

**Контрольно-оценочные средства для проведения текущего
контроля**
по СГ.04 Физическая культура
(2 курс, 3 семестр 2025-2026 уч. г.)

Текущий контроль №1 (45 минут)

Форма контроля: Практическая работа (Сравнение с аналогом)

Описательная часть: Практические задания с использованием спортивного инвентаря

Задание №1 (15 минут)

Перечислите правила техники безопасности при занятиях физической культурой.

| Оценка | Показатели оценки |
|--------|--|
| 5 | Рассказаны все правила техники безопасности. |
| 4 | Рассказано 8-мь правил техники безопасности. |
| 3 | Рассказано 4-е правила техники безопасности. |

Задание №2 (15 минут)

Продемонстрировать виды беговых упражнений.

| Оценка | Показатели оценки |
|--------|---|
| 5 | Продемонстрировано 8-мь беговых упражнений. |
| 4 | Продемонстрировано 6-ть беговых упражнений. |
| 3 | Продемонстрировано 4-е беговых упражнения. |

Задание №3 (15 минут)

Продемонстрировать комплекс подводящих упражнений для выполнения высокого старта.

| Оценка | Показатели оценки |
|--------|--|
| 5 | Продемонстрировано 6-ть подводящих упражнений. |
| 4 | Продемонстрировано 4-е подводящих упражнений. |
| 3 | Продемонстрировано 2 подводящих упражнений. |

Текущий контроль №2 (20 минут)

Форма контроля: Практическая работа (Сравнение с аналогом)

Описательная часть:

Задание №1 (20 минут)

Продемонстрировать комплекс подводящих упражнений в беге на короткие дистанции.

| Оценка | Показатели оценки |
|--------|--|
| 5 | Продемонстрировано 8-ть упражнений из комплекса. |
| 4 | Продемонстрировано 6-ть упражнений из комплекса. |
| 3 | Продемонстрировано 4-е упражнений из комплекса. |

Текущий контроль №3 (45 минут)

Форма контроля: Практическая работа (Информационно-аналитический)

Описательная часть: Практические задания с использованием спортивного инвентаря.

Задание №1 (5 минут)

Ответить на вопросы по правилам техники безопасности на занятиях по физической культуре.

| Оценка | Показатели оценки |
|--------|---|
| 5 | Рассказано 15-ть правил техники безопасности. |
| 4 | Рассказано 10-ть правил техники безопасности. |
| 3 | Рассказано 6-ть правил техники безопасности. |

Задание №2 (10 минут)

Выполнить контрольный норматив в дистанции на 100м.

| Оценка | Показатели оценки |
|--------|---|
| 5 | Юноши- 13.00 сек. Девушки- 16.5 сек. |
| 4 | Юноши- 14.2 сек. Девушки- 17.5 сек. |
| 3 | Юноши- 15.00 сек. Девушки- 18.0 сек. |

Задание №3 (10 минут)

Продемонстрировать комплекс подводящих упражнений для бега на длинные дистанции.

| Оценка | Показатели оценки |
|--------|--|
| 5 | Продемонстрировано 6-ть подводящих упражнений. |
| 4 | Продемонстрировано 4-е подводящих упражнений. |
| 3 | Продемонстрировано 2 подводящих упражнения. |

Задание №4 (10 минут)

Выполнить контрольный норматив в беге на 100м.

| Оценка | Показатели оценки |
|--------|--|
| 5 | Юноши- 13.00 сек. Девушки- 17.00 сек. |
| 4 | Юноши- 14.01 сек. Девушки- 17.04 сек. |
| 3 | Юноши- 15.02 сек. Девушки- 18.00 сек. |

Задание №5 (10 минут)

Выполнить контрольный норматив в беге на 1000м, 500м.

| Оценка | Показатели оценки |
|--------|--|
| 5 | Юноши- 3.30 мин. Девушки- 1.55 мин. |
| 4 | Юноши- 4.10 мин. Девушки- 2.08 мин. |
| 3 | Юноши- 3.58 мин. Девушки- 2.18 мин. |

Текущий контроль №4 (45 минут)

Форма контроля: Практическая работа (Сравнение с аналогом)

Описательная часть: Практические задания с использованием спортивного инвентаря.

Задание №1 (20 минут)

Продемонстрировать комплекс подводящих упражнений для метания гранаты.

| Оценка | Показатели оценки |
|--------|--|
| 5 | Продемонстрировано 8-ть подводящих упражнений. |
| 4 | Продемонстрировано 6-ть подводящих упражнений. |
| 3 | Продемонстрировано 4-е подводящих упражнений. |

Задание №2 (25 минут)

Выполнить контрольный норматив по метанию гранаты.

| Оценка | Показатели оценки |
|--------|--------------------------------|
| 5 | Юноши- 35 м. Девушки- 20 м. |
| 4 | Юноши- 30 м. Девушки- 15 м. |
| 3 | Юноши- 25 м. Девушки- 10 м. |