

**Перечень теоретических и практических заданий к  
дифференцированному зачету  
по БОД.08 Физическая культура  
(1 курс, 2 семестр 2025-2026 уч. г.)**

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

**Описательная часть:** Выполнение теоретических и практических заданий с учетом нормативов.

**Перечень заданий:**

**Задание №1**

Продемонстрировать комплекс упражнений для круговой тренировки.

| Оценка | Показатели оценки                                |
|--------|--|
| 3      | Продемонстрировано 4-ре упражнения из комплекса. |
| 4      | Продемонстрировано 6-ть упражнений из комплекса. |
| 5      | Продемонстрировано 8-мь упражнений из комплекса. |

**Задание №2**

Контрольный норматив по волейболу: выполнение верхней передачи мяча в парах через сетку (количество раз).

| Оценка | Показатели оценки                          |
|--------|--|
| 3      | Выполнено не менее 10 передач через сетку. |
| 4      | Выполнено не менее 13 передач через сетку. |
| 5      | Выполнено не менее 16 передач через сетку. |

**Задание №3**

Продемонстрировать комплекс упражнений на развитие координации.

| Оценка | Показатели оценки                                |
|--------|--|
| 5      | Продемонстрировано 4-ре упражнения из комплекса. |
| 4      | Продемонстрировано 6-ть упражнений из комплекса. |
| 3      | Продемонстрировано 8-мь упражнений из комплекса. |

**Задание №4**

Продемонстрировать комплекс ОРУ по показу на 4 счета.

| Оценка | Показатели оценки                             |
|--------|---|
| 3      | Продемонстрировано 4-ре упражнения по показу. |
| 4      | Продемонстрировано 6-ть упражнений по показу. |
| 5      | Продемонстрировано 8-мь упражнений по показу. |

### Задание №5

Количество правильно выполненных подач и точность. Верхняя и нижняя прямая подача мяча по зонам 1,2,3,4,5,6.

| Оценка | Показатели оценки                        |
|--------|--|
| 3      | Правильно выполненных 6 подач по зонам.  |
| 4      | Правильно выполненных 8 подач по зонам.  |
| 5      | Правильно выполненных 10 подач по зонам. |