



**КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА №3
ПО ДИСЦИПЛИНЕ
«ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА»**

Вариант №	Содержание вопроса	ФИО студента
1	Вопрос 1. Анализ техники бега с преодолением вертикальных препятствий с опорой и без опоры. Вопрос 2. Конспект урока по легкой атлетике для 8 класса. Задачи урока: 1. Обучать технике ритма разбега в высоту в длину способом «перешагивание». 2. Совершенствовать технику метания малого мяча в различные цели. 3. Способствовать развитию гибкости.	
2	Вопрос 1. Анализ техники прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги». Вопрос 2. Конспект урока по легкой атлетике для 9 класса. Задачи урока: 1. Закреплять технику бега по повороту (виражу) в беге на короткие дистанции. 2. Совершенствовать технику метания малого мяча в цель. 3. Способствовать развитию координации.	
3	Вопрос 1. Анализ техники прыжка в длину с разбега способом «перешагивание». Вопрос 2. Конспект урока по легкой атлетике для 9 класса. Задачи урока: 1. Обучать технике передачи эстафетной палочки на скорости. 2. Совершенствовать технику метания малого мяча в цель. 3. Способствовать развитию скоростной выносливости.	
4	Вопрос 1. Анализ техники толкания ядра со скачка. Вопрос 2. Конспект урока по легкой атлетике для 10 класса. Задачи урока: 1. Обучать технике низкого старта в эстафетном беге. 2. Совершенствовать разбег в прыжках в высоту способом «перешагивание». 3. Способствовать развитию силы.	
5	Вопрос 1. Анализ техники эстафетного бега.	



	<p>Вопрос 2. Конспект урока по легкой атлетике для 5 класса. Задачи урока:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Обучать технике метания малого мяча со скрестных шагов.2. Совершенствовать технику отталкивания в сочетании с разбегом в прыжках в высоту способом «перешагивание».3. Способствовать развитию выносливости.	
6	<p>Вопрос 1. Анализ техники кроссового бега. Вопрос 2. Конспект урока по легкой атлетике для 10 класса. Задачи урока:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Обучать технике скачкообразного разбега в толкании ядра.2. Совершенствовать технику прыжка в высоту способом «перешагивание».3. Способствовать развитию быстроты.	
7	<p>Вопрос 1. Анализ техники метания малого мяча (гранаты, копья). Вопрос 2. Конспект урока по легкой атлетике для 11 класса. Задачи урока:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Закреплять технику толкания ядра.2. Совершенствовать технику бега на короткие дистанции.3. Способствовать развитию ловкости.	
8	<p>Вопрос 1. Анализ техники бега на короткие дистанции. Вопрос 2. Конспект урока по легкой атлетике для 4 класса. Задачи урока:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Обучать технике отталкивания в прыжках в длину с разбега способом «согнув ноги».2. Совершенствовать технику высокого старта и стартового разгона.3. Способствовать развитию ловкости.	
9	<p>Вопрос 1. Анализ техники прыжка в высоту способом «перешагивание». Вопрос 2. Конспект урока по легкой атлетике для 11 класса. Задачи урока:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Закреплять технику метания малого мяча.2. Совершенствовать технику прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги».3. Способствовать развитию скоростной выносливости.	
10	<p>Вопрос 1. Анализ техники бега с преодолением вертикальных препятствий с опорой и без опоры. Вопрос 2. Конспект урока по легкой атлетике для 11 класса. Задачи урока:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Закреплять технику прыжка в высоту способом «перешагивание».	



	<ol style="list-style-type: none">2. Совершенствовать технику эстафетного бега.3. Способствовать развитию гибкости.	
11	<p>Вопрос 1. Анализ техники бега на короткие дистанции. Вопрос 2. Конспект урока по легкой атлетике для 9 класса. Задачи урока:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Обучать технике передачи эстафетной палочки на месте и в движении.2. Совершенствовать технику метания малого мяча в цель.3. Способствовать развитию скоростно-силовых способностей.	
12	<p>Вопрос 1. Анализ техники толкания ядра. Вопрос 2. Конспект урока по легкой атлетике для 8 класса. Задачи урока:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Обучать технике приземления в прыжках в длину с разбега способом «согнув ноги».2. Совершенствовать технику бега по прямой на высокой скорости.3. Способствовать развитию силы.	
13	<p>Вопрос 1. Анализ техники прыжка в длину способом «согнув ноги». Вопрос 2. Конспект урока по легкой атлетике для 8 класса. Задачи урока:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Обучать технике метания малого мяча в цель из положения лежа.2. Совершенствовать технику преодоления вертикальных препятствий с опорой и без опоры.3. Способствовать развитию выносливости.	
14	<p>Вопрос 1. Анализ техники прыжка в высоту способом «перешагивание». Вопрос 2. Конспект урока по легкой атлетике для 4 класса. Задачи урока:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Обучать технике бега по прямой в беге на короткие дистанции.2. Совершенствовать технику отталкивания в прыжках в длину с разбега способом «согнув ноги».3. Способствовать развитию гибкости.	
15	<p>Вопрос 1. Анализ техники специально-беговых упражнений. Вопрос 2. Конспект урока по легкой атлетике для 7 класса. Задачи урока:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Обучать ритму разбега в прыжках в длину с разбега способом «согнув ноги».2. Совершенствовать технику низкого старта на повороте (вираже).	



	3. Способствовать развитию гибкости.	
16	Вопрос 1. Анализ техники бега на средние дистанции. Вопрос 2. Конспект урока по легкой атлетике для 7 класса. Задачи урока: <ol style="list-style-type: none">1. Обучать технике метания малого мяча по движущейся цели.2. Совершенствовать технику перехода через планку в прыжках в высоту способом «перешагивание»3. Способствовать развитию скоростной выносливости.	
17	Вопрос 1. Анализ техники эстафетного бега. Вопрос 2. Конспект урока по легкой атлетике для 6 класса. Задачи урока: <ol style="list-style-type: none">1. Обучать технике отталкивания в прыжках в высоту способом «перешагивание».2. Совершенствовать технику низкого старта.3. Способствовать развитию силы.	
18	Вопрос 1. Анализ техники метания малого мяча (гранаты, копья). Вопрос 2. Конспект урока по легкой атлетике для 6 класса. Задачи урока: <ol style="list-style-type: none">1. Обучать технике метания малого мяча в горизонтальную цель и на дальность.2. Совершенствовать технику отталкивания и с разбега в прыжках в высоту способом «перешагивание».3. Способствовать развитию ловкости и координации.	