

Приложение №2

к рабочей программе по физической культуре, утв. пр. № 102 от 30.08.2019 г.

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа
имени Талгата Лутфулловича Рахманова с.Верхнеяркеево
муниципального района Илишевский район Республики Башкортостан

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ
им.Т.Рахманова с.Верхнеяркеево



 Шафикова Г.И.
№ пр.116 от «29» августа 2022 г.

Контрольно-измерительные материалы промежуточной аттестации и критерии оценивания

физическая культура

(название курса)

Уровень общего образования (начальное,
основное, среднее)

основное

Класс

6-9

Учитель

Коровкин Ю.В., Сафиуллин Р.А., Давлетшин И.Ф.

2022 г

6 класс
Уровень физической подготовленности учащихся 11 – 15 лет
Мальчики

№ п/п	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)	Воз- раст	Уровень		
				низкий	средний	высокий
1.	Скоростные	Бег 30 м	11	6,3 и выше	6,1 – 5,5	5,0 и ниже
			12	6,0	5,8 – 5,4	4,9
			13	5,9	5,6 – 5,2	4,8
			14	5,8	5,5 – 5,1	4,7
			15	5,5	5,3 – 4,9	4,5
2.	Координационные	Челночный бег 3x10 м	11	9,7 и выше	9,3 – 8,8	8,5 и ниже
			12	9,3	9,0 – 8,6	8,3
			13	9,3	9,0 – 8,6	8,3
			14	9,0	8,7 – 8,3	8,0
			15	8,6	8,4 – 8,0	7,7
3.	Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места	11	140 и ниже	160 - 180	195 и выше
			12	145	165 - 180	200
			13	150	170 - 190	205
			14	160	180 - 195	210
			15	175	190 - 205	220
4.	Гибкость	Наклон вперед из положения сидя	11	2 и ниже	6 - 8	10 и выше
			12	2	6 - 8	10
			13	2	5 - 7	9
			14	3	7 - 9	11
			15	4	8 - 10	12
5.	Силовые	Подтягивание: на высокой перекладине из виса	11	1	4 - 5	6 и выше
			12	1	4 - 6	7
			13	1	5 - 6	8
			14	2	6 – 7	9
			15	3	7 - 8	10

Девочки

№ п/п	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)	Воз- раст	Уровень		
				низкий	средний	высокий
1.	Скоростные	Бег 30 м	11	6,4 и выше	6,3 – 5,7	5,1 и ниже
			12	6,3	6,2 – 5,5	5,0
			13	6,2	6,0 – 5,4	5,0
			14	6,1	5,9 – 5,4	4,9
			15	6,0	5,8- 5,3	4,9
2.	Координационные	Челночный бег 3x10 м	11	10,1 и выше	9,7 – 9,3	8,9 и ниже
			12	10,0	9,6 – 9,1	8,8
			13	10,0	9,5 – 9,0	8,7
			14	9,9	9,4 – 9,0	8,6
			15	9,7	9,3 – 8,8	8,5
3.	Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места	11	130 и ниже	150 - 175	185 и выше
			12	135	155 - 175	190
			13	140	160 - 180	200
			14	145	160 - 180	200

			15	155	165 - 185	205
4.	Гибкость	Наклон вперед из положения сидя	11	4 и ниже	8 - 10	15 и выше
			12	5	9 - 11	16
			13	6	10 - 12	18
			14	7	12 - 14	20
			15	7	12 - 14	20
5.	Силовые	Подтягивание: на низкой перекладине из виса лежа	11	4 и ниже	10 - 14	19 и выше
			12	4	11 - 15	20
			13	5	12 - 15	19
			14	5	13 - 15	17
			15	5	12 - 13	16

**Карта контрольно-оценочной деятельности
6 класс**

№ пп	Тема контроля / форма контроля (зачет)	Время проведения контроля (номер урока по КТП)
1.	Бег 60м	1 четверть – 4урок
2.	Бег 1000м	1 четверть – 5 урок
3.	Метание малого мяча	1 четверть – 8 урок
4.	Эстафетный бег 400м	1 четверть – 10 урок
5.	Броски мяча в корзину после ведения+2 шага за 1 мин	1 четверть – 15 урок
6.	Броски мяча в корзину	1 четверть – 17 урок
7.	Передачи мяча	1 четверть – 18 урок
8.	Подтягивание на перекладине	2 четверть – 20 урок
9.	Передачи мяча сверху над собой	3 четверть – 23 урок
10.	Передачи мяча в парах	3 четверть – 24 урок
11.	Передачи мяча снизу над собой	3 четверть – 26 урок
12.	Прыжки через скакалку	3 четверть – 26 урок
13.	Наклон вперед	2 четверть – 43
14.	Прыжки через козла	2 четверть – 46 урок
15.	5 кувырков вперед	2 четверть – 47 урок
16.	Поднимание туловища за 30 сек	2 четверть – 49 урок
17.	Прыжок в длину с места	3 четверть – 55 урок
18.	Челночный бег 3*10 м	3 четверть – 55 урок
19.	Наклон вперед	4 четверть – 56 урок
20.	Прыжки в высоту	3 четверть – 56 урок
21.	Подтягивание	3 четверть – 58 урок
22.	Бег 30м	4 четверть – 53 урок
23.	Бег 60м	4 четверть – 54 урок
24.	Подтягивание	4 четверть – 59 урок
25.	Челночный бег 4*9 м	3 четверть – 61 урок
26.	Поднимание туловища за 1 мин	3 четверть – 66 урок
27.	Бег 1000м	4 четверть – 57 урок
28.	Эстафетный бег 400м	4 четверть – 60 урок
29.	Проплавание отрезка 25 м	4 четверть – 67 урок

Карта контрольно-оценочной деятельности
7 класс

№ пп	Тема контроля / форма контроля (зачет)	Время проведения контроля (номер урока по КТП)
1.	Бег 60м	1 четверть – 4урок
2.	Бег 1000м	1 четверть – 5 урок
3.	Метание малого мяча	1 четверть – 8 урок
4.	Эстафетный бег 400м	1 четверть – 10 урок
5.	Броски мяча в корзину после ведения+2 шага за 1 мин	1 четверть – 15 урок
6.	Броски мяча в корзину	1 четверть – 17 урок
7.	Передачи мяча	1 четверть – 18 урок
8.	Подтягивание на перекладине	2 четверть – 20 урок
9.	Передачи мяча сверху над собой	3 четверть – 23 урок
10.	Передачи мяча в парах	3 четверть – 24 урок
11.	Передачи мяча снизу над собой	3 четверть – 26 урок
12.	Прыжки через скакалку	3 четверть – 26 урок
13.	Наклон вперед	2 четверть – 43
14.	Прыжки через козла	2 четверть – 46 урок
15.	5 кувырков вперед	2 четверть – 47 урок
16.	Поднимание туловища за 30 сек	2 четверть – 49 урок
17.	Прыжок в длину с места	3 четверть – 55 урок
18.	Челночный бег 3*10 м	3 четверть – 55 урок
19.	Наклон вперед	4 четверть – 56 урок
20.	Прыжки в высоту	3 четверть – 56 урок
21.	Подтягивание	3 четверть – 58 урок
22.	Бег 30м	4 четверть – 53 урок
23.	Бег 60м	4 четверть – 54 урок
24.	Подтягивание	4 четверть – 59 урок
25.	Челночный бег 4*9 м	3 четверть – 61 урок
26.	Поднимание туловища за 1 мин	3 четверть – 66 урок
27.	Бег 1000м	4 четверть – 57 урок
28.	Эстафетный бег 400м	4 четверть – 60 урок
29.	Резкий старт отрезка 25 м	4 четверть – 67 урок

Уровень физической подготовленности учащихся 15-17 лет
Мальчики

№ п/п	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)	Воз-раст	Уровень		
				низкий	средний	высокий
1.	Скоростные	Бег 30 м	11	6,3 и выше	6,1 – 5,5	5,0 и ниже
			12	6,0	5,8 – 5,4	4,9
			13	5,9	5,6 – 5,2	4,8
			14	5,8	5,5 – 5,1	4,7
			15	5,5	5,3 – 4,9	4,5
2.	Координационные	Челночный бег 3x10 м	11	9,7 и выше	9,3 – 8,8	8,5 и ниже
			12	9,3	9,0 – 8,6	8,3
			13	9,3	9,0 – 8,6	8,3
			14	9,0	8,7 – 8,3	8,0

			15	8,6	8,4 – 8,0	7,7
3.	Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места	11	140 и ниже	160 - 180	195 и выше
			12	145	165 - 180	200
			13	150	170 - 190	205
			14	160	180 - 195	210
			15	175	190 - 205	220
4.	Гибкость	Наклон вперед из положения сидя	11	2 и ниже	6 - 8	10 и выше
			12	2	6 - 8	10
			13	2	5 - 7	9
			14	3	7 - 9	11
			15	4	8 - 10	12
5.	Силовые	Подтягивание: на высокой перекладине из виса	11	1	4 - 5	6 и выше
			12	1	4 - 6	7
			13	1	5 - 6	8
			14	2	6 – 7	9
			15	3	7 - 8	10

Девочки

№ п/п	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)	Возраст	Уровень		
				низкий	средний	высокий
1.	Скоростные	Бег 30 м	11	6,4 и выше	6,3 – 5,7	5,1 и ниже
			12	6,3	6,2 – 5,5	5,0
			13	6,2	6,0 – 5,4	5,0
			14	6,1	5,9 – 5,4	4,9
			15	6,0	5,8- 5,3	4,9
2.	Координационные	Челночный бег 3x10 м	11	10,1 и выше	9,7 – 9,3	8,9 и ниже
			12	10,0	9,6 – 9,1	8,8
			13	10,0	9,5 – 9,0	8,7
			14	9,9	9,4 – 9,0	8,6
			15	9,7	9,3 – 8,8	8,5
3.	Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места	11	130 и ниже	150 - 175	185 и выше
			12	135	155 - 175	190
			13	140	160 - 180	200
			14	145	160 - 180	200
			15	155	165 - 185	205
4.	Гибкость	Наклон вперед из положения сидя	11	4 и ниже	8 - 10	15 и выше
			12	5	9 - 11	16
			13	6	10 - 12	18
			14	7	12 - 14	20
			15	7	12 - 14	20
5.	Силовые	Подтягивание: на низкой перекладине из виса лежа	11	4 и ниже	10 - 14	19 и выше
			12	4	11 - 15	20
			13	5	12 – 15	19
			14	5	13 – 15	17
			15	5	12 - 13	16

Контрольно-измерительные материалы к промежуточной итоговой аттестации по физической культуре в 8 классе.

Утверждения представлены в:

- закрытой форме, то есть с предложенными вариантами завершения. При выполнении этих заданий необходимо выбрать правильное завершение из 3, 4 предложенных вариантов. Правильным является только одно – то, которое наиболее полно соответствует смыслу утверждения.

- открытой форме, то есть без предложенных вариантов завершения. При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать слово, которое, завершая утверждение, образует истинное высказывание.

Критерии оценивания:

За каждый правильный ответ участнику дается 1 балл.

100-80 % набранных баллов – «отлично»;

79-60 % набранных баллов – «хорошо»;

59-40 % набранных баллов – «удовлетворительно»;

39% и ниже - «неудовлетворительно».

Сроки проведения. Теоретическая часть будет проведена 23.05.2016 года.
Практическая – 26.05.2016 года.

Кодификатор элементов содержания

для составления контрольных измерительных материалов

к промежуточной итоговой аттестации по физкультуре в 8 классе.

Код раз-дела	Код контролируемого элемента	Элементы содержания
1.		Здоровый образ жизни
	1.1	Понятие о здоровом образе жизни.
	1.2	Способы самоконтроля.
	1.3	Основные компоненты здорового образа жизни.
	1.4	Режим дня и его значение.
	1.5	Понятие о закаливании.
	1.6	Основные средства и методы закаливания.
	1.7	Понятие о правильной осанке.
	1.8	Причины нарушения осанки.
2.		Олимпийские знания.
	2.1	Девиз Олимпийских игр.
	2.2	Исторические сведения о развитии Олимпийских игр древности.
	2.3	Символика Олимпийских игр.
	2.4	Ритуал Олимпийских игр древности.
	2.5	История Олимпийских игр современности.
	2.6	Олимпийское движение в России.
	2.7	Маршрут Олимпийского огня Сочи-2014.
	2.8	Итоги XXII Зимних Олимпийских игр в Сочи.
3.		Правила техники безопасности.
	3.1	Правила поведения в спортивном зале.
	3.2	Причины травматизма на уроках физической культуры.

	3.3	Самоконтроль во время занятий физическими упражнениями.
	3.4	Правила проведения разминки.
	3.5	Правила техники безопасности при групповом старте.
	3.6	Правила выполнения упражнений на гимнастических снарядах
4.		Общие знания по теории и методике физической культуры.
	4.1	Понятие физическая культура.
	4.2	Условия формирования двигательного действия.
	4.3	Общая характеристика физических качеств.
	4.4	История возникновения спортивных игр изучаемых школьной программой.
	4.5	Тактические действия в спортивных играх, изучаемых школьной программой.
	4.6	Правила соревнований по видам спорта, изучаемым школьной программой.

Учащиеся должны уметь:

Здоровый образ жизни:

Раскрывать понятие здорового образа жизни, выделять его основные компоненты и определять их взаимосвязь со здоровьем человека.

Характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня с учётом своей учебной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности.

Руководствоваться правилами профилактики нарушения осанки, подбирать и выполнять упражнения по профилактике её нарушения и коррекции.

Характеризовать основные приёмы закаливания, определять дозировку температурных режимов для закаливающих процедур, руководствоваться правилами безопасности при их проведении.

Олимпийские знания:

Характеризовать Олимпийские игры древности как явление культуры, иметь представление о содержании и правилах соревнований.

Определять цель возрождения Олимпийских игр, объяснять смысл символики и ритуалов, роль Пьера де Кубертена в становлении олимпийского движения, иметь представление о Московской Олимпиаде – 1980 г. и об Олимпийских и Паралимпийских играх Сочи – 2014 г

Техника безопасности:

Руководствоваться правилами поведения и безопасности во время занятий физическими упражнениями, профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора формы одежды и обуви в зависимости от времени года и от погодных условий

Руководствоваться правилами оказания первой доврачебной помощи при травмах и ушибах.

Общие знания по теории и методике физической культуры:

Определять базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе занятий физическими упражнениями, характеризовать основные физические качества: сила, гибкость, ловкость, быстрота, выносливость,

Иметь представления о технических и тактических действиях в спортивных играх, изучаемых школьной программой, знать историю возникновения спортивных игр, изучаемых школьной программой.

Демонстрационная версия КИМов по физической культуре для промежуточной итоговой аттестации для 8 класса.

1 Блок

Здоровый образ жизни.

1. Здоровый образ жизни – это способ жизнедеятельности, направленный на

- а) развитие физических качеств людей;
- б) поддержание высокой работоспособности людей;
- в) подготовку к профессиональной деятельности;
- г) сохранение и улучшение здоровья людей

2. Дневник самоконтроля нужно вести для:

- а) отслеживания изменений в развитии своего организма
- б) отчета о проделанной работе перед учителем физической культуры
- в) консультации с родителями по возникающим проблемам

3. Какие элементы включает в себя здоровый образ жизни?

- а) Активный отдых; закаливание организма; раздельное питание; гигиена труда; гармонизация психоэмоциональных взаимоотношений
- б) Двигательный режим; закаливание организма; рациональное питание; гигиена труда и отдыха; личная и общественная гигиена; гармонизация психоэмоциональных взаимоотношений
- в) Двигательный режим; молочное питание; гигиена труда и отдыха; личная и общественная гигиена; гармонизация психоэмоциональных взаимоотношений
- г) Двигательный режим; закаливание организма; вегетарианское питание; гигиена тела; гармонизация психоэмоциональных взаимоотношений

4. С какой целью планируют режим дня?

- а) с целью организации рационального режима питания;
- б) с целью четкой организации текущих дел, их выполнения в установленные сроки;
- в) с целью высвобождения времени на отдых и снятия нервных напряжений;
- г) с целью поддержания высокого уровня работоспособности организма.

5. Что понимается под закаливанием:

- а) процесс повышения сопротивляемости организма к простудным заболеваниям;
- б) процесс совершенствования иммунных свойств организма;
- в) процесс совершенствования обмена веществ и энергии;
- г) процесс повышения устойчивости организма к действию физических факторов внешней среды.

6. Первой ступенью закаливания организма является закаливание...

- а) водой.
- б) солнцем.
- в) воздухом.
- г) холодом.

7. Осанкой называется...

- а) привычная поза человека в вертикальном положении;
- б) качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие и настроение;
- в) пружинные характеристики позвоночника и стоп;
- г) силуэт человека.

8. Главной причиной нарушения осанки является:

- а) привычка к определенным позам,
- б) отсутствие движений во время школьных уроков,
- в) ношение сумки-портфеля на одном плече.
- г) слабость мышц.

2 Блок

Олимпийские знания.

1. Как звучит девиз Олимпийских игр?

- а) «Быстрее, выше, сильнее»;
- б) «Будь всегда первым»;
- в) «Спорт, здоровье, радость»

2. Тренеров в Древней Греции называли...

- а) гимнастами;
- б) олимпиониками;
- в) мастерами;
- г) палестриками

3. Заключительный этап подготовки атлетов к Играм в Древней Греции проводился в специальном помещении, называемом...

- а) амфитеатр
- б) стадион
- в) палестра

4. По какому сигналу начинались Античные Олимпийские игры.

- а) по свистку
- б) по выстрелу стартового пистолета.
- в) по звонку
- г) по сигналу трубы.

5. Где проходили зимние Олимпийские игры 2014 года?

- а) Солт-Лейт-Сити (США)
- б) Саппоро (Япония)
- в) Сочи (Россия)
- г) Инсбрук (Австрия)

6. Сколько лет отделяют Зимние Олимпийские игры в Сочи от Летних Олимпийских игр в Москве?

- а) 23;
- б) 34;
- в) 45;
- г) 56.

7. На дне какого российского озера побывал Олимпийский огонь?

- а) Ладожское озеро;
- б) Каспийское озеро-море;
- в) Байкал;
- г) Ильмень.

8. Какое место в медальном зачёте заняла сборная команда хозяев Олимпиады-2014?

- а) Первое;
- б) Второе;
- в) Третье;
- г) Четвёртое.

3 Блок

Техника безопасности.

1. Вход в спортивный зал

- а) разрешается в спортивной форме
- б) разрешается только в присутствии преподавателя
- в) разрешается в присутствии дежурного

2. Главная причина травматизма

- а) невнимательность
- б) нарушение дисциплины
- в) нарушение формы одежды

3. При появлении во время занятий боли, а также при плохом самочувствии

- а) продолжить занятия со страховкой
- б) прекратить занятия и сообщить об этом учителю
- в) уйти с занятия к врачу

4. При сильном ветре, пониженной температуре разминка должна быть

- а) более интенсивной
- б) более лёгкой
- в) обычной

5. При групповом старте на короткие дистанции

- а) бежать кратчайшим путём
- б) бежать только по своей дорожке

в) бежать к учителю

6. Порядок выполнения сложных физических упражнений на гимнастических снарядах?

- а) только с преподавателем
- б) самостоятельно
- в) со страховщиком

4 Блок

Общие знания по теории и методике физической культуры.

1 . Физическая культура – это:

- а) учебный предмет в школе;
- б) выполнение упражнений;
- в) часть человеческой культуры

2. Освоение двигательного действия следует начинать с...

- а) формирования представления об общем смысле данного способа решения двигательной задачи.
- б.) выполнения двигательного действия в упрощенной форме и в замедленном темпе.
- в) устранения ошибок при выполнении подготовительных и подводящих упражнений.

3. Завершите утверждение, вписав соответствующее слово в бланк ответов:

Максимальная амплитуда движений, достигнутая приложением как внутренних, так и внешних сил, характеризует _____

4. Родиной баскетбола является....

- а) Россия;
- б) США;
- г) Франция.
- в) Англия;

5. Умение выбрать место и держать игрока с мячом и без мяча в баскетболе формируется при обучении тактическим действиям в...

- а) нападении;
- б) защите;
- в) противодействии.

6. Выход запасного игрока на площадку вместо игрока основного состава в футболе обозначается как...

Ключи к демо-версии:

1. Здоровый образ жизни.

- 1-г
- 2-а
- 3-в
- 4-г
- 5-г
- 6-в

7-а

8-г

2. Олимпийские знания.

1-а

2-а

3-в

4-г

5-в

6-б

7-в

8-а

3. Техника безопасности.

1-б

2-б

3-б

4-а

5-б

6-а

4. Общие знания по теории и методике физической культуры.

1-в

2-а

3-гибкость

4-б

5-б

6-замена

Практическая часть для учащихся 8 класса

Нормативы	Мальчики			Девочки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Бег 60м	9.3	9.6	9.8	9,5	9.8	10.0
Бег 1500 м (д.), 2000м (м.)	9.00	9.30	10.00	7.30	8.00	8.30
Прыжок в длину с места	210	185	160	200	170	145
Подтягивание на перекладине	9	7	2	17	14	5
Отжимание	25	20	15	15	10	7
Пресс (1мин.)	35	30	25	33	28	23

9 класс
Кодификатор
элементов содержания работы для
проведения итогового практического тестирования

Код раздела	Проверяемый элемент содержания	Тип задания	Мальчики		Девочки	
			Результат выполнения	Балл за выполнение	Результат выполнения	Балл за выполнение
1	Бег 60м. (скоростные качества)	ПР	9,3-10,0	1	10,1-10,6	1
		ПР	8,6-9,2	2	9,5-10,0	2
		ПР	8,5 и меньше	3	9,4 и меньше	3
2	Бег 1000м (выносливость)	ПР	4,11-4,40	1	4.41-5.05	1
		ПР	3,41-4,10	2	4.11-4.40	2
		ПР	3,40 и меньше	3	4.10 и меньше	3
3	Прыжок в длину с места (скоростно-силовые)	ПР	180-200	1	155-169	1
		ПР	201-209	2	170-179	2
		ПР	210 и больше	3	180 и больше	3
4	Поднимание туловища за 1 минуту (силовые)	ПР	-	-	26-34	1
		ПР	-	-	35-39	2
		ПР	-	-	40 и больше	3
5	Подтягивание на перекладине (силовые)	ПР	6-8	1	-	-
		ПР	9-10	2	-	-
		ПР	11 и больше	3	-	-

Соотношение тестового балла практической части и аттестационной отметки

Тестовый балл	Аттестационная отметка
10-12	5
7-9	4
4-6	3
0-3	2

Кодификатор
элементов содержания работы для
проведения итогового письменного тестирования

Код раздела	Код контролируемого элемента	Проверяемый элемент содержания	Уровень сложности задания	Тип задания	Балл за выполнение	Ключи к теоретической части	
						Вариант 1	Вариант 2

1	1.1	Базовые понятия физической культуры	Б	ВО	1	В	А
	1.2	Базовые понятия физической культуры	Б	ВО	1	А	А
	1.3	Базовые понятия физической культуры	Б	ВО	1	В	А
	1.4	Базовые понятия физической культуры	Б	ВО	1	В	В
	1.5	Базовые понятия физической культуры	Б	ВО	1	В	А
2	2.1	Легкая атлетика	Б	ВО	1	Б	В
	2.2	Легкая атлетика	Б	ВО	1	А	А
	2.3	Легкая атлетика	Б	ВО	1	В	Б
3	3.1	Спортивная игра баскетбол	Б	ВО	1	В	А
	3.2	Спортивная игра баскетбол	Б	ВО	1	В	Б
	3.3	Спортивная игра баскетбол	Б	ВО	1	Б	А
	3.4	Спортивная игра баскетбол	Б	ВО	1	Б	Б
4	4.1	Лыжная подготовка	Б	ВО	1	В	Б
	4.2	Лыжная подготовка	Б	ВО	1	В	В
	4.3	Лыжная подготовка	Б	ВО	1	Б	В
5	5.1	Гимнастика с элементами акробатики	Б	ВО	1	В	Б
	5.2	Гимнастика с элементами акробатики	Б	ВО	1	А	В
	5.3	Гимнастика с элементами акробатики	Б	ВО	1	В	Б
	5.4	Гимнастика с элементами акробатики	Б	ВО	1	В	В
6	6.1	Спортивная игра волейбол	Б	ВО	1	А	А
	6.2	Спортивная игра волейбол	Б	ВО	1	А	В
	6.3	Спортивная игра волейбол	Б	ВО	1	А	А

7	7.1	Олимпийские игры	Б	ВО	1	В	В
	7.2	Олимпийские игры	Б	ВО	1	А	Б
	7.3	Олимпийские игры	Б	ВО	1	Б	А

Соотношение тестового балла теоретической части аттестационной отметки

Тестовый балл	Аттестационная отметка
20-25	5
15-19	4
10-14	3
0-9	2

Отметка за практическую и теоретическую части в целом.

Максимальное количество баллов 37 (25 за тест и 12 за практику)

Тестовый балл теория + практика	Аттестационная отметка
30-37	5
22-29	4
14-21	3
0-13	2

Спецификация работы

для проведения контроля за уровнем освоения образовательной программы

по физической культуре за 2017-2018 учебный год учащихся 9 класса

(УМК В.И. Ляха и др.)

1. **Назначение работы** - оценить уровень освоения программы по физической культуре за 2017-2018 учебный год учащихся 9 класса.

2. **Документы, определяющие нормативно-правовую базу рубежного контроля**
Содержание работы определяется на основе Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (приказ Минобрнауки РФ N1897 от 17.12.2010 г. и Программой общеобразовательных учреждений физического воспитания 1-11 классы М. Просвещение 2011 В.И. Ляха и др. (9 класс по УМК В.И. Ляха и др.)

3. Характеристика структуры и содержания контрольной работы

Контрольная работа состоит из двух частей, которые различаются по содержанию, сложности и числу заданий. Определяющим признаком каждой части работы является форма заданий:

- **часть 1** - теоретическая часть, содержит задания с выбором ответа (из трех заданий только один правильный); дописывание правильного незаконченного ответа.

- **часть 2** – практическая часть, состоит из тестов-упражнений: 1. Бег 60 метров (сек), 2. Бег 1000 метров (мин. сек), 3. Прыжок в длину с места (см). 4. Подъем туловища за 1 минуту (раз) – девочки. Подтягивание на перекладине (раз) – мальчики

Часть 1. Задания с выбором ответа или дописыванием незаконченного ответа части 1 (25 заданий) контрольной работы предназначены для определения физических компетентностей учащихся 9 класса на низком, базовом и повышенном уровнях. Выполняют ее все учащиеся. Обучающиеся, отнесенные к подготовительной группе в обязательном порядке сдают, контрольную работу в теоретической части, на практическую часть допускаются только с разрешения врача, при наличии соответствующей справки.

Часть 2 включает 4 практические задания - выполнение практической части. Выполняют ее учащиеся, относящиеся к основной группе здоровья. Они сдают в обязательном порядке контрольную работу в полном объеме. Задания части 2 предназначены для более точной дифференциации учащихся 9 класса (мальчики, девочки).

4. Сроки проведения. Теоретическая часть будет проведена 17.05.2018года. Практическая – во время уроков с 10.05 по 20.05.2018 г.

КИМ

Инструкция по выполнению работы

Контрольная работа по физической культуре для учащихся 9-х классов

Рекомендации по организации и проведению контрольной работы

В целях дифференцированного подхода к организации уроков физической культуры все обучающиеся общеобразовательных учреждений в зависимости от состояния здоровья делятся на три группы: основную, подготовительную и специальную медицинскую (группа А и группа Б).

Занятия в этих группах отличаются учебными программами, объемом и структурой физической нагрузки, а также требованиями к уровню освоения учебного материала. Оценивание по предмету физическая культура детей отнесенных к специальной медицинской (группа А и группа Б) проводится на основании: 1. Письма министерства образования РФ от 31 октября 2003 г. N 13-51-263/123. 2. Методические рекомендации Москва – 2012. Министерство образования и науки российской федерации, НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков ФГБУ «Научный центр здоровья детей» российской академии медицинских наук - Медико-педагогический контроль за организацией занятий физической культурой обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья.

Учащиеся, отнесенные к подготовительной группе в обязательном порядке сдают, контрольную работу в теоретической части, на практическую часть допускаются только с разрешения врача, при наличии соответствующей справки.

Учащиеся, относящиеся к основной группе для занятий физической культурой сдают в обязательном порядке контрольную работу в полном объеме. Оценка предметного результата освоения программы с учетом уровневого подхода, принятого в Стандарте, предлагается выделить базового и повышенного уровня.

Контрольная работа по физической культуре состоит из двух частей: практической и теоретической.

Теоретическая часть по физической культуре

ВАРИАНТ 1

1.1 Что подразумевается под термином «физическая культура»?

- а) Вид подготовки к профессиональной деятельности;
- б) процесс изменения функций и форм организма;
- в) часть общей человеческой культуры.

1.2 В чём заключаются основные меры предупреждения травматизма при самостоятельных занятиях физической культурой?

- а) В соблюдении правил поведения на спортивных сооружениях и подборе нагрузки, соответствующей функциональному состоянию;
- б) в подборе физической нагрузки с учётом общего состояния организма и в периодической смене деятельности;
- в) в чётком контроле над длительностью занятий и физической нагрузкой.

1.3 Физические упражнения – это...

- а) естественные движения и способы передвижения;
- б) движения, выполняемые на уроках физической культуры;
- в) действия, выполняемые по определенным правилам;
- г) сложные двигательные действия.

1.4 Каким должен быть пульс при выполнении лёгкой физической нагрузки?

- а- 50 – 70 уд./мин;
- б - 140 – 160 уд./мин;
- в -100 – 120 уд./мин;

1.5 Что является субъективным показателем здоровья?

- а - жизненная ёмкость лёгких;
- б - частота сердечных сокращений;
- в - желание заниматься физическими упражнениями;

2.1 Повторнопробегание отрезков 20-50 м с максимальной скоростью применяется для развития

- а - выносливости;
- б – быстроты;
- в – прыгучести;
- г – координации движений;

2.2 Главная фаза в технике метания снарядов является:

- а- финальное усилие;
- б – замах;
- в – разбег;
- г – бросковые шаги

2.3 К спринтерскому бегу в легкой атлетике относится...

- А) бег на 5000 метров
- Б) кросс
- В) бег на 100 метров

3.1 Размеры баскетбольного щита (см):

- а) 120×180;
- б) 115×185;
- в) 105×180.

3.2 Какое количество замен разрешается делать во время игры?

- а) максимум 10; б) максимум 20; в) количество замен не ограничено.

3.3 Сколько времени дается на ввод мяча в игру?

- а) 3 секунды; б) 5 секунд; в) 8 секунд.

3.4 Скрещенные руки перед грудью. Этот жест означает:

- а) пробежку игрока;
- б) замену игрока;
- в) блокировку игрока

4.1 Длина лыж при свободном ходе -

- а) до уровня плеч ученика
- б) до уровня глаз ученика
- в) рост ученика

4.2 Каким нужно идти лыжным ходом, если впереди средний подъем?

- а) Одновременным одношажным
- б) Одновременным бесшажным
- в) Попеременным двухшажным

4.3 Самая существенная ошибка при торможении на лыжах «плугом» -

- а) Кратковременное неравномерное давление на лыжи
- б) Недостаточное разведение пяток лыж в стороны
- в) Выдвижение носка одной лыжи несколько вперед

5.1 Положение тела, при котором ноги максимально разведены:

- а) сед
- б) присед
- в) шпагат

5.2 Вращательное движение тела (на полу прыжке) с полным переворачиванием через голову без промежуточной опоры на руки называется:

- а) сальто;
- б) курбет;
- в) рондат.

5.3 Смешанный упор, при котором тело учащихся близко к вертикальному положению, т.е. угол больше 45 градусов (по отношению к опорной плоскости). Аналогичным термином, обозначают положение упор согнувшись.

- А) упор лёжа
- Б) упор на коленях
- В) упор стоя
- Г) упор на правом (левом) колене

5.4 Дугообразное, максимально прогнутое положение, спиной к опорной плоскости, с опорой руками и ногами

- А) кувырок
- Б) шпагат
- В) мост

6.1 Свободный защитник в волейболе называется

- А) либеро
- Б) игрок
- В) защитник

6.2 Если после разрешения судьи на подачу, подающий игрок подбросил мяч и не произвел по нему удар, то ...

- а) подача считается проигранной;
- б) подача повторяется этим же игроком;
- в) подача повторяется другим игроком этой же команды.

6.3 Сколько секунд дается на подачу после свистка судьи

- А) 8 секунд,
- б) 5 секунд,
- в) 10 секунд,

7.1 Право проведения Олимпийских игр предоставляется

- а) городу;
- б) региону;
- в) стране.

7.2 Первый российский Олимпийский чемпион?

- а) Николай Панин-Коломенкин;
- б) Дмитрий Саутин;
- в) Ирина Роднина.

7.3 Почему античные Олимпийские игры называли праздником мира?

- а) В них принимали участие атлеты со всего мира;
- б) в период проведения игр прекращались войны;
- в) игры отличались миролюбивым проведением соревнований.

ВАРИАНТ 2

1.1 Какой из приёмов больше подходит для контроля над функциональным состоянием организма во время занятий физическими упражнениями?

- а) Измерение частоты сердечных сокращений (до, во время и после окончания тренировки);
- б) периодическое измерение силы мышц кисти, массы и длины тела, окружности грудной клетки;
- в) подсчёт в покое и во время тренировочной работы частоты дыхания.

1.2 Что нужно делать для предупреждения переутомления во время занятий физическими упражнениями?

- а) Правильно дозировать нагрузки и чередовать упражнения, связанные с напряжением и расслаблением;
- б) чередовать упражнения, связанные с напряжением и расслаблением;

в) измерять пульс.

1.3 Во время индивидуальных занятий с закаливающими процедурами следует соблюдать ряд правил. Укажите, какой из перечисленных ниже рекомендаций придерживаться не стоит?

- а. после занятий следует принять холодный душ.
- б. чем выше температура воздуха, тем короче должны быть занятия, так как нельзя допускать перегревания организма;
- в. не рекомендуется тренироваться при интенсивном солнечном излучении;

1.4 Физическими упражнениями называются...

- а. двигательные действия, с помощью которых развивают физические качества и укрепляют здоровье;
- б. двигательные действия, дозируемые по величине нагрузки и продолжительности выполнения;
- в. формы двигательных действий, способствующие решению задач физического воспитания.

1.5 Лучшие условия для развития быстроты реакции создаются во время

- а - подвижных игр;
- б – прыжков со скакалкой;
- в – прыжков в длину с разбега;

2.1 При выходе бегуна с низкого старта ошибкой является:

- а – сильное выталкивание ногами;
- б – разноимённая работа рук;
- в – быстрое выпрямление туловища;

2.2 Какой ногой выполняется отталкивание в прыжках в высоту способом «перешагивание»?

- а – ближней к планке;
- б – дальней от планки;
- в – двумя сразу

2.3 Начальной фазой прыжка в высоту или длину является:

- а – отталкивание;
- б – разбег;
- в – полёт;

3.1 Во время штрафного броска первое место по обе стороны трехсекундной зоны может быть занято только:

- а) соперниками игрока, выполняющего бросок;
- б) партнерами игрока, выполняющего броски;
- в) с одной стороны партнером, с другой стороны соперником

3.2 Какой должна быть высота от пола до щита (см):

- а) 270;
- б) 290;
- в) 275

3.3 Что происходит с командой после получения игроками этой команды четырех фолов?

- а) За каждый последующий фол соперники выполняют два штрафных броска;
- б) продолжает играть;

в) выполняется один штрафной бросок.

3.4 Поднятые большие пальцы рук. Этот жест означает:

- а) 2 очка;
- б) спорный мяч;
- в) мертвый мяч.

4.1 Длина лыж при классическом ходе -

- а) Рост ученика
- б) Рост с вытянутой рукой
- в) Рост + размер обуви ученика

4.2 Какие главные отличия одновременного одношажного хода (стартовый вариант) от обычного при ходьбе на лыжах?

- а) Первый шаг с вынесением рук вперед
- б) Постановка палок на снег
- в) Отталкивание палками и приставление ноги

4.3 Какого поворота на лыжах нет?

- а) Поворота переступанием
- б) Поворота на месте махом
- в) Поворота «полуплугом»
- г) Поворота упором

5.1 Сочетания отдельных акробатических элементов и соединений в определенном целостном порядке называется:

- а) вольные упр-я;
- б) комбинация;
- в) специальные упр-я.

5.2 Расстояние по фронту между занимающимися, называется

- А) фланг
- Б) шеренга
- В) интервал
- Г) строй

5.3 Способ, с помощью которого занимающийся держится за снаряд, в гимнастике называется:

- А) Захват
- Б) Хват
- В) Удержание

5.4 Положение занимающегося, при котором согнутые в коленях ноги подтянуты руками к груди и кисти захватывают колени, в гимнастике обозначается как:

- а) Хват
- б) Захват
- в) Группировка

6.1 Размер волейбольной площадки и названия линий.

- а) 18 х 9 м, лицевая, боковая, средняя, нападения;
- б) 24 х 14 м, лицевая, боковая, средняя, нападения, трёхочковая;
- в) 18 х 9 м, средняя, боковая, штрафная, линия защиты;

г) 18 x 15 м, лицевая, боковая, средняя

6.2 Партия в волейбол длится....

- А) 2 партии по 20 минут,
б) 4 партии по 10 минут,
в) 5 партий без учета времени.

6.3 Право на подачу получает игрок зоны №

- А) 1,
б) 2,
в) 6,

7.1 Термин «Олимпиада» означает...

- а. синоним Олимпийских игр;
б. собрание спортсменов в одном городе;
в. четырехлетний период между Олимпийскими играми;

7.2 Кто из знаменитых учёных Древней Греции побеждал на Олимпийских играх в соревнованиях кулачных бойцов?

- а) Платон (философ);
б) Пифагор (математик);
в) Архимед (механик).

7.3 Международный Олимпийский комитет является

- а) международной неправительственной организацией;
б) генеральной ассоциацией международных федераций;
в) международным объединением физкультурного движения.

Результаты практической, теоретической части и работы в целом

№	Фамилия Имя	Бег 60м		Бег 1000м		Прыжок в длину с места		Поднимание туловища лежа на спине за 1 минуту		Подтяг ивание в висе		Теория	Итого вый балл	Итого вая оценк а
		р	б	р	б	р	б	р	б	р	б	б		
1	Асадуллин Ленар	8,1	3	3.55	2	250	3	-	-	10	2	22	32	5
2	Газизов Рамис	7,6	3	3.46	2	205	2	-	-	10	2	22	31	5
3	Ибрагимова Айсылу	10.0	2	4.40	2	174	2	46	3	-	-	18	27	4
4	Имадиева Гульназ	9,5	2	4.05	3	155	1	45	3	-	-	22	31	5
5	Кабирова Гульсирина	9,5	2	4.10	3	190	3	43	3	-	-	19	30	5
6	Фатихов Азат	8,3	3	3.36	3	212	3	-	-	10	2	23	34	5
7	Фатихова Чачка	9,6	2	4.05	3	150	0	37	2	-	-	21	28	4
8	Филлипова	9,6	2	4.37	2	155	1	56	3	-	-	14	22	4

	Диана													
9	Шайдуллин Алмас	8,4	2	4.00	2	203	2	-	-	10	2	24	32	5
10	Шакиров Расим	8,3	3	3.50	2	224	3	-	-	10	2	18	28	4

**Анализ итоговой контрольной работы по физической культуре
за 2017-2018 учебный год (9класс)**

Дата: 17.05.2018

класс	Кол- во уч- ся всего	Кол-во уч-ся выпол нявши х	Учитель	Выполнили на			Успев. %	Качеств о%
				5	4	3		
9	10	10	Губайдуллина Л.А.	6	4		100 %	100%

Допущенные ошибки		Количество учащихся / %
Базовые понятия физической культуры		8/80%
Терминология в гимнастике		7/70%
Основы легкой атлетики		7/70%
Судейство спортивных игр-баскетбол		4/40%
Судейство спортивных игр волейбол		3/30%
Основы лыжной подготовки		3/30%
Олимпийские игры древности и современности		4/40%
Задания:		
1	Выполнили задания без ошибок	-
2	Полностью, но с ошибками	10
3	Не полностью	-