

Дисциплина физическая культура

«Лесное и лесопарковое хозяйство»

группы Э-12

Дата 15.11.23

Тема: Волейбол

Задание №1 Заполнить таблицу (таблицу см. ниже)

Используя различные источники информации по данной теме, значение волейбольных терминов,

| № | Волейбольные термины | Определение |
|----|----------------------|---|
| 1 | Блок | Приём защиты, с помощью которого преграждается путь мячу, идущему от соперника. Осуществляется выносом любой части тела выше верхнего края сетки. |
| 2 | Бросок | |
| 3 | Двойное касание | |
| 4 | Диагональный | |
| 5 | Доигровщик | |
| 6 | Задержка | |
| 7 | Зона | |
| 8 | Контрольный мяч | |
| 9 | Либеро | |
| 10 | Матчбол | |
| 11 | Мельница | |
| 12 | Пас | |
| 13 | Подача | |
| 14 | Пайп | |
| 15 | Подстраховка | |
| 16 | Разводить | |
| 17 | Рыбка | |
| 18 | Связующий | |
| 19 | Тайм-аут | |

Задание №2 Просмотреть профессиональную игру в волейбол или лучшие моменты в волейболе.

Задание №3 Выполнить контрольное упражнение записать в таблицу
Таблица №1


«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 Иванов Андрей Петрович группа | | |
| число | Контрольные, тестовые упражнения | результат |
| |  <p>Выполнить упражнение «пресс» в течение 30 секунд девушки; 1 минута юноши</p> | Записать свой результат |