**Задание для устного опроса по теме:**

1. Сколько очков дают в баскетболе за попадание в корзину при броске со средней или близкой дистанции?

2. Какова стандартная высота установки баскетбольной корзины?

3. Как начинается игра в баскетбол?

4. Сколько времени дается игроку на выполнение штрафного броска?

5.Дайте определение основным понятиям: работоспособность, утомление, переутомление, усталость, релаксация, самочувствие.

6 Опишите изменение состояния организма студента под влиянием различных режимов и условий обучения.

7.Как внешние и внутренние факторы влияют на умственную работоспособность? Какие закономерности можно проследить в изменении работоспособности студентов в процессе обучения?

8.Какие средства физической культуры в регулировании умственной работоспособности, психоэмоционального и функционального состояния студентов вызнаете?

9.«Физические упражнения как средство активного отдыха»,- раскройте это положение.