

**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

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

Задание №2

Кроссовая подготовка сдача норматива на 2000м девушки, 3000 м юноши.	
Оценка	Показатели оценки
3	Юноши 15,20 мин. Девушки 11,50 мин.
4	Юноши 14,20 мин. Девушки 11,20 мин.
5	Юноши 13,20 мин. Девушки 10,50 мин.

Задание №3

Сдача контрольных нормативов по баскетболу, Прыжок в длину с места.

Оценка	Показатели оценки
3	Юноши 210 см. Девушки 150 см.
4	Юноши 215 см. Девушки 155 см.
5	Юноши 220 см. 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

Сдача контрольных нормативов по прыжкам в длину с разбега.

Оценка	Показатели оценки
3	Юноши 385 см. Девушки 170 см.
4	Юноши 395 см. Девушки 275 см.
5	Юноши 405 см. Девушки 282 см.

Задание №2

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 №3

Сдача контрольного норматива в беге на 100 м.

Оценка	Показатели оценки
3	Юноши 14,8 сек. Девушки 17,7 сек.
4	Юноши 14,5 сек. Девушки 17,1 сек.
5	Юноши 13,6сек. Девушки 16,2 сек.

Задание №4

Сдача комплекса общеразвивающих упражнений без предметов сверху вниз.

Оценка	Показатели оценки
3	демонстрация 3 упражнений;
4	демонстрация 5 упражнений;
5	демонстрация 7 упражнений;