

**Перечень теоретических и практических заданий к
дифференцированному зачету
по БОД.08 Физическая культура
(1 курс, 2 семестр 2023-2024 уч. г.)**

Форма контроля: Практическая работа (Сравнение с аналогом)

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

Перечень заданий:

Задание №1

Продemonстрировать комплекс упражнений для круговой тренировки.

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

Задание №2

Продemonстрировать комплекс упражнений на развитие координации.

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

Задание №3

Продemonстрировать комплекс ОРУ по показу на 4 счета.

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

Задание №4

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 №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.