

1. Группа МСХ-487
2. ФИО преподавателя Тимофеев Юрий Алексеевич
3. Наименование дисциплины Физическая культура
4. Промежуточная аттестация –контрольная работа

№ варианта	вопрос	содержание
01	1	Значение психофизической подготовки человека к профессиональной деятельности.
	2	Аэробика. Основные виды перемещений. Базовые шаги, движения руками.
	3	Тактика игры в бадминтон. Особенности тактических действий спортсменов ,выступающих в одиночном и парном разрядах.
02	1	Двигательная активность человека, ее влияние на основные органы и системы организма.
	2	Оценка двигательной активности человека и формирование оптимальной двигательной активности в зависимости от образа жизни человека.
	3	Настольный теннис. Стойки игрока. Способы держания ракетки: горизонтальная хватка, вертикальная хватка.
03	1	Средства, методы и методика формирования профессионально значимых физических и психических свойств и качеств.
	2	Аэробика. Техника выполнения движений в степ-аэробике: общая характеристика, различные положения и виды платформ.
	3	Гандбол. Техника нападения, техника защиты. Индивидуальные, групповые, командные действия.
04	1	Социально-экономическая обусловленность необходимости подготовки человека к профессиональной деятельности
	2	Аэробика. Техника выполнения упражнений в шейпинге: общая характеристика , виды упражнений.
	3	Настольный теннис. Передвижения: бесшажные, шаги, прыжки, рывки. Технические приемы: подача, подрезка, накат, подставка, топ-спин, топс-удар.
05	1	Влияние занятий физическими упражнениями на функциональные возможности человека, адаптационные возможности человека.
	2	Футбол- Ведение мяча, передачи, удары по мячу головой и ногой, остановка мяча ногой, головой.
	3	Лыжная подготовка – виды лыжных ходов: одновременный бесшажный, одношажный, двухшажный классический, попеременный.
06	1	Характеристика некоторых состояний организма: разминка, вработывание, утомление, восстановление.

	2	Возрастная динамика развития физических качеств и способностей.
	3	Настольный теннис. Тактика игры, стили игры. Тактические комбинации. Тактика одиночной и парной игры.
07	1	Прикладные умения и навыки. Оценка эффективности ППФП.
	2	Аэробика- Методы регулирования нагрузки в ходе занятий аэробикой. Специальные комплексы развития гибкости и их использование в процессе занятий физкультурой.
	3	Тактика игры в бадминтон. Тактика парных встреч: подачи, передвижения, взаимодействия игроков.
08	1	Особенности физической и функциональной подготовленности.
	2	Средства, методы и методика формирования устойчивости к профессиональным заболеваниям.
	3	Гандбол. Техника игры вратаря: стойка, техника защиты, передвижения.
09	1	Двигательная активность человека, ее влияние на основные органы и системы организма.
	2	Лыжная подготовка – виды соревнований, Олимпийские дисциплины в лыжном спорте.
	3	Футбол. Тактические схемы игры. Индивидуальные действия игроков с мячом и без мяча. Групповые и командные действия игроков.
10	1	Социально-экономическая обусловленность необходимости подготовки человека к профессиональной деятельности.
	2	Аэробика- Техника выполнения упражнений в пилатесе: общая характеристика пилатеса, виды упражнений.
	3	Тактика игры в бадминтон. Защитные, контратакующие и нападающие тактические действия.