Контрольно-оценочные средства для проведения текущего контроля
по ОГСЭ.05 Физическая культура
(2 курс, 3 семестр 2026-2027 уч. г.)

Текущий контроль №1 (45 минут)

Форма контроля: Практическая работа (Сравнение с аналогом)
Описательная часть: Практические задания с использованием спортивного инвентаря
Задание №1 (10 минут)

Перечислить правила техники безопасности при занятиях физической культурой.

Оценка	Показатели оценки
5	Перечислены все правила техники безопасности.
4	Перечислено 8-мь правил техники безопасности.
3	Перечислено 4-е правила техники безопасности.

Задание №2 (10 минут)

Расписать все виды беговых дистанций.

Оценка	Показатели оценки
5	Расписанно 18 беговых дистанций.
4	Расписанно 12 беговых дистанций.
3	Расписанно 8 беговых дистанций.

Задание №3 (10 минут)

Перечислить правила техники высокого старта

Оценка	Показатели оценки
5	Перечислены все правила техники высокого старта.
4	Перечислено 8-мь правил техники высокого старта.
3	Перечислено 8-мь правил техники высокого старта.

Задание №4 (5 минут)

Выписать технику безопасности при занятиях физической культуры.

Оценка	Показатели оценки
5	Выписана вся техника безопасности при занятиях физической культуры.
4	Выписанно 5-ть техник безопасности при занятиях физической культуры.
3	Выписанно 2-е техники безопасности при занятиях физической культуры.

Задание №5 (10 минут)

Продемострировать комплекс беговых упражнений.

Оценка	Показатели оценки
5	Продемострированно 8-мь упражнений.
4	Продемострированно 6-ть упражнений.
3	Продемострированно 4-е упражнения.

Текущий контроль №2 (45 минут)

Форма контроля: Практическая работа (Сравнение с аналогом)
Описательная часть: Практические задания с использованием спортивного инвентаря
Задание №1 (10 минут)

Перечислить технику бега на короткие дистанции.

Оценка	Показатели оценки
5	Написанна вся техника бега на короткие дистанции.
4	Написанно 4 техники бега накороткие дистанции.
3	Написанно 2 техники бега накороткие дистанции.

Задание №2 (10 минут)

Продемонстрировать технику бега на длиные дистанции.

Оценка	Показатели оценки
5	Продемонстрированно 6 техник бега на длиные дистанции.
4	Продемонстрированно 4- е техники бега на длиные дистанции.
3	Продемонстрирован 1 техника бега на длиные дистанции.

Задание №3 (10 минут)

Сдача контрольного норматива в беге на 100м.

Оценка	Показатели оценки
5	Юноши- 13.0 сек. Девушки- 17.0 сек.
4	Юноши- 14.2 сек. Девушки- 17.5 сек.
3	Юноши- 15.2 сек. Девушки- 18.0 сек.

Задание №4 (10 минут)

Продемострировать комплекс подводящих упражнений в беге на длинные дистанции.

Оценка	Показатели оценки
5	Продемонстрированно 6 упражнений.
4	Продемонстрированно 4- е упражнения.
3	Продемонстрирован 1 комплес упражнений.

Задание №5 (5 минут)

Выписать технику передачи мяча сверху двумя руками.

Оценка	Показатели оценки
5	Выписана вся техника передачи мяча сверху двумя руками.
4	Выписанно 5-ть техник передачи мяча сверху двумя руками.
3	Выписанно 3 техники передачи мяча сверху двумя руками.