

**Контрольно-оценочные средства для проведения текущего  
контроля  
по ОГСЭ.05 Физическая культура  
(2 курс, 3 семестр 2022-2023 уч. г.)**

**Текущий контроль №1**

**Форма контроля:** Практическая работа (Сравнение с аналогом)

**Описательная часть:** Индивидуальные практические задания с использованием спортивно-технического инвентаря

**Задание №1**

| <del>Сдача контрольного норматива в беге на 500 м - девушки, 1000 - юноши</del> |                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|
| Оценка                                                                          | Показатели оценки                        |
| 3                                                                               | Юноши 4,10 мин.<br><br>Девушки 2,13 мин  |
| 4                                                                               | Юноши 3,40 мин.<br><br>Девушки 2,03 мин. |
| 5                                                                               | Юноши 3,28 мин.<br><br>Девушки 1,50 мин. |

**Задание №2**

| <del>Кроссовая подготовка сдача норматива на 2000м девушки, 3000 м юноши</del> |                                          |
|--------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|
| Оценка                                                                         | Показатели оценки                        |
| 3                                                                              | Юноши 15,20 мин<br><br>Девушки 11,50 мин |
| 4                                                                              | Юноши 14,20 мин<br><br>Девушки 11,20 мин |
| 5                                                                              | Юноши 13,20 мин<br><br>Девушки 10,50 мин |

**Задание №3**

| Сдача контрольных нормативов по баскетболу, Прыжок в длину с места |                   |
|--------------------------------------------------------------------|-------------------|
| Оценка                                                             | Показатели оценки |

#### Задание №4

| Сдача контрольных нормативов по баскетболу, Прыжок в длину с места |                                  |
|--------------------------------------------------------------------|----------------------------------|
| Оценка                                                             | Показатели оценки                |
| 3                                                                  | Юноши 210 см.<br>Девушки 150 см  |
| 4                                                                  | Юноши 215 см.<br>Девушки 155 см. |
| 5                                                                  | Юноши 220 см.<br>Девушки 170 см. |

#### Текущий контроль №2

**Форма контроля:** Практическая работа (Сравнение с аналогом)

**Описательная часть:** Индивидуальные практические задания с использованием спортивно-технического инвентаря

#### Задание №1

| Совершенствование прямой подача сверху по зонам |                   |
|-------------------------------------------------|-------------------|
| Оценка                                          | Показатели оценки |
| 3                                               | Подача в зону 1-5 |
| 4                                               | Подача в зону 4-2 |
| 5                                               | Подача в зону 6-3 |

#### Задание №2

| Сдача контрольных нормативов по прыжкам в длину с разбега |                   |
|-----------------------------------------------------------|-------------------|
| Оценка                                                    | Показатели оценки |

#### Задание №3

| Сдача контрольных нормативов по прыжкам в длину с разбега |                                  |
|-----------------------------------------------------------|----------------------------------|
| Оценка                                                    | Показатели оценки                |
| 3                                                         | Юноши 385 см.<br>Девушки 170 см. |
| 4                                                         | Юноши 395 см.<br>Девушки 275 см. |
| 5                                                         | Юноши 405 см.<br>Девушки 282 см. |

#### Задание №4

| Сдача контрольного норматива в беге на 100 м. |                                     |
|-----------------------------------------------|-------------------------------------|
| Оценка                                        | Показатели оценки                   |
| 3                                             | Юноши 14,8 сек.<br>Девушки 17,7 сек |
| 4                                             | Юноши 14,5 сек.<br>Девушки 17,1 сек |
| 5                                             | Юноши 13,6сек.<br>Девушки 16,2 сек  |

#### Задание №5

| Сдача комплекса общеразвивающих упражнений без предметов сверху вниз |                           |
|----------------------------------------------------------------------|---------------------------|
| Оценка                                                               | Показатели оценки         |
| 3                                                                    | Демонстрация 3 упражнений |
| 4                                                                    | Демонстрация 5 упражнений |
| 5                                                                    | Демонстрация 7 упражнений |