

**Перечень теоретических и практических заданий к зачету  
по СГ.04 Физическая культура  
(2 курс, 4 семестр 2025-2026 уч. г.)**

**Форма контроля:** Практическая работа (Опрос)

**Описательная часть:** По выбору выполнить 1 теоретическое задание и 1 практическое задание

**Перечень теоретических заданий:**

**Задание №1**

Перечислить требования безопасности при занятиях ОФП.

| Оценка | Показатели оценки          |
|--------|----------------------------|
| 5      | Перечислено 15 требований. |
| 4      | Перечислено 10 требований. |
| 3      | Перечислено 6 требований.  |

**Задание №2**

выписать технику безопасности при занятии баскетболом

| Оценка | Показатели оценки   |
|--------|---|
| 5      | выписана вся техника безопасности при занятии баскетболом |
| 4      | выписана 4 техники безопасности при занятии баскетболом   |
| 3      | выписана 2 техники безопасности при занятии баскетболом   |

**Задание №3**

выписать технику передачи мяча двумя руками от груди

| Оценка | Показатели оценки  |
|--------|--|
| 5      | выписана вся техника передачи мяча двумя руками от груди |
| 4      | выписано 4 техники передачи мяча двумя руками от груди   |
| 3      | выписано 2 техники передачи мяча двумя руками от груди   |

**Задание №4**

выписать технику броска мяча одной рукой от плеча

|  |
|--|
|  |
|--|

| Оценка | Показатели оценки                                     |
|--------|---|
| 5      | выписана вся техника броска мяча одной рукой от плеча |
| 4      | выписано 6 техник броска мяча одной рукой от плеча    |
| 3      | выписано 4 техники броска мяча одной рукой от плеча   |

### Задание №5

выписать технику передачи мяча сверху двумя руками

| Оценка | Показатели оценки                                      |
|--------|--|
| 5      | выписана вся техника передачи мяча сверху двумя руками |
| 4      | выписано 8 техник передачи мяча сверху двумя руками    |
| 3      | выписано 6 техник передачи мяча сверху двумя руками    |

### Задание №6

выписать технику штрафных бросков

| Оценка | Показатели оценки                     |
|--------|---------------------------------------|
| 5      | выписана вся техника штрафных бросков |
| 4      | выписано 8 техник штрафных бросков    |
| 3      | выписано 6 техник штрафных бросков    |

### Задание №7

выписать технику передачи мяча одной рукой из-за спины

| Оценка | Показатели оценки  |
|--------|--|
| 5      | выписана вся техника передачи мяча одной рукой из-за спины |
| 4      | выписано 8 техник передачи мяча одной рукой из-за спины    |
| 3      | выписано 6 техник передачи мяча одной рукой из-за спины    |

### Задание №8

выписать технику при выполнении финтов

| Оценка | Показатели оценки                          |
|--------|--|
| 5      | выписана вся техника при выполнении финтов |
| 4      | выписано 8 техник при выполнении финтов    |

|   |   |
|---|---|
| 3 | выписано 6 техник при выполнении финтов |
|---|---|

### Задание №9

выписать технику при выполнении проходов под щит

| Оценка | Показатели оценки                                    |
|--------|--|
| 5      | выписана вся техника при выполнении проходов под щит |
| 4      | выписано 8 техник при выполнении проходов под щит    |
| 3      | выписано 6 техник при выполнении проходов под щит    |

### Задание №10

выписать технику выполнения финтов в движении

| Оценка | Показатели оценки                                 |
|--------|---|
| 5      | выписана вся техника выполнения финтов в движении |
| 4      | выписано 8 техник выполнения финтов в движении    |
| 3      | выписано 6 техник выполнения финтов в движении    |

### Задание №11

выписать технику проходов под щит с сопротивлением

| Оценка | Показатели оценки                                      |
|--------|--|
| 5      | выписана вся техника проходов под щит с сопротивлением |
| 4      | выписано 8 техник проходов под щит с сопротивлением    |
| 3      | выписано 6 техник проходов под щит с сопротивлением    |

### Задание №12

выписать технику передачи мяча с отскоком в пол

| Оценка | Показатели оценки                                   |
|--------|---|
| 5      | выписана вся техника передачи мяча с отскоком в пол |
| 4      | выписано 8 техник передачи мяча с отскоком в пол    |
| 3      | выписано 6 техник передачи мяча с отскоком в пол    |

### Задание №13

выписать технику передачи мяча за спиной

| Оценка | Показатели оценки                            |
|--------|--|
| 5      | выписана вся техника передачи мяча за спиной |
| 4      | выписано 8 техник передачи мяча за спиной    |
| 3      | выписано 6 техник передачи мяча за спиной    |

### Задание №14

выписать технику передачи мяча над головой двумя руками

| Оценка | Показатели оценки   |
|--------|---|
| 5      | выписана вся техника передачи мяча над головой двумя руками |
| 4      | выписано 8 техник передачи мяча над головой двумя руками    |
| 3      | выписано 6 техник передачи мяча над головой двумя руками    |

### Задание №15

выписать технику передачи мяча крюком

| Оценка | Показатели оценки                         |
|--------|---|
| 5      | выписана вся техника передачи мяча крюком |
| 4      | выписано 8 техник передачи мяча крюком    |
| 3      | выписано 6 техник передачи мяча крюком    |

### Задание №16

выписать технику передачи мяча с отскоком

| Оценка | Показатели оценки                             |
|--------|---|
| 5      | выписана вся техника передачи мяча с отскоком |
| 4      | выписано 8 техник передачи мяча с отскоком    |
| 3      | выписано 6 техник передачи мяча с отскоком    |

### Задание №17

выписать технику верхней передачи мяча

| Оценка | Показатели оценки |
|--------|-------------------|
|--------|-------------------|

|   |  |
|---|--|
| 5 | выписана вся техника верхней передачи мяча |
| 4 | выписано 8 техник верхней передачи мяча    |
| 3 | выписано 6 техник верхней передачи мяча    |

### Задание №18

выписать технику нижней передачи мяча

| Оценка | Показатели оценки                         |
|--------|---|
| 5      | выписана вся техника нижней передачи мяча |
| 4      | выписано 8 техник нижней передачи мяча    |
| 3      | выписано 6 техник нижней передачи мяча    |

### Задание №19

выписать технику передачи мяча сбоку

| Оценка | Показатели оценки                        |
|--------|--|
| 5      | выписана вся техника передачи мяча сбоку |
| 4      | выписано 8 техник передачи мяча сбоку    |
| 3      | выписано 6 техник передачи мяча сбоку    |

### Задание №20

выписать технику передачи мяча из рук в руки

| Оценка | Показатели оценки                                |
|--------|--|
| 5      | выписана вся техника передачи мяча из рук в руки |
| 4      | выписано 8 техник передачи мяча из рук в руки    |
| 3      | выписано 6 техник передачи мяча из рук в руки    |

### Задание №21

выписать технику скрытая передачи мяча

| Оценка | Показатели оценки                          |
|--------|--|
| 5      | выписана вся скрытая техника передачи мяча |
| 4      | выписано 8 скрытых техник передачи мяча    |
| 3      | выписано 6 скрытых техник передачи мяча    |

### Задание №22

выписать технику передачи мяча бейсбольный пас

| Оценка | Показатели оценки                                  |
|--------|--|
| 5      | выписана вся техника передачи мяча бейсбольный пас |
| 4      | выписано 8 техник передачи мяча бейсбольный пас    |
| 3      | выписано 6 техник передачи мяча бейсбольный пас    |

### Задание №23

выписать технику передачи мяча пас за спиной

| Оценка | Показатели оценки                                |
|--------|--|
| 5      | выписана вся техника передачи мяча пас за спиной |
| 4      | выписано 8 техник передачи мяча пас за спиной    |
| 3      | выписано 6 техник передачи мяча пас за спиной    |

### Задание №24

выписать технику встречной передачи мяча

| Оценка | Показатели оценки                            |
|--------|--|
| 5      | выписана вся техника встречной передачи мяча |
| 4      | выписано 8 техник встречной передачи мяча    |
| 3      | выписано 6 техник встречной передачи мяча    |

### Задание №25

выписать технику передачи мяча из-за головы сверху

| Оценка | Показатели оценки                                      |
|--------|--|
| 5      | выписана вся техника передачи мяча из-за головы сверху |
| 4      | выписано 8 техник передачи мяча из-за головы сверху    |
| 3      | выписано 6 техник передачи мяча из-за головы сверху    |

### Перечень практических заданий:

#### Задание №1

продемонстрировать комплекс подводящих упражнений при ведении мяча

| Оценка | Показатели оценки               |
|--------|---------------------------------|
| 5      | продемонстрировано 8 упражнений |
| 4      | продемонстрировано 6 упражнений |
| 3      | продемонстрировано 4 упражнения |

### Задание №2

продемонстрировать комплекс подводящих упражнений при ведении мяча одной рукой

| Оценка | Показатели оценки   |
|--------|---|
| 5      | продемонстрировано 8 подводящих упражнений при ведении мяча одной рукой |
| 4      | продемонстрировано 6 подводящих упражнений при ведении мяча одной рукой |
| 3      | продемонстрировано 4 подводящих упражнений при ведении мяча одной рукой |

### Задание №3

продемонстрировать комплекс упражнений подводящих упражнений при ведении мяча

| Оценка | Показатели оценки   |
|--------|---|
| 5      | продемонстрировано 8 подводящих упражнений при ведении мяча |
| 4      | продемонстрировано 6 подводящих упражнений при ведении мяча |
| 3      | продемонстрировано 4 подводящих упражнений при ведении мяча |

### Задание №4

продемонстрировать комплекс подводящих упражнений последовательными мягкими толчками мяча одной рукой вниз-вперед

| Оценка | Показатели оценки  |
|--------|--|
| 5      | продемонстрировано 8 подводящих упражнений последовательными мягкими толчками мяча одной рукой вниз-вперед |
| 4      | продемонстрировано 6 подводящих упражнений последовательными мягкими толчками мяча одной рукой вниз-вперед |
| 3      | продемонстрировано 4 подводящих упражнения последовательными мягкими толчками мяча одной рукой вниз-вперед |

### Задание №5

продемонстрировать комплекс подводящих упражнений при передачи мяча одной рукой от плеча

| Оценка | Показатели оценки   |
|--------|---|
| 5      | продемонстрировано 8 подводящих упражнений при передачи мяча одной рукой от плеча |
| 4      | продемонстрировано 6 подводящих упражнений при передачи мяча одной рукой от плеча |
| 3      | продемонстрировано 4 подводящих упражнения при передачи мяча одной рукой от плеча |

### **Задание №6**

продемонстрировать комплекс подводящих упражнений при штрафных бросках

| Оценка | Показатели оценки   |
|--------|---|
| 5      | продемонстрировано 8 подводящих упражнений при штрафных бросках |
| 4      | продемонстрировано 6 подводящих упражнений при штрафных бросках |
| 3      | продемонстрировано 4 подводящих упражнения при штрафных бросках |

### **Задание №7**

продемонстрировать комплекс подводящих упражнений при передачи мяча одной рукой из-за спины

| Оценка | Показатели оценки  |
|--------|--|
| 5      | продемонстрировано 8 подводящих упражнений при передачи мяча одной рукой из-за спины |
| 4      | продемонстрировано 6 подводящих упражнений при передачи мяча одной рукой из-за спины |
| 3      | продемонстрировано 4 подводящих упражнения при передачи мяча одной рукой из-за спины |

### **Задание №8**

продемонстрировать комплекс подводящих упражнений при выполнении финтов

| Оценка | Показатели оценки  |
|--------|--|
| 5      | продемонстрировано 8 подводящих упражнений при выполнении финтов |
| 4      | продемонстрировано 6 подводящих упражнений при выполнении финтов |
| 3      | продемонстрировано 4 подводящих упражнения при выполнении финтов |

### Задание №9

продемонстрировать комплекс подводящих упражнений при проходе под щит

| Оценка | Показатели оценки  |
|--------|--|
| 5      | продемонстрировано 8 подводящих упражнений при проходе под щит |
| 4      | продемонстрировано 6 подводящих упражнений при проходе под щит |
| 3      | продемонстрировано 4 подводящих упражнения при проходе под щит |

### Задание №10

продемонстрировать комплекс подводящих упражнений при выполнения финтов в движении

| Оценка | Показатели оценки   |
|--------|---|
| 5      | продемонстрировано 8 подводящих упражнений при выполнения финтов в движении |
| 4      | продемонстрировано 6 подводящих упражнений при выполнения финтов в движении |
| 3      | продемонстрировано 4 подводящих упражнения при выполнения финтов в движении |

### Задание №11

продеманстрировать комплекс подводящих упражнений проходов под щит с сопротивлением

| Оценка | Показатели оценки  |
|--------|--|
| 5      | продемонстрировано 8 подводящих упражнений проходов под щит с сопротивлением |
| 4      | продемонстрировано 6 подводящих упражнений проходов под щит с сопротивлением |
| 3      | продемонстрировано 4 подводящих упражнения проходов под щит с сопротивлением |

### Задание №12

продеманстрировать комплекс подводящих упражнений передачи мяча с отскоком в пол

| Оценка | Показатели оценки   |
|--------|---|
| 5      | продеманстрировано 8 подводящих упражнений передачи мяча с отскоком в пол |
| 4      | продеманстрировано 6 подводящих упражнений передачи мяча с отскоком в пол |
| 3      | продеманстрировано 4 подводящих упражнения передачи мяча с отскоком в пол |

### Задание №13

продеманстрировать комплекс подводящих упражнений передачи мяча за спиной

| Оценка | Показатели оценки |
|--------|-------------------|
|--------|-------------------|

|   |  |
|---|--|
| 5 | продемонстрировано 8 подводящих упражнений передачи мяча за спиной |
| 4 | продемонстрировано 6 подводящих упражнений передачи мяча за спиной |
| 3 | продемонстрировано 4 подводящих упражнения передачи мяча за спиной |

#### Задание №14

продемонстрировать комплекс подводящих упражнений передачи мяча над головой двумя руками

| Оценка | Показатели оценки   |
|--------|---|
| 5      | продемонстрировано 8 подводящих упражнений передачи мяча над головой двумя руками |
| 4      | продемонстрировано 6 подводящих упражнений передачи мяча над головой двумя руками |
| 3      | продемонстрировано 4 подводящих упражнения передачи мяча над головой двумя руками |

#### Задание №15

продемонстрировать комплекс подводящих упражнений передачи мяча крюком

| Оценка | Показатели оценки   |
|--------|---|
| 5      | продемонстрировано 8 подводящих упражнений передачи мяча крюком |
| 4      | продемонстрировано 6 подводящих упражнений передачи мяча крюком |
| 3      | продемонстрировано 4 подводящих упражнения передачи мяча крюком |

#### Задание №16

продемонстрировать комплекс подводящих упражнений передачи мяча с отскоком

| Оценка | Показатели оценки  |
|--------|--|
| 5      | продемонстрировано 8 упражнений передачи мяча с отскоком |
| 4      | продемонстрировано 6 упражнений передачи мяча с отскоком |
| 3      | продемонстрировано 4 упражнения передачи мяча с отскоком |

#### Задание №17

продемонстрировать комплекс подводящих упражнений верхней передачи мяча

| Оценка | Показатели оценки                                     |
|--------|---|
| 5      | продемонстрировано 8 упражнений верхней передачи мяча |

|   |   |
|---|---|
| 4 | продемонстрировано 6 упражнений верхней передачи мяча |
| 3 | продемонстрировано 4 упражнения верхней передачи мяча |

### Задание №18

продемонстрировать комплекс подводящих упражнений нижней передачи мяча

| Оценка | Показатели оценки                                    |
|--------|--|
| 5      | продемонстрировано 8 упражнений нижней передачи мяча |
| 4      | продемонстрировано 6 упражнений нижней передачи мяча |
| 3      | продемонстрировано 4 упражнения нижней передачи мяча |

### Задание №19

продемонстрировать комплекс подводящих упражнений передачи мяча сбоку

| Оценка | Показатели оценки                                   |
|--------|---|
| 5      | продемонстрировано 8 упражнений передачи мяча сбоку |
| 4      | продемонстрировано 6 упражнений передачи мяча сбоку |
| 3      | продемонстрировано 4 упражнения передачи мяча сбоку |

### Задание №20

продемонстрировать комплекс подводящих упражнений передачи мяча из рук в руки

| Оценка | Показатели оценки   |
|--------|---|
| 5      | продемонстрировано 8 упражнений передачи мяча из рук в руки |
| 4      | продемонстрировано 6 упражнений передачи мяча из рук в руки |
| 3      | продемонстрировано 4 упражнения передачи мяча из рук в руки |

### Задание №21

продемонстрировать комплекс подводящих упражнений скрытых техник передачи мяча

| Оценка | Показатели оценки  |
|--------|--|
| 5      | продемонстрировано 8 упражнений скрытых техник передачи мяча |
| 4      | продемонстрировано 6 упражнений скрытых техник передачи мяча |
| 3      | продемонстрировано 4 упражнения скрытых техник передачи мяча |

### Задание №22

продемонстрировать комплекс подводящих упражнений передачи мяча бейсбольный пас

| Оценка | Показатели оценки   |
|--------|---|
| 5      | продемонстрировано 8 упражнений передачи мяча бейсбольный пас |
| 4      | продемонстрировано 6 упражнений передачи мяча бейсбольный пас |
| 3      | продемонстрировано 4 упражнения передачи мяча бейсбольный пас |

### Задание №23

продемонстрировать комплекс подводящих упражнений передачи мяча пас за спиной

| Оценка | Показатели оценки   |
|--------|---|
| 5      | продемонстрировано 8 упражнений передачи мяча пас за спиной |
| 4      | продемонстрировано 6 упражнений передачи мяча пас за спиной |
| 3      | продемонстрировано 4 упражнения передачи мяча пас за спиной |

### Задание №24

продемонстрировать комплекс подводящих упражнений встречной передачи мяча

| Оценка | Показатели оценки                                       |
|--------|---|
| 5      | продемонстрировано 8 упражнений встречной передачи мяча |
| 4      | продемонстрировано 6 упражнений встречной передачи мяча |
| 3      | продемонстрировано 4 упражнения встречной передачи мяча |

### Задание №25

продемонстрировать комплекс подводящих упражнений передачи мяча из-за головы сверху

| Оценка | Показатели оценки   |
|--------|---|
| 5      | продемонстрировано 8 упражнений передачи мяча из-за головы сверху |
| 4      | продемонстрировано 6 упражнений передачи мяча из-за головы сверху |
| 3      | продемонстрировано 4 упражнения передачи мяча из-за головы сверху |