федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

«Оренбургский государственный медицинский университет»

Министерства здравоохранения Российской Федерации

**КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА № 2**

**ДЛЯ СТУДЕНТОВ ОЧНОЙ ФОРМЫ ОБУЧЕНИЯ С ПРИМЕНЕНИЕМ ДИСТАНЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ**

Дисциплина: Общая физическая подготовка

Модуль 3

Выполнил:

ФИО \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Группа\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Обучающийся знакомится с содержанием контрольной работы и переходит к индивидуальному и самостоятельному выполнению практического раздела. В практическом разделе обучающийся должен выполнить 3 задания и оформить их в виде печатной работы.**

Задание 1. Заполнить схему «Виды торможений в лыжном спорте»

Задание 2. Вставьте пропущенные слова в тексте.

Задание 3. Составить комплекс круговой тренировки в домашних условиях*.*

**Задание 1.** Заполните схему, указав виды торможений в лыжном спорте.

торможения

**Задание 2**. Вставьте пропущенные слова в тексте (выделив их красным цветом).

Страной футбола считается \_\_\_\_\_\_\_. Именно там зародился футбол как \_\_\_\_\_, хотя во многих древних странах были не мало похожие на него игры, которые вскоре были забыты.

Первые правила, которые были разработаны в \_\_\_\_ в \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ и два года спустя уточнены в Кембридже. А в 1857 в \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ был организован первый в мире футбольный клуб. Шесть лет спустя представители уже 7 клубов собрались в \_\_\_\_\_\_\_\_\_, чтобы выработать единые правила игры и организовать \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ футбольную ассоциацию.

Она была образована в \_\_\_\_\_\_, были разработаны и первые в мире официальные правила игры, получившие спустя несколько десятилетий всеобщее признание. Три из тринадцати параграфов этих правил указывали на запрещение игры руками в различных ситуациях. Только в 1871 голкиперу было разрешено играть руками. Правила строго определяли размер поля (\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_) и ворот (\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_). Судья на футбольном поле впервые появился в \_\_\_\_\_\_\_\_ гг. С \_\_\_\_\_\_\_\_\_ судья стали выходить на поле с двумя помощниками. Изменения и совершенствования правил, безусловно, влияли на тактику и \_\_\_\_\_\_\_\_ игры. С 1873 берет свое начало история международных встреч по футболу. И началась она матчем сборных команд Англии и Шотландии, который закончился со счетом \_\_\_\_\_\_. С 1884 на Британских островах начали развиваться первые официальные международные турниры с участием футболистов Англии, Шотландии, \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ и \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(такие турниры проводятся ежегодно и сейчас).

В конце XIX в. футбол начал быстро завоевывать популярность в Европе и Латинской Америке.

В \_\_\_\_\_\_\_ по инициативе Бельгии, Дании, Нидерландов и Швейцарии была создана Международная федерация футбольных ассоциаций (ФИФА).

**Задание 3.**Составить круговую тренировку в домашних условиях, используя при этом все имеющиеся подручные средства (стул, диван, пол, книжки, бутылки с водой и т.д.). Записать 10 – 15 упражнений.