**КРОССВОРД**

**по теме «Гимнастика 10-11 класс»**

По горизонтали:

2. Положение тела на снаряде, при котором плечевая ось гимнаста находится ниже оси снаряда.

3. Переход из более низкого положения на снаряде в более высокое и обязательно в упор.

4. Маятникообразные движения тела гимнаста, возникающие под действием силы тяжести.

8. Переворачивание гимнаста через голову, касаясь снаряда или пола головой, шеей, плечами, спиной или одной и несколькими из этих частей тела; исполняется, согнувшись и прогнувшись.

10. Движение, противоположное подъему.

12. Аналогичные раскачиванию движения гимнаста вместе со снарядом (на кольцах, трапеции) в одном и том же направлении по отношению к линии, соединяющей точки подвеса снаряда.

По вертикали:

1. Система физических упражнений, направленных на укрепление здоровья и развитие гармоничного физического развития.

5. Положение, сидя на снаряде или на полу и т. д.

6. Способ держания (захвата) снаряда или за снаряд.

7. Движение гимнаста с последовательным касанием пола или снаряда различными частями тела, без переворачивания через голову.

9. Положение тела, при котором плечевая ось гимнаста находится выше оси снаряда или пола.

11. Движение руками или ногами (рукой, ногой) в различных направлениях с возвращением в исходное положение.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
|  | 7 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 1 |  |  |  |  |  | 3 |  |  |  |  |  |  | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |
|  |  |  |  |  |  |  |  | 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 5 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 6 |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  | 4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | 9 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 11 | 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | 12 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Ответы:

По горизонтали: 2-вис; 3-подъём; 4-размахивание; 8-кувырок;

10-спад; 12-раскачивание.

По вертикали: 1-гимнастика; 5-сед; 6-хват; 7-перекат; 9-упор; 11-взмах.