

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

**по БОД.10 Физическая культура
(1 курс, 2 семестр 2025-2026 уч. г.)**

Текущий контроль №1 (35 минут)

Форма контроля: Практическая работа (Опрос)

Описательная часть: Практические задания с использованием спортивного инвентаря

Задание №1 (10 минут)

Перечислить снаряды которые используются в легкой атлетике.

Оценка	Показатели оценки
5	перечислены 5;
4	перечислены 4;
3	перечислены 3.

Задание №2 (25 минут)

Составить комплекс на развитие силы.

Оценка	Показатели оценки
5	комплекс состоит из 12 упражнений;
4	комплекс состоит из 10 упражнений;
3	комплекс состоит из 8 упражнений;

Текущий контроль №2 (30 минут)

Форма контроля: Практическая работа (Опрос)

Описательная часть: Практические задания с использованием спортивного инвентаря

Задание №1 (30 минут)

Сдача контрольного норматива по физической культуре: 100 метров на время.

Оценка	Показатели оценки
5	Юноши- 13.3 Девушки- 17.0
4	Юноши- 14.1 Девушки- 17.4

3	Юноши- 15.0 Девушки- 17.9
---	----------------------------------

Текущий контроль №3 (20 минут)

Форма контроля: Практическая работа (Опрос)

Описательная часть: Практические задания с использованием спортивного инвентаря

Задание №1 (20 минут)

Составить комплекс ОРУ с утяжелительным мячом.

Оценка	Показатели оценки
5	комплекс состоит из 12 упражнений;
4	комплекс состоит из 10 упражнений;
3	комплекс состоит из 8 упражнений.

Текущий контроль №4 (35 минут)

Форма контроля: Практическая работа (Информационно-аналитический)

Описательная часть: Практические задания с использованием спортивного инвентаря

Задание №1 (35 минут)

Составить комплекс упражнений на развитие скоростных способностей.

Оценка	Показатели оценки
5	комплекс состоит из 12 упражнений;
4	комплекс состоит из 10 упражнений;
3	комплекс состоит из 8 упражнений.

Текущий контроль №5 (10 минут)

Форма контроля: Практическая работа (Опрос)

Описательная часть: Практические задания с использованием спортивного инвентаря

Задание №1 (10 минут)

Выполнить максимальное количество отжиманий с широкой постановкой рук.

Оценка	Показатели оценки
5	выполнено 35 раз;
4	выполнено 30 раз;

3	выполнено 25 раз.
---	-------------------