

**Перечень теоретических и практических заданий к зачету
по ОГСЭ.05 Физическая культура
(2 курс, 4 семестр 2022-2023 уч. г.)**

Форма контроля: Практическая работа (Опрос)

Описательная часть: по выбору выполнить два теоретических и два практических задания

Перечень теоретических заданий:

Задание №1

Сдача комплекса общеразвивающих упражнений без предметов сверху вниз

Оценка	Показатели оценки
3	Демонстрация 3 упражнений
4	Демонстрация 5 упражнений
5	Демонстрация 7 упражнений

Задание №2

Сдача контрольного норматива в беге на 100 м.

Оценка	Показатели оценки
3	Юноши 14,8 сек. Девушки 17,7 сек
4	Юноши 14,5 сек. Девушки 17,1 се
5	1. Юноши 13,6сек. 1. Девушки 16,2 сек.

Задание №3

Совершенствование выполнения ударов разными подачами.

Оценка	Показатели оценки
3	Простая подача в дальний угол 5 раз

4	сложная подача с закруткой в одну сторону в дальний угол 5 раз
5	сложная подача с закруткой в две стороны в дальний угол 5 раз

Задание №4

Сдача контрольного норматива в беге на 100 м.

Оценка	Показатели оценки
3	Юноши 14,8 сек Девушки 17,5 сек
4	Юноши 14,5 сек Девушки 17,2 сек
5	Юноши 13,7 сек Девушки 16,3 сек