

**Дифференцированный зачет**  
**по учебной дисциплине МДК.02.01 Базовые и новые физкультурно-**  
**спортивные виды деятельности с методикой оздоровительной**  
**тренировки**

**3 КУРС**

**Пояснительная записка**

К зачету допускаются студенты, успешно сдавшие все практические работы и лекции, согласно контрольно-тематическому планированию.

**Билеты по учебной дисциплине МДК.02.01 Базовые и новые**  
**физкультурно-спортивные виды деятельности с методикой**  
**оздоровительной тренировки**

Билет 1.

1. Баскетбол. Краткие исторические сведения.
2. Схема построения комплекса ОРУ.

Билет 2.

1. Последовательность и этапы обучения игре в баскетбол.
2. Упражнения для развития скоростной выносливости.

Билет 3.

1. Передача, броски, ведение мяча в баскетболе.
2. Составить комплекс ОРУ без предметов на 8 счетов.

Билет 4.

1. Командная тактика нападения в баскетболе.
2. Терминология волейбола.

Билет 5.

1. Личная защита (прессинг) в баскетболе.
2. Фитнес. Базовые упражнения (мужчин и женщин).

Билет 6.

1. Техника игры в защите в волейболе.
2. Составить комплекс ОРУ с отягощениями.

Билет 7.

1. Виды подачи мяча в волейболе.
2. Составить комплекс упражнений для развития моторной координации.

Билет 8.

1. Передача и прием мяча в волейболе.
2. Терминология фитнеса.

Билет 9.

1. Групповая тактика-подстраховка в волейболе.
2. Составить комплекс ОРУ с набивным мячом.

Билет 10.

1. Основные средства, методы и методические приемы, используемые при обучении игре в футбол.
2. Упражнения для развития координационных способностей (способность выполнять двигательное действие без скованности).

Билет 11.

1. Последовательность и этапы обучения в футболе.
2. Запись ОРУ (запись отдельного движения).

Билет 12.

1. Футбол. Тактика игры в защите.
2. Терминология баскетбола.

Билет 13.

1. Индивидуальная тактика игры в футбол.
2. Основные средства, методы и методические приемы, используемые при обучении фитнесу.

Билет 14.

1. Футбол. Групповая тактика.
2. Упражнения для развития гибкости (активные, пассивные).

Билет 15.

1. Профилактика и предупреждение травматизма в ходе занятий гандболом.

2. Составление документов планирования (план-конспект урока в избранном виде спорта).

Билет 16.

1. Виды перемещений и техника владения мячом в гандболе.
2. Терминология футбола.

Билет 17.

1. Взаимодействие игроков в гандболе.
2. Упражнения для воспитания силы (динамические комплексы).

Билет 18.

1. Способы зонной защиты в гандболе.
2. Терминология настольного тенниса.

Билет 19.

1. Стойки и перемещения в настольном теннисе.
2. Составить комплекс ОРУ в движении.

Билет 20.

1. Виды ударов в настольном теннисе.
2. Педагогическая характеристика фитнеса.

Билет 21.

1. Передвижения в бадминтоне (назвать 7 основных элементов).
2. Терминология плавания.

Билет 22.

1. Способы держания ракетки в бадминтоне.
2. Составить комплекс ОРУ со скамейками.

Билет 23.

1. Ответные удары в бадминтоне.
2. Упражнения для развития гибкости (статические).

Билет 24.

1. Техника подач в бадминтоне.

2. Терминология гандбола.

Билет 25.

1. Тактика парной игры и смешанных пар.
2. Составить комплекс ОРУ в парах.

Билет 26.

1. История возникновения плавания.
2. Упражнения для развития силовой выносливости.

Билет 27.

1. Классификация способов плавания.
2. Упражнения для развития силы (статические комплексы).

Билет 28.

1. Техника стартов и поворотов в плавании.
2. Упражнения для развития координационных способностей (способность поддерживать статическое и динамическое равновесие).

Билет 29.

1. Техника плавания способом на боку, брасс на спине, ныряния, погружение в воду с поверхности.
2. История и основные этапы развития фитнеса.