Контрольно-оценочные средства для проведения текущего контроля

по БОД.05 Физическая культура (1 курс, 1 семестр 2022-2023 уч. г.)

Текущий контроль №1

Форма контроля: Практическая работа (Сравнение с аналогом)

Описательная часть: индивидуально практические задания с использованием спортивно-

технического инвентаря

Задание №1

Перечислить все беговые виды легкой атлетики, которые включены в программу олимпийских

игр.	
	Показатали опенки
ГОценка	Показатели оценки

Задание №2

Перечислить все беговые виды легкой атлетики, которые включены в программу олимпийских

игр. Оценка	ка Показатели оценки	
3	Перечислено семь видов легкой атлектики (беговых видов).	
4	Перечислено десять видов легкой атлектики (беговых видов).	
5	Перечислено пятнадцать видов легкой атлектики (беговых видов).	

Залание №3

Перечислить все беговые виды легкой атлетики, которые включены в программу олимпийских

игр. Оценка	Показатели оценки
----------------	-------------------

Залание №4

Перечислить все беговые виды легкой атлетики, которые включены в программу олимпийских

игр. Оценка	Показатели оценки
----------------	-------------------

Пестопол	VOTENIA O DOTE VOLUMENTO VITE OVINIA VITE A CONTRACTOR OF VITE OF VIVO O THE OTHER OF VITE OF
продемон	стрировать комплекс упражнении для развития оощей выносливости.
Опенка	Показатели оценки
Оценка	Показатели оценки

Задание №6

Продемон Оценка	Іродемонстрировать комплекс упражнений для развития общей выносливости. Эценка Показатели оценки	
3	Продемонстрировано 4-ре упражнения из комплекса.	
4	Продемонстрировано 6-ть упражнений из комплекса.	
5	Продемонстрировано 8-мь упражнений из комплекса.	

Задание №7

продемонетри	ровать комплеке упражнении	и для развития оощ	си выносливости.
Юпенка Пока	азатели опенки	<u>=</u>	
оценка пока	ізатели оценки		

Задание №8

Продемонстрировать комплекс упражнений для развития общей выносливости. Оценка Показатели оценки

Задание №9

D	
оходнои і	юрматив по физической культуре, прыжки в длину с места.
Опенка	Показатели опенки
Оцепка	Tionasaresin odenni

Входной т Оценка	норматив по физической культуре: прыжки в длину с места. Показатели оценки	
3	Юноши 205 см.	
	Девушки145 см.	

4	Юноши 225 см
	Девушки 165 см.
5	Юноши 235 см
	Девушки 180 см.

рходной ног	ррматив по физической культуре: прыжки в длину с места. Токазатели оценки
-------------	--

Задание №12

Входной норматив по физической культуре: прыжки в длину с места. Оценка Показатели оценки	
--	--

Текущий контроль №2

Форма контроля: Практическая работа (Сравнение с аналогом)

Описательная часть: индивидуально практические задания с использованием спортивно-

технического инвентаря

Задание №1

Продемон Оценка	стрировать комплекс упражнений для разминки в упорах. Показатели оценки
3	Продемонстрировано 4-ре упражнения из комплекса.
4	Продемонстрировано 6-ть упражнений из комплекса.
5	Продемонстрировано 8-мь упражнений из комплекса.

Задание №2

Продемонетрировать комплекс упражнений для разминки в упорах. Оценка Показатели оценки

	(CMOI	стрировать комплекс упражнений для разминки в упорах. Показатели оценки
		2.10.1110.11.10.11.11.11.11.11.11.11.11.1

Задание №5

Сдача ког Оценка	трольного норматива: юноши подтягивание, девушки вис. Показатели оценки
3	Юноши 6 раз.
	Девушки 23 сек.
4	Юноши 8 раз.
	Девушки 25 сек.
5	Юноши 10 раз.
	Девушки 30 сек.

Задание №6

Продемог Оценка	стрировать комплекс упражнений в ходьбе на 4 счета. Показатели оценки
3	Продемонстрировано 4-ре упражнения из комплекса упражнений.
4	Продемонстрировано 6-ть упражнений из комплекса упражнений.
5	Продемонстрировано 8-мь упражнений из комплекса упражнений.

Текущий контроль №3

Форма контроля: Практическая работа (Сравнение с аналогом)

Описательная часть: индивидуально практические задания с использованием спортивнотехнического инвентаря

- ---

	стрировать комплеке упражнений для развития силы мышц рук. Показатели оценки
3	Продемонстрировано 4-ре упражнения из комплекса.
4	Продемонстрировано 6-ть упражнений из комплекса.
5	Продемонстрировано 8-мь упражнений из комплекса.

Входной норматив по физической культуре: подъем туловища из положения лежа на спине руки

ва голову Оценка	(кол-во раз за 30 сек.) Показатели оценки
3	Юноши: 19 раз
	Девушки: 19 раз
4	Юноши: 22 раз
	Девушки: 22 раз
5	Юноши: 26 раз
	Девушки: 26 раз

Задание №3

Сдача ког Оценка	прольных нормативов по технике бега на короткие дистанции - 100 м Показатели оценки
3	Юноши: 15,1 сек.
	Девушки: 17,9 сек.
4	Юноши: 14,7 сек.
	Девушки: 17,6 сек.
5	Юноши: 13,7 сек.
	Девушки: 17,3 сек.

Текущий контроль №4

Форма контроля: Практическая работа (Сравнение с аналогом)

Описательная часть: индивидуально практические задания с использованием спортивно-

технического инвентаря

Задание №1

Продемон Оценка	етрировать комплеке акробатических упражнений. Показатели оценки
3	Продемонстрировано 4-ре упражнения из комплекса.
4	Продемонстрировано 6-ть упражнений из комплекса.
5	Продемонстрировано 8-мь упражнений из комплекса.

Задание №2

Сдача ког Оценка	нтрольного норматива по технике эстафетного бега 4х100 м Показатели оценки
3	Юноши: 1,05 мин.
	Девушки 1,11 мин.
4	Юноши: 1,01 мин.
	Девушки: 1,07 мин.
5	Юноши: 59 сек.
	Девушки 1,03 мин.

Сдача ког Оценка	нтрольного норматива: бег девушки - 500 м, юноши - 1000 м Показатели оценки
3	Юноши: 4,10 мин.
	Девушки 2,16 мин.
4	Юноши: 3,45 мин.
	Девушки 2,06 мин.
5	Юноши: 3,30 мин.
	Девушки 1,56 мин.

Текущий контроль №5

Форма контроля: Практическая работа (Сравнение с аналогом)

Описательная часть: индивидуально практические задания с использованием спортивно-

технического инвентаря

Задание №1

Продемон Оценка	стрировать комплекс ОРУ с гимнастической палкой на 4 счета Показатели оценки
3	Продемонстрировано 4-ре упражнения из комплекса.
4	Продемонстрировано 6-ть упражнений из комплекса.
5	Продемонстрировано 8-мь упражнений из комплекса.

Задание №2

	VOTENIA DOTE MONTE PARA ODV. A TRUE VIA ATTANA A ANATA
продемон	стрировать комплекс от у стимнастической палкой на 4 счета
Юценка	Показатели опенки
Оценка	Tionasarem openni

Задание №3

		<u>істоировать комплеке ОРУ є гимнастической палкой на 4 счета</u>
٠ ١ /	4 7	
- 10	Эпенка	Показатели опенки
- I `	э долин	2201.00002.0000

Задание №4

продемов	нетрировать комплеке ОРУ с гимнастической палкой на 4 счета
Оценка	Показатели оценки

Задание №5

Оценка	Показатели оценки
3	Продемонстрировано два правильных расположения колодок.
4	Продемонстрировано три правильных расположения колодок.
5	Продемонстрировано четыре правильных расположения колодок.

Продемонстрировать правильное расстановление стартовых колодок при эстафетном беге. Оценка Показатели оценки	гном беге.
---	-----------------------

продемо	нетрировать правильное расстановление стартовых колодок при эстафетном беге. Показатели опенки
Оценка	Показатели оценки

Задание №8

продемов	стрировать правильное расстановление стартовых колодок при эстафетном беге. Показатели оценки
Оценка	Tionasaresin odenkii

Задание №9

Продемон Оценка	стрировать комплеке упражнений для развития ловкости. Показатели оценки
3	Продемонстрировано 4-ре упражнения из комплекса.
4	Продемонстрировано 6-ть упражнений из комплекса.
5	Продемонстрировано 8-мь упражнений из комплекса.

Задание №10

Продемонстрировать комплекс упражнений для развития ловкости. Оценка Показатели оценки	
---	--

Задание №11

	ASTRAMA DOTT. MONTHAMA NEW ANDREWS HIS MODERNING HODING STATE	
тродемон	стрировать комплекс упражнении для развития ловкости.	
Оценка	Показатели оценки	
· ·	'	

Продемонстрировать комплеке упражнений для развития ловкости. Оценка Показатели оценки	
Оценка Показатели оценки	

Текущий контроль №6

Форма контроля: Практическая работа (Сравнение с аналогом)

Описательная часть: индивидуально практические задания с использованием спортивно-

технического инвентаря

Задание №1

Продемонстрировать комплекс упражнений для развития силовых способностей с собственным

весом Оценка	Показатели оценки
3	Продемонстрировано 4-ре упражнения из комплекса.
4	Продемонстрировано 6-ть упражнений из комплекса.
5	Продемонстрировано 8-мь упражнений из комплекса.

Задание №2

Продемонстрировать комплекс упражнений для развития силовых способностей с собственным

весом Оценка	Показатели оценки
-----------------	-------------------

Задание №3

Продемонстрировать комплекс упражнений для развития силовых способностей с собственным

P-2-2-1	
вссом	
Опенка	Показатели опенки
ГОЦСПКа	показатели оценки

Задание №4

Продемонстрировать комплекс упражнений для развития силовых способностей с собственным

DOCOL!	
вссом	
Опенка	Показатели оценки
Оценка	показатели оценки

П		CDV COVERNO CDV
rrpo	демон	стрировать комплекс от Усо скакалкой на 4 счета.
100m	енка	Показатели оценки
I ~ H	- III.u	TIONASAI SIII CASIMII

3	Продемонстрировано 4-ре упражнения из комплекса.
4	Продемонстрировано 6-ть упражнений из комплекса.
5	Продемонстрировано 8-мь упражнений из комплекса.

Продемон Оценка	стрировать комплеке ОРУ с волейбольным мячом на 4 счета. Показатели оценки
3	Продемонстрировано 4-ре упражнения из комплекса.
4	Продемонстрировано 6-ть упражнений из комплекса.
5	Продемонстрировано 8-мь упражнений из комплекса.