Перечень теоретических и практических заданий к зачету
по ОГСЭ.05 Физическая культура
(3 курс, 5 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

Продемонстрировать основные правила жестикуляций в баскетболе.

Оценка	Показатели оценки
3	Выполнено не менее 2-х жестов
4	Выполено не менее 3-х жестов
5	Выполнено не менее 5-ти жестов

Задание №2

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 закруткрй в две стороны в дальний угол 5 раз

Задание №3

Сдача контрольных нормативов по метаниям малого мяча.

Оценка	Показатели оценки

Задание №4

Сдача контрольных нормативов по метаниям малого мяча.

Оценка	Показатели оценки
3	Юноши 35 м. Девушки 21 м.

4	Юноши 38 м. Девушки 23 м.
5	Юноши 40 м. Девушки 25 м.

Задание №5

Сдача контрольного норматива: бег 500 м -девушки, 1000 м - юноши.

Оценка	Показатели оценки
3	Юноши 4,10 мин. Девушки 2,16 мин.
4	Юноши 3,45 мин. Девушки 2,06 мин.
5	Юноши 3,30 мин. Девушки 1,56 мин

Перечень практических заданий:
Задание №1

Продемонстрировать удары по мячу в створ ворот разученными способами (мяч пересек линию ворот между штангами и перекладиной полностью по воздуху) с расстояния 9 м.

Оценка	Показатели оценки
3	Юноши не менее 2-х правильно выполненных ударов в створ ворот.
4	Юноши не менее 3-х правильно выполненных ударов в створ ворот.
5	Юноши не менее 5-ти правильно выполненных ударов в створ ворот.