

## Тест по чирлидингу 5-8 класс.

1. Как вы думаете, является ли чирлидинг - Олимпийским видом спорта?

- Да
- Нет

2. Чирлидинг зародился:

- США
- Россия
- Китай

3. В России был официально чирлидинг признан видом спорта:

- 2007г
- 2011г
- 2018г

4. Как называется ваш вид спорта:

- чирлидинг;
- чир спорт;
- перфоманс.

5. Первыми чирлидерами были мужчины:

- Да
- Нет

6. Какой из перечисленных элементов акробатики самый сложный?:

- а) фляк;
- б) переворот вперед на одну ногу;
- в) стойка на руках;
- г) сальто назад из положения стоя.

7. Разрешено ли выполнение акробатических элементов, удерживая в руках средство агитации?:

а) разрешено;

б) запрещено.

8. Инверсия - это:

а) положение флаера, при котором его плечи находятся ниже уровня поясицы и как минимум одна стопа находится выше головы;

б) горизонтальное положение спортсмена лицом вверх.

9. Разрешены ли в возрастной категории "юниоры" станты, в которых флаер находится в положении инверсии?:

а) нет не разрешены;

б) да, разрешены.

10. Офп- это:

а) общая техническая подготовка;

б) общая теоретическая подготовка;

в) общая физическая подготовка

11. При страховке стантов, пирамид внешний спотер..выберите не верный ответ:

а) страхует голову, шею и спину;

б) внимательно следит за движениями человека, которого страхуете;

в) стоит в соответствующей зоне;

г) страхует до полного окончания выполнения элемента;

д) внимателен и не отвлекается;

г) спотер стоит с распущенными волосами и кольцами на руках.

