с полным погружением;

3) лежа на груди с поднятой головой и интенсивной работой рук и ног.

4. С какого возраста можно начинать обучение ребенка плаванию?

1) 2 недели;

2) 2 месяца;

3) 6 месяцев;

4) 1 год

5. Когда впервые были проведены спортивные соревнования по плаванию?

1) 396 г. до н.э.;

2) 1242 г.;

3) 1515 г.;

4) 1896 г.

6. Когда впервые были включены соревнования по плаванию в программу Олимпийских Игр?

1) 1896 г.;

2) 1904 г.;

3) 1912 г.;

4) 1924 г.

7. Какой вид спортивного плавания является самым древним?

1) кроль;

2) брасс;

3) дельфин;

4) баттерфляй.

8. Кто является двухкратной серебряной призеркой Олимпиады в Лондоне в плавании (на фото)?

1) Дарья Домрачева;

2) Ирина Лепарская;

3) Юлия Нестеренко;

4) Ирина Дорофеева;

5) Александра Герасименя.

9. Какая стандартная длина «короткой воды» в бассейне?

1) 20 м;

2) 25 м;

3) 30 м;

4) 50 м.

10. В каком виде плавания старт осуществляется из воды?

1) кроль на груди;

2) кроль на спине;

3) брасс;

4) баттерфляй.

**Тестовое задание для контроля знаний по разделу ПЛАВАНИЕ**

*1. Какой вид спортивного плавания не входит в программу Олимпийских игр?*

1) кроль на груди;

2) кроль на боку;

3) кроль на спине;

4) брасс;

5) батерфляй.

*2. Какой из видов спорта оказывает наиболее благоприятное воздействие на позвоночник?*

1) велосипедный спорт;

2) тяжелая атлетика;

3) гимнастика спортивная;

4) плавание.

3. *Что такое динамическое плавание?*

1) продвижение пловца в воде, в результате его активного воздействия на воду, как на опорную массу;

2) выполнение специальных упражнений в воде, для совершенствования приемов плавания;

3) преодоление пловцом сил, которые затрудняют его передвижение в воде (сила тяжести, сила давления воды, сила сопротивления воды).

*4. В каком городе впервые были проведены соревнования по плаванию?*

1) Лондон;

2) Афины;

3) Венеция;

4) Париж;

5) Солт-Лейк-Сити.

5*. Когда плавание были включено в программу Олимпийских игр?*

1) 1896г.;

2) 1900г.;

3) 1904г.;

4) 1952г.

6. *Какой мировой рекорд в плавании 50 м на длинной воде у мужчин был установлен на открытом чемпионате Бразилии в 2009 г.?*

1) 25,12 с;

2) 23,64 с;

3) 22,56 с;

4) 20,91 с;

5) 19,99 с.

*7. Кто изобрел способ плавания - “кроль на груди”?*

1) Джеймс Нейсмит;

2) Томас Морган;

3) Пьер де Кубертен;

4) Ричмонд Кэвилл;

5) Дэвид Каханамоку.

*8. Двухкратная серебряная призерка Олимпиады в Лондоне белоруска Александра Герасименя была быстрее всех на 11-м чемпионате мира по плаванию на короткой воде на дистанции 50 метров вольным стилем. Какой Результат Александры Герасимени*

1) 25,12 с;

2) 23,64 с;

3) 22,56 с;

4) 20,91 с;

5) 19,99 с.

9. Какой вид спортивного плавания самый быстрый?

1) кроль на груди;

2) кроль на спине;

3) брасс;

4) баттерфляй.

*10. Какая дистанция спортивного плавания называется "плавательным марафоном”?*

1) 1500 м - вольный стиль;

2) 800 м - вольный стиль;

3) 400 м - комплексное плавание;

4) 4х400 м - эстафетное плавание;

5) 1500 м – брасс.