

**Задание необходимо выполнить в срок до 28.03.2020 и выслать в электронном виде на e-mail: kapshukov@yandex.ru**

## **Индивидуальные вопросы к зачету по ФК**

### **Ответы рукописно.**

1. Основные стороны спортивной подготовки самбиста.  
( Андреев Т., Беляков С.)
2. Техническая подготовка в борьбе самбо.  
(Березун А. )
3. Самбо. Охарактеризуйте понятие стойка, виды стоек.  
(Буров Д. )
4. Самбо. Охарактеризуйте понятие дистанция, виды дистанций.  
(Войцех А. )
5. Самбо. Захваты. Виды захватов.  
(Гущина Л., Купцов Т. )
6. Самбо. Броски и их разновидности.  
(Джамалдинов М.)
7. Благоприятные моменты для проведения бросков в борьбе самбо.  
(Кучер А.)
8. Болевые приемы в борьбе самбо их основные виды.  
(Литвинова А. Мироненко И.)
9. Удержания в борьбе самбо. Виды удержаний.  
(Максименко Д. Фомичев Б.)
10. Дайте определение тактике спортивной борьбы. Назовите основные виды тактики.  
(Юдин Д.)
11. Самбо. В чем заключается тактика проведения технического действия?  
(Максимов Д.)
12. Самбо. В чем заключается тактика ведения схватки?  
(Мозоль Н.)
13. Самбо. В чем заключается тактика участия в соревнованиях?  
(Носов Д.)
14. Основные способы и методы обучения в самбо.  
(Орлов К.)

- 15 .Структура процесса обучения в борьбе самбо.  
(Павлов К.)
- 16 .Причины и факторы травматизма в борьбе самбо.  
(Петрашко Д.)
17. Профилактика травматизма в борьбе самбо.  
(Пикалов А.)
18. Обязанности участников соревнований по борьбе самбо.  
(Рукавченко Д.)
19. Права участников соревнований по борьбе самбо.  
(Новожилова А.)
20. Охарактеризуйте понятия страховка и само страховка.  
(Устинов К.)
21. Запрещенные приемы и действия в борьбе самбо.  
( Чемборисов Н.)

