

Пояснения к вариантам контрольных измерительных материалов внутренней системы оценки качества образования в МБОУ СОШ № 5 с. Иглино (годовая диагностика предметных результатов) по физической культуре для 8 класса.

Вариант предназначен для того, чтобы дать представление о структуре будущих контрольных измерительных материалов внутренней системы оценки качества образования по физической культуре для 8 класса, количестве заданий, об их форме и уровне сложности.

Мониторинг предметных результатов проводится в соответствии с «Положением о внутренней системе оценки качества образования в МБОУ СОШ № 5 с. Иглино», «Положением о формах, периодичности, порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся в МБОУ СОШ № 5 с. Иглино»

1. Назначение диагностической работы

Работа предназначена для проведения процедуры текущей диагностики индивидуальной общеобразовательной физической подготовки обучающихся по предмету «Физическая культура» в 8 классах. Объект оценивания: уровень физической подготовленности учащихся на момент принятия контрольных нормативов, повторение изученного в предыдущем классе. Вид работы: выполнение контрольных нормативов по определению уровня физической подготовленности.

2. Проверяемые планируемые результаты.

Умение выполнить контрольный норматив в соответствии с возрастными нормами . Умение выполнять предложенный норматив технически правильно.

В тестировании проверяется учебный материал по физической культуре по следующим разделам:

класс	Контрольные упражнения	ПОКАЗАТЕЛИ					
	Учащиеся	Мальчики			Девочки		
	Оценка	“5”	“4”	“3”	“5”	“4”	“3”
8	Челночный бег 4х9 м, сек	9,6	10,1	10,6	10,0	10,4	11,2
8	Бег 30 м, секунд	4,8	5,1	5,4	5,1	5,6	6,0
8	Бег 1000 м, мин	3,50	4,20	4,50	4,20	4,50	5,15
8	Бег 60 м, секунд	9,0	9,7	10,5	9,7	10,4	10,8
8	Бег 2000 м, мин	9,00	9,45	10,30	10,50	12,30	13,20
8	Прыжки в длину с места	190	180	165	175	165	156
8	Подтягивание на высокой перекладине	10	8	5			
8	Сгибание и разгибание рук в упоре	25	20	15	19	13	9
8	Наклоны вперед из положения сидя	12	8	5	18	15	10
8	Подъем туловища за 1 мин. из положения лежа	48	43	38	38	33	25

8	Прыжок на скакалке, 25 сек, раз	56	54	52	62	60	58
---	---------------------------------	----	----	----	----	----	----

Оценка:

За выполнение каждого практического задания обучающийся получает от 3-5 баллов.

«3 балла» - ученик получает за выполнение задание соответствующее низкому уровню физического развития

двигательного качества (базовый уровень физической подготовки);

«4 балла» - ученик получает за выполнение задание соответствующее среднему уровню физического развития

двигательного качества (повышенный уровень физической подготовки);

«5 баллов» - ученик получает за выполнение задание соответствующее высокому уровню физического развития двигательного качества (высокому уровню физической подготовки);

максимальный балл-25

Нормы оценки	
Отметка	Технически правильное выполнение норматива
«5»	23-25баллов
«4»	22-18 баллов
«3»	17-12 баллов
«2»	Не выполнение норматива, нарушение техники

Качество освоения программы	Уровень достижений	Отметка в балльной шкале
90-100%	высокий	«5»
77-89%	повышенный	«4»
51-76%	базовый	«3»
менее 50%	не достиг базового уровня	«2»

№	Проверяемые умения	
1	Уровень развития координационных качеств	Технически правильно выполненный норматив Набрано необходимое количество баллов
2	Уровень развития силовых качеств	Технически правильно выполненный норматив Набрано необходимое количество баллов
3	Уровень развития гибкости	Технически правильно выполненный норматив Набрано необходимое количество баллов
4	Уровень развития скоростно-силовых качеств	Технически правильно выполненный норматив

		Набрано необходимое количество баллов
5	Уровень развития выносливости	Технически правильно выполненный норматив Набрано необходимое количество баллов

Кроме этого, ШМО учителей разработано тестирование по теоретическому материалу учебного курса для обучающихся имеющих ограничения по учебному курсу по состоянию здоровья.

Демонстрационное теоретическое тестирование по физической культуре

8 класс

1. Раскройте понятие «Физическая культура». Это...
 - а) учебный предмет в школе;
 - б) воспитание физических качеств;
 - в) составная часть культуры человека.
2. Что такое физическое развитие человека?
 - а) Уровень развития, обусловленный регулярными занятиями физической культурой;
 - б) процесс изменения морфофункциональных свойств организма на протяжении индивидуальной жизни;
 - в) совокупность антропометрических показателей и работоспособности.
3. Средство воспитания физических качеств человека:
 - а) физический труд;
 - б) физические упражнения;
 - в) физическое воспитание.
4. Физические упражнения – это...
 - а) сочетание двигательных действий;
 - б) различные формы движений;
 - в) движения, выполняемые на зарядке.
5. Чем характеризуется физическая нагрузка?
 - а) Количеством повторных движений;
 - б) величиной воздействия упражнений на организм;
 - в) самочувствием человека.
6. Назовите раздел школьной учебной программы, где сила развивается лучше.
 - а) Легкая атлетика;
 - б) гимнастика;
 - в) лыжная подготовка.
7. Назовите вид спорта или раздел школьной учебной программы, где быстрота развивается лучше.
 - а) Легкая атлетика;
 - б) волейбол;
 - в) гимнастика.
8. Назовите вид спорта или раздел школьной программы, где выносливость развивается лучше.
 - а) Баскетбол;
 - б) легкая атлетика;
 - в) гимнастика.
9. Назовите вид спорта или раздел школьной программы, где гибкость развивается лучше.
 - а) гимнастика;
 - б) баскетбол;
 - в) легкая атлетика.
10. Назовите вид спорта или раздел школьной программы, где ловкость развивается лучше.
 - а) Лыжная подготовка;
 - б) баскетбол;

- в) гимнастика.
11. Раскройте понятие «Здоровый образ жизни» (ЗОЖ). Это...
- а) способ жизнедеятельности, направленный на развитие двигательных качеств;
 - б) способ поддержания высокой работоспособности;
 - в) способ жизнедеятельности, направленный на сохранение и улучшение здоровья человека.
12. Что определяет техника безопасности?
- а) Навыки занятия физическими упражнениями без травм;
 - б) комплекс мер, направленных на знание правил поведения, оказания доврачебной помощи, самостраховки;
 - в) правильное выполнение упражнений.
13. Выберите правильную последовательность действий по оказанию доврачебной помощи при ушибах мягких тканей.
- а) Холод на место ушиба, покой ушибленной части тела, наложение транспортной шины, обильное теплое питье;
 - б) холод на место ушиба, давящая повязка на область кровоизлияния, покой ушибленной части тела, пострадавшей конечности придают возвышенное положение;
 - в) тепло на место ушиба, давящая повязка на область кровоизлияния, покой ушибленной части тела.
14. Дайте характеристику утомлению. Это...
- а) общее недомогание, повышенная ЧСС;
 - б) временное снижение работоспособности организма;
 - в) слабость, головокружение, усталость.
15. В каком году проводились Олимпийские игры в нашей стране?
- а) В 1926 г.;
 - б) в 1980 г.;
 - в) в 1998 г.
16. Где зажигается факел олимпийского огня современных Игр?
- а) На вершине горы Олимп под эгидой МОК;
 - б) на стадионе в Афинах под эгидой МОК;
 - в) у храма Зевса в Олимпии под эгидой МОК;
17. Первые Олимпийские игры современности проводились в:
- а) 1896 г.;
 - б) 1898 г.;
 - в) 1900 г.
18. Какие виды спорта вошли в программу игр I Олимпиады?
- а) Легкая атлетика, конный спорт, плавание, фехтование, велоспорт, гимнастика, борьба, стрельба, теннис;
 - б) борьба, велоспорт, гимнастика, легкая атлетика, плавание, стрельба, теннис, тяжелая атлетика, фехтование;
 - в) легкая атлетика, фехтование, гребля, стрельба, плавание, борьба, теннис, гимнастика, велоспорт.
19. В каком году и где состоялись I Всемирные юношеские игры?
- а) В 1998 г. в Москве;
 - б) в 1999 г. в Афинах;
 - в) в 2000 г. в Париже.
20. Укажите какой город принимал летние Олимпийские игры в 2008 г.:
- а) Ванкувер;
 - б) Санкт-Петербург;
 - в) Пекин.

