

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

**по БОД.11 Физическая культура
(2 курс, 3 семестр 2021-2022 уч. г.)**

Текущий контроль №1

Форма контроля: Практическая работа (Сравнение с аналогом)

Описательная часть: индивидуально практические задания с использованием спортивно-технического инвентаря

Задание №1

Сдача норматива - прыжок в длину с места

Оценка	Показатели оценки
3	Юноши:210 Девушки:165
4	Юноши:215 Девушки:175
5	Юноши:230 Девушки:185

Задание №2

Ведение мяча на 20 м (сек)

Оценка	Показатели оценки
--------	-------------------

3	<p>Юноши-9.0</p> <p>Девушки-10.2</p>
4	<p>Юноши-8.6</p> <p>Девушки9.6</p>
5	<p>Юноши-8.2</p> <p>Девушки-9.2</p>

Задание №3

Сдача норматива - тройной прыжок с места

Оценка	Показатели оценки
3	<p>Юноши-600</p> <p>Девушки-480</p>
4	<p>Юноши-620</p> <p>Девушки-510</p>

5	<p>Юноши-640</p> <p>Девушки-525</p>
---	-------------------------------------

Задание №4

Демонстрация техники оттачивания

Оценка	Показатели оценки
3	есть замечания
4	не большие ошибки
5	без замечаний

Задание №5

Сдача норматива - прыжок в длину с разбега

Оценка	Показатели оценки
3	<p>Юноши-350</p> <p>Девушки-280</p>

4	<p>Юноши-380</p> <p>Девушки-320</p>
5	<p>Юноши-410</p> <p>Девушки-360</p>

Текущий контроль №2

Форма контроля: Практическая работа (Сравнение с аналогом)

Описательная часть: индивидуально практические задания с использованием спортивно-технического инвентаря

Задание №1

Выполнение волейбольных подач

Оценка	Показатели оценки
3	3 подачи
4	4 подачи
5	5 подач

Задание №2

Выполнение штрафных бросков

Оценка	Показатели оценки
3	2 попадания
4	4 попадания
5	5 попаданий

Задание №3

Демонстрация подачи мяча в волейболе: верхняя прямая (юноши), нижняя прямая (девушки)

Оценка	Показатели оценки
3	3 подачи
4	5 подач
5	6 подач

Задание №4

Сдача норматива - прыжок в длину с места

Оценка	Показатели оценки
3	Юноши-210 Девушки-140
4	Юноши-220 Девушки-145
5	Юноши-230 Девушки-165

Задание №5

Ведение баскетбольного мяча по трапеции

Оценка	Показатели оценки
3	15 сек
4	20 сек

5	25 сек
---	--------

Текущий контроль №3

Форма контроля: Практическая работа (Сравнение с аналогом)

Описательная часть: индивидуально практические задания с использованием спортивно-технического инвентаря

Задание №1

Упражнения на расслабление мышц туловища, рук, ног.

Оценка	Показатели оценки
3	двигательное действие выполнено в основном правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к неуверенному или напряженному выполнению
4	двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая скованность движений.
5	- двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно в надлежащем темпе, легко и четко.

Задание №2

сдача норматива - метание мяча (вес 150г)

Оценка	Показатели оценки
--------	-------------------

3	Юноши-31 Девушки-18
4	Юноши-40 Девушки-23
5	Юноши-45 Девушки-28

Задание №3

Сдача норматива - набивание теннисного шарика ракеткой

Оценка	Показатели оценки
3	Юноши-15 Девушки-10
4	Юноши-20 Девушки-15

5	<p>Юноши-25</p> <p>Девушки-20</p>
---	-----------------------------------

Задание №4

техника верхней прямой подачи, верхней боковой подачи мяча

Оценка	Показатели оценки
3	двигательное действие выполнено в основном правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к неуверенному или напряженному выполнению
4	двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая скованность движений.
5	двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно в надлежащем темпе, легко и четко

Задание №5

Контрольный норматив по волейболу- техника блокирования мяча

Оценка	Показатели оценки

3	двигательное действие выполнено в основном правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к неуверенному или напряженному выполнению
4	двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая скованность движений.
5	двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно в надлежащем темпе, легко и четко