**Инструктивная карта**

**Ф.И.Ф.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_класс\_3\_\_\_\_**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№п\п** | **Этап работы** | **Результат** | | **Оценка в баллах** |
| **1.** | **Подготовительные упражнения с баскетбольными мячами.** | | | |
| **1.1**  **1.2.**  **1.3**  **1.4** | Задание 1.  Задание 2.  Задание 3.  Задание 4. | Выполнено правильно \_\_\_\_элемент  Выполнено правильно \_\_\_\_злемент  Выполнено правильно\_\_\_\_элемент  Выполнено правильно\_\_\_\_элемент | |  |
| **2** | **Челночный бег 3Х10 м. с предметами.** | | | |
| **2.1** | Тест :пробегание  3Х10м. | Выполнено-м.8,8 –«5» д.9,3 –«5»  9,3 – «4» д. 9,7 – «4»  10,2 –«3» д.10,8-«3» | |  |
| **3.** | **Игровые задания.** | | | |
| **3.1.** | Задание 1. | 5 точных передач -5б.  4 точные передачи -4б  3 точные передачи – 3б.  2 точные передачи – 2б  1 точная передача 1б. | |  |
| **3.2.** | Задание 2. | 5 точных передач – 5б.  4 точные передачи – 4б.  3 точные передачи – 3б.  2 точные передачи – 2б.  1 точная передача 1 -б. | |  |
| **4.** | **Подвижная игра «Из обруча в обруч»** | | |  |
| **4.1.** | Бросок мяча в обруч. | | Попадание подряд в 5 обручей – 5б  Попадание подряд в 4 обруча – 4б  Попадание подряд в 3 обруча – 3б  Попадание подряд в 2 обруча – 2б  Попадание в 1 обруч – 1б |  |
| **5.** | **Эстафета «Попади в цель»** | | |  |
| **5.1.** | Броски мяча в кольцо. | | Победившая команда – 3 балла  Проигравшая команда – 2 балла |  |
|  |  | | Итого: |  |

**27-23 балла – «5» 22-15 баллов – «4» 14-9 баллов – «3»**