Перечень теоретических и практических заданий к зачету
по ОГСЭ.04 Физическая культура
(3 курс, 5 семестр 2022-2023 уч. г.)

Форма контроля: Практическая работа (Информационно-аналитический)
Описательная часть: по выбору преподавателя выполнить одно теоретическое и одно практическое задание

Перечень теоретических заданий:
Задание №1

Перечислить варианты техники выполнения разбега и отведения гранаты (мяча)

Возможные варианты ответа:

Применяются несколько вариантов выполнения бросковых шагов и способов отведения снаряда. Рассмотрим их.

1 вариант: метание с 4 бросковых шагов с отведением гранаты (мяча) на 2 шага способом «прямо —назад»

2 вариант: метание с 4 бросковых шагов с отведением снаряда на 2 шага способом «дугой вверх—назад»

3 вариант: метание с 4 бросковых шагов с отведением снаряда на 2 шага способом «вперед —вниз —назад»

4 вариант: метание с 5 бросковых шагов с отведением мяча на 3 шага способом «вперед —вниз —назад».

Оценка	Показатели оценки
3	Перечислено не менее 2-х вариантов метания
4	Перечислено не менее 3-х вариантов метания
5	Перечислено не менее 4-х вариантов метания

Перечень практических заданий:
Задание №1

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.