

**Контрольно-оценочные средства для проведения текущего
контроля**

**по СГ.04 Физическая культура
(3 курс, 6 семестр 2026-2027 уч. г.)**

Текущий контроль №1 (40 минут)

Форма контроля: Практическая работа (Сравнение с аналогом)

Описательная часть: Практические задания с использованием спортивно-технического инвентаря

Задание №1 (15 минут)

Продemonстрируйте комплекс подводящих упражнений для блокирования мяча.

Оценка	Показатели оценки
5	Продemonстрировано 6 упражнений.
4	Продemonстрировано 4 упражнения.
3	Продemonстрировано 2 упражнения.

Задание №2 (25 минут)

Выполните контрольный норматив по технике блокирование мяча.

Оценка	Показатели оценки
5	Заблокировано 6 мячей.
4	Заблокировано 4 мяча.
3	Заблокировано 2 мяча.

Текущий контроль №2 (45 минут)

Форма контроля: Практическая работа (Сравнение с аналогом)

Описательная часть: Практические задания с использованием спортивно-технического инвентаря

Задание №1 (15 минут)

Перечислите требования безопасности при занятиях ОФП.

Оценка	Показатели оценки
5	Перечислено 15 требований.
4	Перечислено 10 требований.
3	Перечислено 6 требований.

Задание №2 (15 минут)

Продemonстрируйте комплекс подводящих упражнений для подтягивания.

Оценка	Показатели оценки
5	Продemonстрировано 8 упражнений из комплекса.
4	Продemonстрировано 6 упражнений из комплекса.
3	Продemonстрировано 4 упражнения из комплекса.

Задание №3 (15 минут)

Выполните контрольный норматив по технике подтягивания на перекладине.

Оценка	Показатели оценки
5	Юноши-15 раз. Девушки- 6 раз.
4	Юноши-10 раз. Девушки- 4 раз.
3	Юноши-8 раз. Девушки- 2 раз.

Текущий контроль №3 (45 минут)

Форма контроля: Практическая работа (Сравнение с аналогом)

Описательная часть: Практические задания с использованием спортивно-технического инвентаря

Задание №1 (30 минут)

Продemonстрируйте комплекс подводящих упражнений при отжимании.

Оценка	Показатели оценки
5	Продemonстрировано 8 упражнений из комплекса.
4	Продemonстрировано 6 упражнений из комплекса.
3	Продemonстрировано 4 упражнения из комплекса.

Задание №2 (15 минут)

Выполните контрольный норматив по технике отжимание.

Оценка	Показатели оценки
5	Юноши- 35 раз. Девушки- 20 раз.

4	Юноши- 30 раз. Девушки- 15 раз.
3	Юноши- 25 раз. Девушки- 10 раз.

Текущий контроль №4 (45 минут)

Форма контроля: Практическая работа (Сравнение с аналогом)

Описательная часть: Практические задания с использованием спортивно-технического инвентаря

Задание №1 (25 минут)

Продemonстрируйте комплекс подводящих упражнений для подъема гири.

Оценка	Показатели оценки
5	Продemonстрировано 8 упражнений из комплекса.
4	Продemonстрировано 6 упражнений из комплекса.
3	Продemonстрировано 4 упражнения из комплекса.

Задание №2 (20 минут)

Выполните контрольный норматив по технике подъема гири.

Оценка	Показатели оценки
5	Юноши- 30 раз. Девушки- 25 раз.
4	Юноши- 25 раз. Девушки- 15 раз.
3	Юноши- 20 раз. Девушки- 10 раз.

Текущий контроль №5 (45 минут)

Форма контроля: Практическая работа (Сравнение с аналогом)

Описательная часть: Практические задания с использованием спортивно-технического инвентаря

Задание №1 (20 минут)

Продemonстрируйте комплекс подводящих упражнений для прыжков через скакалку.

--

Оценка	Показатели оценки
5	Продemonстрировано 6 подводящих упражнений.
4	Продemonстрировано 4 подводящих упражнения.
3	Продemonстрировано 2 подводящих упражнения.

Задание №2 (10 минут)

Ответьте на вопросы по правилам безопасности при прыжках.

Оценка	Показатели оценки
5	Отвечено на 6 вопросов из 10.
4	Отвечено на 4 вопроса из 10.
3	Отвечено на 2 вопроса из 10.

Задание №3 (15 минут)

Выполните контрольный норматив по технике прыжков через скакалку.

Оценка	Показатели оценки
5	Юноши- 75 раз. Девушки- 65 раз.
4	Юноши- 65 раз. Девушки- 55 раз.
3	Юноши- 55 раз. Девушки- 45 раз.