

**Перечень теоретических и практических заданий к  
дифференцированному зачету  
по ОГСЭ.04 Физическая культура  
(4 курс, 7 семестр 2024-2025 уч. г.)**

**Форма контроля:** Практическая работа (Сравнение с аналогом)

**Описательная часть:** по выбору преподавателя выполнить одно теоретическое и одно практическое задание

**Перечень теоретических заданий:**

**Задание №1**

Легкоатлетический кросс. Юноши-3км. Девушки- 2км.

Оценка	Показатели оценки
3	Юноши: 14.40. Девушки: 12.50.
4	Юноши: 13.40. Девушки: 12.00.
5	Юноши: 12.40. Девушки: 11.10.

**Задание №2**

Сдача контрольного норматива: бег 200 м на время.

Оценка	Показатели оценки
3	Юноши 14,8 сек. Девушки 17,6 сек
4	Юноши 14,5 сек. Девушки 17,0 сек
5	Юноши 13,4 сек. Девушки 16,1 сек.

**Перечень практических заданий:**

**Задание №1**

Демонстрация передачи мяча через сетку двумя руками снизу.

Оценка	Показатели оценки
3	Юноши: выполнить не менее 10 передач через сетку. Девушки: выполнить не менее 5 передач через сетку.
4	Юноши: выполнить не менее 12 передач через сетку. Девушки: выполнить не менее 7 передач через сетку.
5	Юноши: выполнить не менее 15 передач через сетку. Девушки: выполнить не менее 8 передач через сетку.