

Задание по физической культуре для дистанционного обучения

для групп Л-31

Уважаемые студенты

На данный момент аттестован по физической культуре

Клименок Илья, Кошелев Алексей, Малышев Евгений, Папанова Анна, остальные что думают.... Работы высылайте... 18.01.24 педагогический совет.

**Дни, когда была физическая культура (11, 14 ,24 ноября; 2,6,14 декабря).**

Не забудьте про контрольные упражнения, за которые вы тоже получите оценки.

**Студенты, имеющие освобождения от физической культуры, контрольные упражнения не делают.**

Задание на 15.01.24

Тема: Баскетбол

Знать основные жесты судей в баскетболе, жесты судьи в баскетболе определены официальными правилами и являются общими. Они используются всеми судьями во всех играх.

**Задание №1: Задание выполнить в тетради или в электронном варианте**

Так как жестов очень много, все они разделены на определенные группы. Выбрать **одну** из шести серий зарисовать и записать что означают жесты.

**Все жесты судей делятся на шесть серий:**

1. Засчитывание мяча.
2. Жесты, относящиеся ко времени.
3. Административные жесты.
4. Нарушения.
5. Показ фола (три этапа):  
- номер игрока

- тип фола

- число назначенных штрафных или направление игры

6. Выполнение штрафного броска(две позиции):

- в ограниченной зоне;

- вне ограниченной зоны.

**Задание №2** Выполнить контрольное упражнение записать в таблицу «Таблицу заполнять на отдельном листке в тетради или на листке А-4 (можно начертить самостоятельно от руки)»

**Не терять.**

(За контрольные упражнения студенты получают дополнительные оценки в журнал, при выполнении и выборочном контроле.)

**Студенты, имеющие освобождения от физической культуры, это задание не делают, если есть медицинские противопоказания.**

Все остальные студенты выполняют задание в полном объеме.

Ф.И.О. студента, группа		
число	Контрольные, тестовые упражнения	результат
	Упражнение «Лягушка». За 1 минуту. 	Записать свой результат Максимальное количество раз