Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Крылова Людмила Вячеславовна
Должность: Проректор по учебно-методической работе
Дата подписания: 21.11.2026 21:13:39
Уникальный программный ключ:
b066544bae1e449cd8bfce592f7224a676a271b2

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «ДОНЕЦКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ЭКОНОМИКИ И ТОРГОВЛИ ИМЕНИ МИХАИЛА ТУГАН-БАРАНОВСКОГО»

КАФЕДРА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий кафедрой
физического воспитания
_____ А.П. Федоров
(подпись)
«26» февраля 2025 г.

КАФЕДРА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ
по учебной дисциплине

Б1.О.14.02 ЭЛЕКТИВНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ
(шифр и наименование учебной дисциплины)

19.03.02 Продукты питания из растительного сырья; 19.03.03 Продукты питания животного происхождения; 19.03.04 Технология продукции и организация общественного питания
(код и наименование направления подготовки)

Технология мучных и кондитерских изделий; Технология мяса и мясных продуктов
(наименование профиля подготовки)

Разработчик:

Заведующий кафедрой (должность) (подпись) А.П. Федоров (ФИО)

Оценочные материалы рассмотрены и утверждены на заседании кафедры от «26» февраля 2025 г., протокол № 10

Донецк 2025 г.

оценочных материалов по учебной дисциплине

ЭЛЕКТИВНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ

(наименование учебной дисциплины)

Таблица 1 - Перечень компетенций (элементов компетенций), формируемых в результате освоения учебной дисциплины

№п/п	Код и наименование контролируемой компетенции	Контролируемые разделы (темы) учебной дисциплины (модуля)	Этапы формирования (семестр изучения)
1	УК-7 Способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Тема 1. Основы техники и тактики избранного вида спорта.	2
		Тема 2. Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.	2
		Тема 3. Ознакомление с основами тактических перемещений в избранном виде спорта.	2
		Тема 4. Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.	2
		Тема 5. Оздоровительные аспекты выполнения легкоатлетических упражнений.	2
		Тема 6. Ознакомление с техникой бега на короткие и средние дистанции. Сдача контрольных нормативов.	2
		Тема 7. Особенности тренировки в видах легкой атлетики.	2
		Тема 8. Развитие физических качеств средствами легкой атлетики. Сдача контрольных нормативов.	2
		Тема 1. Упражнения общего развития и специальные легкоатлетические упражнения.	3
		Тема 2. Совершенствование техники бега на короткие и средние дистанции. Сдача контрольных нормативов.	3
		Тема 3. Ознакомление с техникой эстафетного бега и кроссового бега.	3
		Тема 4. Развитие физических качеств средствами легкой атлетики. Сдача контрольных нормативов.	3
		Тема 5. Специально-подготовительные упражнения в избранном виде спорта.	3
		Тема 6. Основы техники и тактики избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.	3
		Тема 7. Развитие основ тактико-технических приемов избранного вида спорта.	3
		Тема 8. Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.	3
		Тема 1. Совершенствование техники избранного вида спорта.	4
		Тема 2. Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.	4
		Тема 3. Совершенствование основ тактических приемов в избранном виде спорта.	4
		Тема 4. Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.	4

		Тема 5. Технические аспекты выполнения легкоатлетических упражнений.	4
		Тема 6. Совершенствование техники эстафетного бега и кроссового бега. Сдача контрольных нормативов.	4
		Тема 7. Особенности техники прыжков в легкой атлетике.	4
		Тема 8. Развитие физических качеств средствами легкой атлетики. Сдача контрольных нормативов.	4
		Тема 1. Упражнение общего развития и специально-подготовительные легкоатлетические упражнения.	5
		Тема 2. Техника видов легкой атлетики. Совершенствование техники легкоатлетических прыжков. Сдача контрольных нормативов.	5
		Тема 3. Развитие скоростно-силовых качеств, формирование сложно-координационных способностей. Особенности кроссовой подготовки.	5
		Тема 4. Развитие физических качеств средствами легкой атлетики. Сдача контрольных нормативов.	5
		Тема 5. Специально-подготовительные упражнения избранного вида спорта.	5
		Тема 6. Совершенствование техники избранного вида спорта. (футбол, волейбол, баскетбол, настольный теннис, и др.). Сдача контрольных нормативов.	5
		Тема 7. Совершенствование тактического мастерства избранного вида спорта.	5
		Тема 8. Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.	5
		Тема 1. Совершенствование техники избранного вида спорта.	6
		Тема 2. Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.	6
		Тема 3. Совершенствование тактического мастерства избранного вида спорта.	6
		Тема 4. Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.	6
		Тема 5. Оздоровительные аспекты выполнения ходьбы и бега.	6
		Тема 6. Совершенствование техники бега на короткие и средние дистанции. Сдача контрольных нормативов.	6
		Тема 7. Совершенствование техники специальных беговых и прыжковых упражнений.	6
		Тема 8. Развитие физических качеств средствами легкой атлетики. Сдача контрольных нормативов.	6
		Тема 1. Совершенствование техники бега в природных условиях.	7
		Тема 2. Развитие скоростно-силовых качеств. Дальнейшее развитие выносливости. Особенности кроссовой подготовки. Сдача контрольных нормативов.	7
		Тема 3. Развитие скоростно-силовых качеств, формирование сложно-координационных способностей. Дальнейшее развитие выносливости.	7

		Тема 4. Развитие физических качеств средствами легкой атлетики. Сдача контрольных нормативов.	7
		Тема 5. Совершенствование техники специально-подготовительных упражнений избранного вида спорта.	7
		Тема 6. Совершенствование техники и тактики избранного вида спорта. (футбол, волейбол, баскетбол, настольный теннис, и др.). Сдача контрольных нормативов.	7
		Тема 7. Совершенствование тактико-технического мастерства избранного вида спорта.	7
		Тема 8. Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.	7

Примечание:

* Наименование темы (раздела) или тем (разделов) берется из рабочей программы учебной дисциплины (модуля) (программы практики) в соответствии с компетенциями, которые формируются у обучающегося при ее изучении.

Показатели и критерии оценивания компетенций, описание шкал оценивания

Таблица 2 - Показатели оценивания компетенций

№ п/п	Код и наименование контролируемой компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Контролируемые разделы (темы) учебной дисциплины (модуля), практики[1]	Наименование оценочного средства[2]
1	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	ИДК-1$_{УК-7}$. Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма ИДК-2$_{УК-7}$. Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности ИДК-3$_{УК-7}$. Соблюдает и пропагандирует нормы здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности	Тема 1. Основы техники и тактики избранного вида спорта. Тема 2. Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов. Тема 3. Ознакомление с основами тактических перемещений в избранном виде спорта. Тема 4. Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов. Тема 5. Оздоровительные аспекты выполнения легкоатлетических упражнений. Тема 6. Ознакомление с техникой бега на короткие и средние дистанции. Сдача контрольных нормативов. Тема 7. Особенности тренировки в видах легкой атлетики. Тема 8. Развитие физических качеств средствами легкой атлетики. Сдача контрольных нормативов. Тема 1. Упражнения общего развития и специальные	тестовые нормативы физической подготовленности, доклад

			легкоатлетические упражнения. Тема 2. Совершенствование техники бега на короткие и средние дистанции. Сдача контрольных нормативов. Тема 3. Ознакомление с техникой эстафетного бега и кроссового бега. Тема 4. Развитие физических качеств средствами легкой атлетики. Сдача контрольных нормативов. Тема 5. Специально-подготовительные упражнения в избранном виде спорта. Тема 6. Основы техники и тактики избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов. Тема 7. Развитие основ тактико-технических приемов избранного вида спорта. Тема 8. Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов. Тема 1. Совершенствование техники избранного вида спорта. Тема 2. Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов. Тема 3. Совершенствование основ тактических приемов в избранном виде спорта. Тема 4. Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов. Тема 5. Технические аспекты выполнения легкоатлетических упражнений. Тема 6. Совершенствование техники эстафетного бега и кроссового бега. Сдача контрольных нормативов. Тема 7. Особенности техники прыжков в легкой атлетике. Тема 8. Развитие физических качеств средствами легкой атлетики. Сдача контрольных нормативов. Тема 1. Упражнение общего развития и специально-подготовительные легкоатлетические упражнения. Тема 2. Техника видов легкой атлетики. Совершенствование техники легкоатлетических	

			прыжков. Сдача контрольных нормативов. Тема 3. Развитие скоростно-силовых качеств, формирование сложно-координационных способностей. Особенности кроссовой подготовки. Тема 4. Развитие физических качеств средствами легкой атлетики. Сдача контрольных нормативов. Тема 5. Специально-подготовительные упражнения избранного вида спорта. Тема 6. Совершенствование техники избранного вида спорта. (футбол, волейбол, баскетбол, настольный теннис, и др.). Сдача контрольных нормативов. Тема 7. Совершенствование тактического мастерства избранного вида спорта. Тема 8. Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов. Тема 1. Совершенствование техники избранного вида спорта. Тема 2. Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов. Тема 3. Совершенствование тактического мастерства избранного вида спорта. Тема 4. Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов. Тема 5. Оздоровительные аспекты выполнения ходьбы и бега. Тема 6. Совершенствование техники бега на короткие и средние дистанции. Сдача контрольных нормативов. Тема 7. Совершенствование техники специальных беговых и прыжковых упражнений. Тема 8. Развитие физических качеств средствами легкой атлетики. Сдача контрольных нормативов. Тема 1. Совершенствование техники бега в природных условиях. Тема 2. Развитие скоростно-силовых качеств. Дальнейшее	

			развитие выносливости. Особенности кроссовой подготовки. Сдача контрольных нормативов. Тема 3. Развитие скоростно-силовых качеств, формирование сложно-координационных способностей. Дальнейшее развитие выносливости. Тема 4. Развитие физических качеств средствами легкой атлетики. Сдача контрольных нормативов. Тема 5. Совершенствование техники специально-подготовительных упражнений избранного вида спорта. Тема 6. Совершенствование техники и тактики избранного вида спорта. (футбол, волейбол, баскетбол, настольный теннис, и др.). Сдача контрольных нормативов. Тема 7. Совершенствование тактико-технического мастерства избранного вида спорта. Тема 8. Развитие физических качеств средствами избранного вида спорта. Сдача контрольных нормативов.	

Примечание:

[1] - Контролируемые разделы (темы) учебной дисциплины (модуля) или практики, перечисленные в рабочей программе, показывающие этапность формирования компетенции в ходе изучения учебной дисциплины

[2] - Наименование оценочного средства в соответствии с их примерным перечнем, носящим рекомендательный характер.

Таблица 3 - Критерии и шкала оценивания по оценочному материалу тестовые нормативы физической подготовленности

Шкала оценивания (интервал баллов)	Критерий оценивания
10-12	тестовые нормативы выполнены на высоком уровне (правильные ответы даны на 90-100% вопросов)
6-9	тестовые нормативы выполнены на среднем уровне (правильные ответы даны на 75-89% вопросов)
1-5	тестовые нормативы выполнены на низком уровне (правильные ответы даны на 60-74% вопросов)
0	тестовые нормативы выполнены на неудовлетворительном уровне (правильные ответы даны менее чем 60%)

Примечание:

[1] - Например, по оценочному материалу «контрольная работа».

[2] - Интервал конкретных значений баллов в соответствии с определенными критериями оценивания компетенций по видам контроля (видам оценочных материалов),, а также сами критерии оценивания, устанавливаются самостоятельно составителем ОМ по учебной дисциплине (модулю) или практике.

Таблица 4 - Критерии и шкала оценивания по оценочному материалу доклад

Шкала оценивания (интервал баллов)	Критерий оценивания
8-10	Доклад представлен на высоком уровне (студент полно осветил рассматриваемую проблематику, привел аргументы в пользу своих суждений, владеет профильным понятийным (категориальным) аппаратом и т.п.)
5-7	Доклад представлен на среднем уровне (студент в целом осветил рассматриваемую проблематику, привел аргументы в пользу своих суждений, допустив некоторые неточности и т.п.)
1-4	Доклад представлен на низком уровне (студент допустил существенные неточности, изложил материал с ошибками, в достаточной степени не владеет профильным категориальным аппаратом и т.п.)
0	Доклад представлен на неудовлетворительном уровне Доклад представлен на неудовлетворительном уровне или обучающийся не готов к занятиям

Примечание:

[1] - Например, по оценочному материалу «Собеседование (устный или письменный опрос)».

[2] - Интервал конкретных значений баллов в соответствии с определенными критериями оценивания компетенций по видам контроля (видам оценочных материалов), а также сами критерии оценивания, устанавливаются самостоятельно составителем ОМ по учебной дисциплине (модулю) или практике.

Таблица 5 - Примерный перечень оценочных материалов по учебной дисциплине

№ п/п	Наименование оценочного материала	Краткая характеристика оценочного материала	Представление оценочного материала в фонде
1	Тестовые нормативы физической подготовленности	Система стандартизированных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений обучающегося.	Фонд тестовых заданий, нормативов физической подготовленности
2	Доклад, сообщение	Продукт самостоятельной работы обучающегося, представляющий собой публичное выступление по представлению полученных результатов решения определенной учебно-практической, учебно-исследовательской или научной темы	Темы докладов, сообщений

Таблица 6 - Система начисления баллов по текущему контролю знаний

Максимально возможный балл по виду учебной работы			
Название смысловых модулей	Текущая аттестация		Итого
	Собеседование (устный или письменный опрос)*	Тест*	
Смысловой модуль 1 Легкая атлетика.		бег на 60 м	10
		кросс по пересеченной местности	10

		прыжок в длину с места	10
		подтягивание	10
	Доклад		10
Смысловой модуль 2 Основы занятий в избранном виде спорта.		поднимание туловища	10
		сгибание и разгибание рук	10
		челночный бег 4*9 м	10
		наклон вперед	10
	Доклад		10
Итого:			100

Примечание:

* Наименование оценочного средства должно соответствовать Таблице 2.

Таблица 7 - Распределение баллов, которые получают обучающиеся

Максимальное количество баллов за текущий контроль и самостоятельную работу								**Максимальная сумма в балах**
Смысловой модуль 1				**Смысловой модуль 2**				
Т1	Т2	Т3	Т4	Т5	Т6	Т7	Т8	
10	10	10	20	10	10	10	20	100

Примечание. Т1, Т2, ... Т8 – номера тем соответствующих смысловых модулей

Полный перечень оценочных материалов

Тестовые нормативы физической подготовленности 17-18 лет

Физические качества, двигательные умения и навыки	Виды испытаний	Пол	Уровни, баллы				
			1-й уровень	2-й уровень	3-й уровень	4-й уровень	5-й уровень
			Низкий	ниже среднего	средний	Выше среднего	высокий
			1	2	3	4	5
Скоростные	Бег на 60 м (с)	Ж	12,0	11,2	10,5	10,0	9,6
		М	10,5	9,9	9,3	8,8	8,4
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места (см)	Ж	130	140	160	170	190
		М	160	180	200	210	230
	Поднимание туловища	Ж	20	27	34	40	45
		М	24	30	37	43	50
Силовые	Подтягивание	Ж	6	10	14	18	22
		М	5	7	10	14	18
	Сгибание и разгибание рук	Ж	4	8	12	16	20
		М	20	27	33	40	50
Координация	Челночный бег 4*9 м (с)	Ж	12,0	11,3	10,7	10,2	9,8
		М	11,2	10,6	10,0	9,6	9,2
Выносливость	Кросс по пересеченной местности	Ж	6.50,0	5.46,0	5.06,0	4.42,0	4.26,0
		М	14.28,0	13.20,0	12.24,0	11.45,0	11.20,0
Гибкость	Наклон вперед	Ж	-3	1	5	9	14
		М	-5	0	3	7	12

Тестовые нормативы физической подготовленности 19-23 года

Физические качества, двигательные умения и навыки	Виды испытаний	Пол	Уровни, баллы				
			1-й уровень	2-й уровень	3-й уровень	4-й уровень	5-й уровень
			Низкий	ниже среднего	средний	Выше среднего	Высокий
			1	2	3	4	5
Скоростные	Бег на 60 м (с)	Ж	12,2	11,4	10,7	10,2	9,8
		М	10,5	9,9	9,3	8,8	8,4
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места (см)	Ж	135	150	165	180	200
		М	170	185	205	230	245
	Поднимание туловища	Ж	20	27	34	40	45
		М	24	30	37	43	50
Силовые	Подтягивание	Ж	6	10	14	18	22
		М	6	8	12	16	20
	Сгибание и разгибание рук	Ж	6	10	14	18	22
		М	24	30	36	45	55
Координация	Челночный бег 4*9 м (с)	Ж	12,2	11,5	10,9	10,4	10,0
		М	11,0	10,4	9,8	9,4	9,0
Выносливость	Кросс по пересеченной местности	Ж	6.50,0	5.46,0	5.06,0	4.42,0	4.26,0
		М	14.04,0	13.00,0	12.08,0	11.36,0	11.12,0
Гибкость	Наклон вперед	Ж	-4	1	4	8	13
		М	-6	-1	2	6	11

Перечень докладов:

1. Современные направления развития физического воспитания и спорта студенческой молодежи;
2. Социальное значение физической культуры, спорта и туризма;
3. Оздоровление и физическая реабилитация студентов с ослабленным здоровьем средствами физической культуры;
4. Влияние двигательной активности на формирование личностных качеств будущих специалистов;
5. Тенденции развития физического воспитания и спорта в ОО ВПО;
6. Экономические аспекты в сфере физической культуры и спорта.

Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков

Модуль 1. Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (1 курс (2 семестр))

Смысловой модуль 1. Основы занятий в избранном виде спорта

1. Когда была создана международная организация волейбола?
2. В каком году Международный олимпийский комитет принял волейбол олимпийским видом спорта?
3. В каком году пляжный волейбол был признан МОК олимпийским видом спорта?
4. В каком году была создана европейская конфедерация волейбола?
5. В каком году состоялся первый Европейский чемпионат по волейболу среди мужчин?

Смысловой модуль 2. Легкая атлетика

1. Виды горизонтальных легкоатлетических прыжков?
2. На какие категории делится бег?
3. Какие классические виды многоборья существуют?
4. С соревнований по какому виду ведет свое начало история легкой атлетики?
5. История основания олимпийских игр по легкой атлетике?

Модуль 2. Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (2 курс (3 семестр))

Смысловой модуль 1. Легкая атлетика

1. Дайте определение легкой атлетике.
2. Сформируйте легкоатлетические виды спорта по местам проведения тренировок и соревнований.
3. Какие существуют дистанции в соревнованиях по ходьбе?
4. Назовите основные беговые виды легкой атлетики.
5. Виды легкоатлетических метаний и способы их выполнения?

Смысловой модуль 2. Основы занятий в избранном виде спорта

1. В каком городе состоялся первый чемпионат мира по волейболу среди женщин?

2. Когда была создана международная федерация настольного тенниса?
3. Как называется в настольном теннисе защитный удар, при котором мячу придается нижнее вращение, что затрудняет последующие атакующие действия противника?
4. Как называется в настольном теннисе защитный удар, напоминающий короткую подрезку, но выполняемый коротким движением с очень слабым нижним вращением?
5. Как называется в настольном теннисе защитный удар, имитирующий подрезку по положению ракетки, но на самом деле со слабым верхним вращением?

Модуль 3. Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (2 курс (4 семестр))

Смысловой модуль 1. Основы занятий в избранном виде спорта

1. Как называется в настольном теннисе мощный атакующий «плоский» удар без вращения?
2. В каком году была создана Международная федерация бадминтона?
3. В каком году состоялся первый официальный чемпионат мира?
4. В каком году состоялся олимпийский дебют бадминтона?
5. В каком году основана Международная федерация гандбола (ИГФ)?

Смысловой модуль 2. Легкая атлетика

1. Какие физические качества развивает легкоатлетическое метание?
2. Неклассические виды многоборья?
3. По каким видам легкой атлетики проводятся соревнования для школьников 11-13 лет?
4. На какие дистанции проводятся соревнования по бегу с препятствиями?
5. Какой вид легкой атлетики стал основой современных соревнований?

Модуль 4. Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (3 курс (5 семестр))

Смысловой модуль 1. Легкая атлетика

1. Техника выполнения легкоатлетических прыжков.
2. Техника бега на короткие дистанции.
3. Техника спортивной ходьбы.
4. Техника бега на длинные дистанции.
5. Тактика бега на различные дистанции.

Смысловой модуль 2. Основы занятий в избранном виде спорта

1. Техника выполнения передач в баскетболе.
2. Техника выполнения передач в волейболе.
3. Техника выполнения подач в волейболе.
4. Техника выполнения бросков со средней и дальней дистанции в баскетболе.
5. Техника выполнения ведения мяча в баскетболе.

Модуль 5. Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (3 курс (6 семестр))

Смысловой модуль 1. Основы занятий в избранном виде спорта

1. Комплекс баскетбольных упражнений для развития скорости.
2. Комплекс баскетбольных упражнений для развития силовой выносливости.
3. Комплекс волейбольных упражнений для развития прыгучести.
4. Комплекс волейбольных упражнений для развития ловкости.
5. Комплекс баскетбольных упражнений для развития скоростной выносливости.

Смысловой модуль 2. Легкая атлетика

1. Комплекс легкоатлетических упражнений для развития скорости.
2. Комплекс легкоатлетических упражнений для развития выносливости.
3. Комплекс легкоатлетических упражнений для развития силовой выносливости.
4. Комплекс легкоатлетических упражнений для развития ловкости.
5. Комплекс легкоатлетических упражнений для развития гибкости.

Модуль 6. Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (4 курс (7 семестр))

Смысловой модуль 1. Легкая атлетика

1. В каком году легкая атлетика была признана МОК олимпийским видом спорта?
2. В каком году была создана европейская федерация легкой атлетики?
3. В каком году состоялся первый Европейский чемпионат по легкой атлетике?
4. В каком городе состоялся первый чемпионат мира по легкой атлетике?
5. Когда была создана международная федерация легкой атлетики?

Смысловой модуль 2. Основы занятий в избранном виде спорта

1. Как называется в настольном теннисе защитный удар, при котором мячу придается нижнее вращение, что затрудняет последующие атакующие действия противника?
2. Как называется в настольном теннисе защитный удар, напоминающий короткую подрезку, но выполняемый коротким движением с очень слабым нижним вращением?
3. Как называется в настольном теннисе защитный удар, имитирующий подрезку по положению ракетки, но на самом деле со слабым верхним вращением?
4. Как называется в настольном теннисе мощный атакующий «плоский» удар без вращения?
5. В каком году была создана Международная федерация бадминтона?