

Дисциплина физическая культура

Группы Л-41

Дата 25.01.24

Тема: Настольный теннис

Задание № 1

Используя различные источники информации по данной теме, ответить на вопросы

Вопрос №1: какие виды ракеток для настольного тенниса существуют, как выбрать оптимальную ракетку, что лучше тонкая губка у накладки или толстая, что лучше шипы или резина?

Вопрос №2: как начинать игру и как подавать?

Вопрос №3: что такое чувство мяча в настольном теннисе?

Вопрос №4: какие техники игры существуют в настольном теннисе, что сейчас модно?

Вопрос №5: где бить по мячу? Что делать со второй неигровой рукой во время игры?

Задание №2


«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 Выполнить упражнение на пресс, как показано на картинке за 1 минуту. 	Записать свой результат Количество раз.
