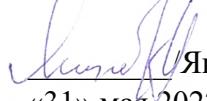




Министерство образования Иркутской области  
Государственное бюджетное профессиональное  
образовательное учреждение Иркутской области  
«Иркутский авиационный техникум»

УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
ГБПОУИО «ИАТ»

  
Якубовский А.Н.  
«31» мая 2022 г.

## ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

ОГСЭ.04 Физическая культура

специальности

15.02.08 Технология машиностроения

Иркутск, 2022

Рассмотрена  
цикловой комиссией  
ОГСЭ протокол №7 от  
25.05.2022 г.

Председатель ЦК

 / O.B. Жаворонкова

№	Разработчик ФИО
1	Иванова Наталья Викторовна

# 1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

## 1.1. Область применения фонда оценочных средств (ФОС)

ФОС по дисциплине является частью программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 15.02.08 Технология машиностроения

## 1.2. Место дисциплины в структуре ППССЗ:

ОГСЭ.00 Общий гуманитарный и социально-экономический цикл.

## 1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины

Результаты освоения дисциплины	№ результата	Формируемый результат
Знать	1.1	о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
	1.2	основы здорового образа жизни
Уметь	2.1	использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;
Личностные результаты воспитания	4.1	Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости, экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующий и участвующий в деятельности общественных организаций.
	4.2	Соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих.
	4.3	Проявляющий уважение к людям старшего поколения и готовность к участию в социальной поддержке и волонтерских движениях.

4.4	Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях.
4.5	Оценивающий возможные ограничители свободы своего профессионального выбора, предопределенные психофизиологическими особенностями или состоянием здоровья, мотивированный к сохранению здоровья в процессе профессиональной деятельности.

#### **1.4. Формируемые компетенции:**

ОК.2 Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК.3 Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.

ОК.4 Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК.6 Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

ОК.8 Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ПК.1.5 Использовать системы автоматизированного проектирования технологических процессов обработки деталей.

ПК.2.2 Участвовать в руководстве работой структурного подразделения.

## 2. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДИСЦИПЛИНЫ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЙ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

### 2.1 Текущий контроль (ТК) № 1

**Тема занятия:** 1.1.2. Сдача входного норматива по прыжкам с места.

**Метод и форма контроля:** Практическая работа (Сравнение с аналогом)

**Вид контроля:** Индивидуальные практические задания с использованием спортивно-технического инвентаря

**Дидактическая единица:** 1.2 основы здорового образа жизни

**Занятие(-я):**

1.1.1. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности.

**Задание №1**

Перечислить фазы техники прыжка с места.

Образец ответа:

- подготовку к отталкиванию
- отталкивание
- полет
- приземление

<i>Оценка</i>	<i>Показатели оценки</i>
3	Перечислено не менее 2-х фаз
4	Перечислено не менее 3-х фаз
5	Перечислено не менее 4-х фаз

**Дидактическая единица:** 2.1 использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

**Занятие(-я):**

1.1.1. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности.

**Задание №1**

Прыжки в длину с места на технику.

<i>Оценка</i>	<i>Показатели оценки</i>
5	Юноши 215 см. Девушки 165 см.

4	Юноши 210 см Девушки 145 см
3	Юноши 205 см Девушки 140 см

## 2.2 Текущий контроль (ТК) № 2

**Тема занятия:** 2.1.2.Итоговое занятие. Передача и прием мяча сверху через сетку (количество раз).

**Метод и форма контроля:** Практическая работа (Сравнение с аналогом)

**Вид контроля:** Индивидуальные практические задания с использованием спортивно-технического инвентаря

**Дидактическая единица:** 1.1 о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

**Занятие(-я):**

1.1.1.Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности. Средства физической культуры в регулировании работоспособности.  
1.1.2.Сдача входного норматива по прыжкам с места.

2.1.1.Легкий бег, ОРУ. Совершенствование техники игры в волейбол. ОФП.

### Задание №1

Дать схему правильного расположения игроков на спортивной площадке по зонам при игре в волейбол.

<i>Оценка</i>	<i>Показатели оценки</i>
3	Перечислено не менее 2-х зон расположения игроков
4	Перечислено не менее 4-х зон расположения игроков
5	Перечислено не менее 6-ти зон расположения игроков

**Дидактическая единица:** 2.1 использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

**Занятие(-я):**

1.1.2.Сдача входного норматива по прыжкам с места.

2.1.1.Легкий бег, ОРУ. Совершенствование техники игры в волейбол. ОФП.

### Задание №1

Продемонстрировать передачу приема мяча сверху через сетку, количество передач -25 раз.

<i>Оценка</i>	<i>Показатели оценки</i>
3	выполнена передача мяча не менее 15 раз

4	выполнена передача мяча не менее 20 раз
5	выполнена передача мяча не менее 25 раз

### 2.3 Текущий контроль (ТК) № 3

**Тема занятия:** 2.2.2.Сдача контрольных нормативов по баскетболу: выполнение штрафных бросков 10 повторений.

**Метод и форма контроля:** Практическая работа (Сравнение с аналогом)

**Вид контроля:** Индивидуальные практические задания с использованием спортивно-технического инвентаря

**Дидактическая единица:** 1.1 о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

**Занятие(-я):**

2.1.2.Итоговое занятие. Передача и прием мяча сверху через сетку (количество раз).

2.2.1.Легкий бег, ОРУ. Совершенствование техники игры в баскетбол. ОФП.

#### Задание №1

Продемонстрировать основные правила жестикуляций в баскетболе.

<i>Оценка</i>	<i>Показатели оценки</i>
3	Выполнено не менее 2-х жестов
4	Выполнено не менее 3-х жестов
5	Выполнено не менее 5-ти жестов

**Дидактическая единица:** 2.1 использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

**Занятие(-я):**

2.1.2.Итоговое занятие. Передача и прием мяча сверху через сетку (количество раз).

2.2.1.Легкий бег, ОРУ. Совершенствование техники игры в баскетбол. ОФП.

#### Задание №1

Сдача контрольных нормативов по баскетболу (выполнение штрафных бросков, 10 повторений).

<i>Оценка</i>	<i>Показатели оценки</i>
3	Выполнено не менее 4-х попаданий в кольцо со штрафной линии
4	Выполнено не менее 5-ти попаданий в кольцо со штрафной линии
5	Выполнено не менее 6-ти попаданий в кольцо со штрафной линии

## 2.4 Текущий контроль (ТК) № 4

**Тема занятия:** 3.1.2.Сдача контрольного норматива в беге на 500 м -девушки, 1000 - юноши.

**Метод и форма контроля:** Практическая работа (Сравнение с аналогом)

**Вид контроля:** Индивидуальные практические задания с использованием спортивно-технического инвентаря

**Дидактическая единица:** 1.2 основы здорового образа жизни

**Занятие(-я):**

1.1.2.Сдача входного норматива по прыжкам с места.

2.1.1.Легкий бег, ОРУ. Совершенствование техники игры в волейбол. ОФП.

2.1.2.Итоговое занятие. Передача и прием мяча сверху через сетку (количество раз).

2.2.1.Легкий бег, ОРУ. Совершенствование техники игры в баскетбол. ОФП.

2.2.2.Сдача контрольных нормативов по баскетболу: выполнение штрафных бросков 10 повторений.

3.1.1.Совершенствование техники экономичного бега по дистанции.

**Задание №1**

Перечислить виды, относящиеся к средним и длинным дистанциям.

<i>Оценка</i>	<i>Показатели оценки</i>
3	Пересчислено не менее 2-х дистанций
4	Пересчислено не менее 4-х дистанций
5	Пересчислено не менее 6-ти дистанций

**Дидактическая единица:** 2.1 использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

**Занятие(-я):**

2.2.2.Сдача контрольных нормативов по баскетболу: выполнение штрафных бросков 10 повторений.

3.1.1.Совершенствование техники экономичного бега по дистанции.

**Задание №1**

Сдача контрольного норматива: бег 500 м -девушки, 1000 м - юноши.

<i>Оценка</i>	<i>Показатели оценки</i>
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.
---	--------------------------------------

## 2.5 Текущий контроль (ТК) № 5

**Тема занятия:** 3.2.2.Сдача контрольных нормативов по метанию малого мяча.

**Метод и форма контроля:** Практическая работа (Сравнение с аналогом)

**Вид контроля:** Индивидуальные практические задания с использованием спортивно-технического инвентаря

**Дидактическая единица:** 1.1 о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

**Занятие(-я):**

2.2.2.Сдача контрольных нормативов по баскетболу: выполнение штрафных бросков 10 повторений.

3.1.1.Совершенствование техники экономичного бега по дистанции.

3.1.2.Сдача контрольного норматива в беге на 500 м -девушки, 1000 - юноши.

3.2.1.Совершенствование техники держания и выбрасывания снаряда.

### Задание №1

Перечислить варианты техники выполнения разбега и отведения гранаты (мяча)

Возможные варианты ответа:

Применяются несколько вариантов выполнения бросковых шагов и способов отведения снаряда. Рассмотрим их.

**1 вариант:** метание с 4 бросковых шагов с отведением гранаты (мяча) на 2 шага способом «прямо —назад»

**2 вариант:** метание с 4 бросковых шагов с отведением снаряда на 2 шага способом «дугой вверх—назад»

**3 вариант:** метание с 4 бросковых шагов с отведением снаряда на 2 шага способом «вперед —вниз —назад»

**4 вариант:** метание с 5 бросковых шагов с отведением мяча на 3 шага способом «вперед —вниз —назад».

<i>Оценка</i>	<i>Показатели оценки</i>
3	Перечислено не менее 2-х вариантов метания
4	Перечислено не менее 3-х вариантов метания
5	Перечислено не менее 4-х вариантов метания

**Дидактическая единица:** 2.1 использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

**Занятие(-я):**

3.1.2.Сдача контрольного норматива в беге на 500 м -девушки, 1000 - юноши.

3.2.1.Совершенствование техники держания и выбрасывания снаряда.

**Задание №1**

Сдача контрольных нормативов по метанию малого мяча.

<i>Оценка</i>	<i>Показатели оценки</i>
3	Юноши 35 м. Девушки 21 м.
4	Юноши 38 м. Девушки 23 м.
5	Юноши 40 м. Девушки 25 м.

**2.6 Текущий контроль (ТК) № 6**

**Тема занятия:** 4.1.1.Итоговое занятие, удары по мячу в створ ворот разученными способами.

**Метод и форма контроля:** Практическая работа (Опрос)

**Вид контроля:** Индивидуальные практические задания с использованием спортивно-технического инвентаря

**Дидактическая единица:** 1.2 основы здорового образа жизни

**Занятие(-я):**

3.1.2.Сдача контрольного норматива в беге на 500 м -девушки, 1000 - юноши.

3.2.1.Совершенствование техники держания и выбрасывания снаряда.

3.2.2.Сдача контрольных нормативов по метанию малого мяча.

**Задание №1**

Перечислить удары мяча ногой и продемонстрировать их выполнение.

<i>Оценка</i>	<i>Показатели оценки</i>
3	Перечислено и выполнено не менее 3-х способов ударов ногой по мячу.
4	Перечислено и выполнено не менее 4-х способов ударов ногой по мячу
5	Перечислено и выполнено не менее 6-ти способов ударов ногой по мячу

**Дидактическая единица:** 2.1 использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

**Занятие(-я):**

3.2.2.Сдача контрольных нормативов по метанию малого мяча.

### **Задание №1**

Продемонстрировать удары по мячу в створ ворот разученными способами (мяч пересек линию ворот между штангами и перекладиной полностью по воздуху) с расстояния 9 м.

<i>Оценка</i>	<i>Показатели оценки</i>
3	Юноши не менее 2-х правильно выполненных ударов в створ ворот.
4	Юноши не менее 3-х правильно выполненных ударов в створ ворот.
5	Юноши не менее 5-ти правильно выполненных ударов в створ ворот.

### **2.7 Текущий контроль (ТК) № 7**

**Тема занятия:** 4.2.2.Зачетное занятие по баскетболу: выполнение штрафных бросков с разных точек штрафной линии, передача мяча от груди на время.

**Метод и форма контроля:** Практическая работа (Сравнение с аналогом)

**Вид контроля:** Индивидуальные практические задания с использованием спортивно-технического инвентаря

**Дидактическая единица:** 1.1 о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

**Занятие(-я):**

3.2.2.Сдача контрольных нормативов по метанию малого мяча.

4.1.1.Итоговое занятие, удары по мячу в створ ворот разученными способами.

4.2.1.Совершенствование техники нападения в баскетболе: проведение «свободной» работы с мячом, выполнение приемов техники в состоянии большого эмоционального возбуждения.

### **Задание №1**

Перечислить способы обманных движений (финтов)

<i>Оценка</i>	<i>Показатели оценки</i>
3	Перечислено не менее 3-х способов финтов
4	Перечислено не менее 4-х способов финтов
5	Перечислено не менее 6-ти способов финтов

**Дидактическая единица:** 1.2 основы здорового образа жизни

**Занятие(-я):**

- 4.1.1.Итоговое занятие, удары по мячу в створ ворот разученными способами.  
 4.2.1.Совершенствование техники нападения в баскетболе: проведение «свободной» работы с мячом, выполнение приемов техники в состоянии большого эмоционального возбуждения.

**Задание №1**

Перечислить и дать характеристику составляющих здорового образа жизни

<i>Оценка</i>	<i>Показатели оценки</i>
3	указаны 1-2 составляющие ЗОЖ
4	указаны 2-4 составляющие ЗОЖ, дана характеристика
5	указаны 5 и более составляющих ЗОЖ, дана характеристика

**Дидактическая единица:** 2.1 использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

**Занятие(-я):**

- 4.1.1.Итоговое занятие, удары по мячу в створ ворот разученными способами.  
 4.2.1.Совершенствование техники нападения в баскетболе: проведение «свободной» работы с мячом, выполнение приемов техники в состоянии большого эмоционального возбуждения.

**Задание №1**

Продемонстрировать передачу мяча от груди на время (10 секунд)

<i>Оценка</i>	<i>Показатели оценки</i>
3	Юноши: выполнено не менее 5-ти передач Девушки: выполнено не менее 4-х передач
4	Юноши: выполнено не менее 6-ти передач Девушки: выполнено не менее 5-ти передач
5	Юноши: выполнено не менее 8-ми передач Девушки: выполнено не менее 6-ти передач

**2.8 Текущий контроль (ТК) № 8**

**Тема занятия:** 5.1.2.Зачетное занятие по технике эстафетного бега: прием, передача на максимальной скорости, финиширование на максимальной скорости разными способами.

**Метод и форма контроля:** Практическая работа (Сравнение с аналогом)

**Вид контроля:** Индивидуальные практические задания с использованием спортивно-технического инвентаря

**Дидактическая единица:** 1.2 основы здорового образа жизни

**Занятие(-я):**

4.2.2.Зачетное занятие по баскетболу: выполнение штрафных бросков с разных точек штрафной линии, передача мяча от груди на время.

4.3.1.Совершенствование технических приемов волейбола и техники подач мяча.

4.3.2.Зачет по совершенствованию технических приемов волейбола: прием-передача мяча через сетку на точность, выполнение нападающего удара, подача мяча по зонам.

4.4.1.Совершенствование подачи мяча : слева с низким подбросом, слева быстрых длинных мячей с верхним вращением, слева быстрых мячей с нижним вращением.

4.4.2.Зачетное занятие по теннису. Испытание на ловкость и чувство мяча.

Набивание мяча (жонглирование) ракеткой стоя на месте и в движении не менее 30 сек.(с одной попытки) и не менее 1 минуты (с одной попытки).

5.1.1.Совершенствование техники финиширования при беге с эстафетной палочкой.

**Задание №1**

Перечислить способы передачи эстафетной палочки и дать им краткую характеристику.

<i>Оценка</i>	<i>Показатели оценки</i>
3	Указал 1 способ передачи эстафетной палочки и дал краткую характеристику.
4	Указал 2 способа передачи эстафетной палочки и дал краткую характеристику только 1 способу.
5	Перечисл 2 способа передачи эстафетной палочки и дал краткую характеристику обоим способам.

**Дидактическая единица:** 2.1 использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

**Занятие(-я):**

4.2.2.Зачетное занятие по баскетболу: выполнение штрафных бросков с разных точек штрафной линии, передача мяча от груди на время.

4.3.1.Совершенствование технических приемов волейбола и техники подач мяча.

4.3.2.Зачет по совершенствованию технических приемов волейбола: прием-передача мяча через сетку на точность, выполнение нападающего удара, подача мяча по зонам.

4.4.1.Совершенствование подачи мяча : слева с низким подбросом, слева быстрых длинных мячей с верхним вращением, слева быстрых мячей с нижним вращением.

4.4.2.Зачетное занятие по теннису. Испытание на ловкость и чувство мяча.

Набивание мяча (жонглирование) ракеткой стоя на месте и в движении не менее 30 сек.(с одной попытки) и не менее 1 минуты (с одной попытки).

5.1.1.Совершенствование техники финиширования при беге с эстафетной палочкой.

**Задание №1**

Демонстрация техники эстафетного бега: прием, передача на максимальной скорости, финиширования на максимальной скорости разными способами

<i>Оценка</i>	<i>Показатели оценки</i>
3	Бег эстафеты 4x100 юноши: 57 сек.
4	Бег эстафеты 4x100 юноши: 55 сек.
5	Бег эстафеты 4x100 юноши: 53 сек.

## **2.9 Текущий контроль (ТК) № 9**

**Тема занятия:** 5.1.4.Сдача контрольного норматива: бег на 100 м на время.

**Метод и форма контроля:** Практическая работа (Сравнение с аналогом)

**Вид контроля:** Индивидуальные практические задания с использованием спортивно-технического инвентаря

**Дидактическая единица:** 1.2 основы здорового образа жизни

**Занятие(-я):**

5.1.2.Зачетное занятие по технике эстафетного бега: прием, передача на максимальной скорости, финиширование на максимальной скорости разными способами.

5.1.3.Совершенствование техники финиширования

**Задание №1**

Перечислить короткие дистанции, которые включены в программу Олимпийских игр

<i>Оценка</i>	<i>Показатели оценки</i>
3	Перечислено не менее 2-х дистанций
4	Перечислено не менее 4-х дистанций
5	Перечислено не менее 6-ти дистанций

**Дидактическая единица:** 2.1 использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

**Занятие(-я):**

5.1.2.Зачетное занятие по технике эстафетного бега: прием, передача на максимальной скорости, финиширование на максимальной скорости разными способами.

5.1.3.Совершенствование техники финиширования

## Задание №1

Сдача контрольного норматива: бег на 100 м на время

<i>Оценка</i>	<i>Показатели оценки</i>
3	Юноши 14,8 сек. Девушки 17,6 сек.
4	Юноши 14,5 сек. Девушки 17,0 сек.
5	Юноши 13,4 сек. Девушки 16,1 сек.

## 2.10 Текущий контроль (ТК) № 10

**Тема занятия:** 6.1.2.Итоговое занятие. Передача мяча через сетку двумя руками снизу.

**Метод и форма контроля:** Практическая работа (Сравнение с аналогом)

**Вид контроля:** Индивидуальные практические задания с использованием спортивно-технического инвентаря

**Дидактическая единица:** 1.1 о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

**Занятие(-я):**

4.2.2.Зачетное занятие по баскетболу: выполнение штрафных бросков с разных точек штрафной линии, передача мяча от груди на время.

4.3.1.Совершенствование технических приемов волейбола и техники подач мяча.

4.3.2.Зачет по совершенствованию технических приемов волейбола: прием-передача мяча через сетку на точность, выполнение нападающего удара, подача мяча по зонам.

5.1.3.Совершенствование техники финиширования

5.1.4.Сдача контрольного норматива: бег на 100 м на время.

6.1.1.Учебная игра волейбол.

## Задание №1

Перечислить способы подачи мяча: сверху, снизу, сбоку.

<i>Оценка</i>	<i>Показатели оценки</i>
3	Перечислено не менее 3-х способов подач
4	Перечислено не менее 5-ти способов подач
5	Перечислено не менее 6-ти способов подач

**Дидактическая единица:** 2.1 использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и

профессиональных целей;

**Занятие(-я):**

5.1.4. Сдача контрольного норматива: бег на 100 м на время.

6.1.1. Учебная игра волейбол.

**Задание №1**

Демонстрация передачи мяча через сетку двумя руками снизу

<i>Оценка</i>	<i>Показатели оценки</i>
3	Юноши: выполнить не менее 10 передач через сетку Девушки: выполнить не менее 5 передач через сетку
4	Юноши: выполнить не менее 12 передач через сетку Девушки: выполнить не менее 7 передач через сетку
5	Юноши: выполнить не менее 15 передач через сетку Девушки: выполнить не менее 8 передач через сетку

### 3. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДИСЦИПЛИНЫ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЙ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

№ семестра	Вид промежуточной аттестации
2	Зачет

**Зачет может быть выставлен автоматически по результатам текущих контролей**

Текущий контроль №1

Текущий контроль №2

Текущий контроль №3

Текущий контроль №4

**Метод и форма контроля:** Практическая работа (Опрос)

**Вид контроля:** по выбору выполнить два задания

**Дидактическая единица для контроля:**

1.1 о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

**Задание №1 (из текущего контроля)**

Дать схему правильного расположения игроков на спортивной площадке по зонам при игре в волейбол.

<i>Оценка</i>	<i>Показатели оценки</i>
3	Перечислено не менее 2-х зон расположения игроков
4	Перечислено не менее 4-х зон расположения игроков
5	Перечислено не менее 6-ти зон расположения игроков

**Дидактическая единица для контроля:**

1.2 основы здорового образа жизни

**Задание №1 (из текущего контроля)**

Перечислить фазы техники прыжка с места.

Образец ответа:

- подготовку к отталкиванию
- отталкивание
- полет
- приземление

<i>Оценка</i>	<i>Показатели оценки</i>
3	Перечислено не менее 2-х фаз
4	Перечислено не менее 3-х фаз
5	Перечислено не менее 4-х фаз

**Дидактическая единица для контроля:**

2.1 использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

**Задание №1 (из текущего контроля)**

Прыжки в длину с места на технику.

<i>Оценка</i>	<i>Показатели оценки</i>
5	Юноши 215 см. Девушки 165 см.
4	Юноши 210 см Девушки 145 см
3	Юноши 205 см Девушки 140 см

<b>№ семестра</b>	<b>Вид промежуточной аттестации</b>
4	Зачет

**Зачет может быть выставлен автоматически по результатам текущих контролей**

Текущий контроль №5

Текущий контроль №6

Текущий контроль №7

**Метод и форма контроля:** Практическая работа (Опрос)

**Вид контроля:** по выбору выполнить два задания

**Дидактическая единица для контроля:**

1.1 о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

**Задание №1 (из текущего контроля)**

Перечислить варианты техники выполнения разбега и отведения гранаты (мяча)

Возможные варианты ответа:

Применяются несколько вариантов выполнения бросковых шагов и способов отведения снаряда. Рассмотрим их.

**1 вариант:** метание с 4 бросковых шагов с отведением гранаты (мяча) на 2 шага способом «прямо —назад»

**2 вариант:** метание с 4 бросковых шагов с отведением снаряда на 2 шага способом «дугой вверх—назад»

**3 вариант:** метание с 4 бросковых шагов с отведением снаряда на 2 шага способом «вперед —вниз —назад»

**4 вариант:** метание с 5 бросковых шагов с отведением мяча на 3 шага способом «вперед —вниз —назад».

<i>Оценка</i>	<i>Показатели оценки</i>
3	Перечислено не менее 2-х вариантов метания
4	Перечислено не менее 3-х вариантов метания
5	Перечислено не менее 4-х вариантов метания

**Дидактическая единица для контроля:**

1.2 основы здорового образа жизни

**Задание №1 (из текущего контроля)**

Перечислить удары мяча ногой и продемонстрировать их выполнение.

<i>Оценка</i>	<i>Показатели оценки</i>
3	Перечислено и выполнено не менее 3-х способов ударов ногой по мячу.
4	Перечислено и выполнено не менее 4-х способов ударов ногой по мячу
5	Перечислено и выполнено не менее 6-ти способов ударов ногой по мячу

**Дидактическая единица для контроля:**

2.1 использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

**Задание №1 (из текущего контроля)**

Сдача контрольных нормативов по метаниям малого мяча.

<i>Оценка</i>	<i>Показатели оценки</i>
3	Юноши 35 м. Девушки 21 м.
4	Юноши 38 м. Девушки 23 м.

5	Юноши 40 м. Девушки 25 м.
---	------------------------------

<b>№ семестра</b>	<b>Вид промежуточной аттестации</b>
5	Зачет

<b>Зачет может быть выставлен автоматически по результатам текущих контролей</b>
Текущий контроль №8

**Метод и форма контроля:** Практическая работа (Опрос)

**Вид контроля:** по выбору выполнить два задания

**Дидактическая единица для контроля:**

1.2 основы здорового образа жизни

**Задание №1 (из текущего контроля)**

Перечислить способы передачи эстафетной палочки и дать им краткую характеристику.

<i>Оценка</i>	<i>Показатели оценки</i>
3	Указал 1 способ передачи эстафетной палочки и дал краткую характеристику.
4	Указал 2 способа передачи эстафетной палочки и дал краткую характеристику только 1 способу.
5	Перечисл 2 способа передачи эстафетной палочки и дал краткую характеристику обоим способам.

**Дидактическая единица для контроля:**

2.1 использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

**Задание №1 (из текущего контроля)**

Демонстрация техники эстафетного бега: прием, передача на максимальной скорости, финиширования на максимальной скорости разными способами

<i>Оценка</i>	<i>Показатели оценки</i>
3	Бег эстафеты 4x100 юноши: 57 сек.
4	Бег эстафеты 4x100 юноши: 55 сек.
5	Бег эстафеты 4x100 юноши: 53 сек.

<b>№ семестра</b>	<b>Вид промежуточной аттестации</b>
7	Дифференцированный зачет

<b>Дифференцированный зачет может быть выставлен автоматически по результатам текущих контролей</b>
Текущий контроль №9
Текущий контроль №10

**Метод и форма контроля:** Практическая работа (Опрос)

**Вид контроля:** по выбору выполнить два задания

**Дидактическая единица для контроля:**

1.1 о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;

**Задание №1 (из текущего контроля)**

Перечислить способы подачи мяча: сверху, снизу, сбоку.

<i>Оценка</i>	<i>Показатели оценки</i>
3	Перечислено не менее 3-х способов подач
4	Перечислено не менее 5-ти способов подач
5	Перечислено не менее 6-ти способов подач

**Дидактическая единица для контроля:**

1.2 основы здорового образа жизни

**Задание №1 (из текущего контроля)**

Перечислить короткие дистанции, которые включены в программу Олимпийских игр

<i>Оценка</i>	<i>Показатели оценки</i>
3	Перечислено не менее 2-х дистанций
4	Перечислено не менее 4-х дистанций
5	Перечислено не менее 6-ти дистанций

**Дидактическая единица для контроля:**

2.1 использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;

**Задание №1 (из текущего контроля)**

Демонстрация передачи мяча через сетку двумя руками снизу

<i>Оценка</i>	<i>Показатели оценки</i>
3	Юноши: выполнить не менее 10 передач через сетку Девушки: выполнить не менее 5 передач через сетку
4	Юноши: выполнить не менее 12 передач через сетку Девушки: выполнить не менее 7 передач через сетку
5	Юноши: выполнить не менее 15 передач через сетку Девушки: выполнить не менее 8 передач через сетку