

2 полугодие

Приложение разработано для текущего оценивания.

Приложение включает:

- контрольно-измерительные материалы, обозначенные в рабочей программе (в виде демонстрационной версии);
- критерии оценки ответов обучающихся по предмету.

КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ ОСНОВНОЙ ГРУППЫ ЗДОРОВЬЯ

Итоговая контрольная работа включает в себя сдачу нормативов

Нормативы по физической культуре

упражнения	мальчики			девочки		
	5	4	3	5	4	3
Челночный бег 4х9м, сек	10,2	10,7	11,3	10,5	11,0	11,7
Бег 60 м, с	10,0	10,6	11,2	10,4	10,8	11,4
Бег 1.000 метров	Без учета времени					
Прыжок в длину с места, см	170	160	140	160	150	130
Подтягивание на перекладине из виса, раз	7	5	3			
Подтягивание на перекладине из виса лежа, раз	25	22	20	15	10	8
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	17	12	7	12	8	3
Подъем туловища, руки на груди скрестно за 1 мин	39	33	27	28	23	20
Прыжки со скакалкой за 1 мин	70	60	45	80	60	50
Бросок набивного мяча, см	380	310	270	350	275	235

КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ СПЕЦ МЕД ГРУППЫ И ОСВОБОЖДЕННЫХ ОТ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ.

Итоговая контрольная работа включает в себя сдачу письменного теста.

Инструкция по выполнению заданий

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к минимуму знаний учащихся средней школы по предмету «Физическая культура».

Время выполнения задания – 45 минут

Слова, написанные с ошибками, оцениваются как неверный ответ

Исправления и зачеркивания оцениваются как неверный ответ

Максимальное количество первичных баллов за работу – 25

Задания в закрытой форме, то есть с предложенными вариантами ответов. При выполнении этих заданий необходимо выбрать правильный вариант. Ряд заданий содержит более одного правильного варианта и оцениваются, если отмечены все зачетные варианты.

Правильно выполненное задание в закрытой форме оценивается в 1 балл

1. Какие виды упражнений входят в лёгкую атлетику?
 - 1) Бег, прыжки (в длину и высоту), метание.
 - 2) Метание, лазание по канту.
 - 3) Бег, прыжки, плавание
 - 4) Прыжки в высоту, подтягивание, акробатика.
2. Укажите количество игроков волейбольной команды на площадке:
 - 1) 5
 - 2) 6
 - 3) 7
 - 4) 8
3. Укажите количество игроков баскетбольной команды на площадке:
 - 1) 4
 - 2) 7
 - 3) 6
 - 4) 5
4. Когда и где зародились Олимпийские игры?
 - 1) 673г. до н.э. в России
 - 2) 776г до н.э. в Древней Греции
 - 3) 367г до н.э. в Америке
 - 4) 700г. до н.э. в Англии
5. Какой олимпийский девиз на Олимпиадах?
 - 1) «Быстрее! Выше! Сильнее!»
 - 2) «Самый сильный и выносливый»
 - 3) «Быстрее! Сильнее! Выше!»
 - 4) «Я - победитель»
6. Какая из перечисленной обуви не является спортивной?
 - 1) Кеды.
 - 2) Кроссовки.
 - 3) Ботинки.
 - 4) Чешки.
7. Где впервые зародилась игра в баскетбол?
 - 1) В Америке.
 - 2) Во Франции.
 - 3) В Италии.
 - 4) В России.
8. Какая страна считается родиной футбола?
 - 1) Америка.
 - 2) Россия.
 - 3) Финляндия.
 - 4) Англия.
9. С какой стороны на письменном столе должно быть освещение?
 - 1) Сверху.
 - 2) Справа.
 - 3) Слева.
 - 4) Снизу.
10. Какие виды спорта включают в спортивные игры?
 - 1) Футбол, плавание, стрельба.
 - 2) Футбол, ручной мяч, баскетбол, волейбол.
 - 3) Прыжки в высоту, бег, метание.
11. Чтобы провести расчет школьников, стоящих в шеренге надо подать команду:
 - 1) «Рассчитайтесь!»
 - 2) «По порядку номеров, рассчитайсь!»

- 3) «Рассчитайтесь, пожалуйста, по порядку номеров!»
12. В легкой атлетике к коротким дистанциям относится бег на ...
- 1) 60 метров.
 - 2) 500 метров.
 - 3) 1000 метров.
 - 4) 2000 метров.
13. Правильной можно считать осанку, если вы, стоя у стены касаетесь;
- 1) Затылком, ягодицами, пятками.
 - 2) Лопатками, ягодицами, пятками.
 - 3) Затылком, спиной, пятками.
 - 4) Затылком, лопатками, ягодицами, пятками.
14. По какой части тела измеряется длина прыжка?
- 1) По руке и ноге.
 - 2) По части тела, наиболее удаленной от зоны отталкивания.
 - 3) По части тела, ближайшей к зоне отталкивания.
 - 4) По любой части тела.
15. Утренняя гигиеническая гимнастика представляет собой ...
- 1) Развлечение.
 - 2) Комплекс физических упражнений.
 - 3) Прыжки со скакалкой.
16. Как часто проходят Олимпийские игры?
- 1) Каждый год.
 - 2) Один раз в два года.
 - 3) Один раз в три года.
 - 4) Один раз в четыре года.
17. Строевые упражнения – это:
- 1) Попеременно двухшажный ход.
 - 2) Низкий старт.
 - 3) Повороты на месте, перестроения.
 - 4) Верхняя подача.
18. Акробатика – это:
- 1) Прыжок через козла.
 - 2) Повороты, перестроения.
 - 3) Кувырки, перевороты.
19. На уроках физкультуры нужно иметь:
- 1) Повседневную форму.
 - 2) Спортивную форму.
 - 3) Школьную форму.
 - 4) Военную форму.
20. Назовите, частоту сердечных сокращений (пульс) в состоянии покоя у здорового человека:
- 1) 40-50 ударов в минуту.
 - 2) 60-80 ударов в минуту.
 - 3) 90-100 ударов в минуту.
21. Расстояние между двумя спортсменами, стоящими в колонне, называется:
- 1) Дистанция.
 - 2) Интервал.
 - 3) Шеренга.
 - 4) Промежуток.
22. Что относится к заливающим процедурам:
- 1) Здоровая еда, отказ от вредных привычек.

- 2) Лечебные процедуры, гигиенические процедуры.
- 3) Солнечные ванны, водные процедуры, воздушные ванны.

23. Что символизируют Олимпийские кольца?

- 1) Основные цвета, входящие во флаги всех стран – участниц Олимпийских игр.
- 2) Единство спортсменов пяти континентов земного шара.
- 3) Гармонию воспитания основных физических качеств: выносливости, гибкости, силы, быстроты, ловкости.
- 4) Основные двигательные навыки.

24. Как оказать первую медицинскую помощь при растяжении связок:

- 1) Применяют холод, создают покой.
- 2) Накладывают стерильную повязку.
- 3) Производят тугое бинтование, применяют холод, создают покой.
- 4) Наложение специальных шин или подручных средств путем фиксации близлежащих суставов.

25. Временное снижение работоспособности принято называть ...

- 1) Переутомлением.
- 2) Перегрузкой.
- 3) Нагрузкой.
- 4) Утомлением.

Система оценки

отметка	Процент выполнения письменной работы
«5»	91-100%
«4»	76-90%;
«3»	61-75%
«2»	менее 60%
«1»	обучающийся отказался от выполнения задания, работа не сдана

ВИДЫ ОШИБОК

При выставлении отметок учитывается классификация ошибок и их количество:

- грубые ошибки;
- однотипные ошибки;
- негрубые ошибки;
- недочеты.

К грубым ошибкам следует относить:

- незнание определений основных понятий, правил, основных положений теории,
- неумение выделять в ответе главное;
- неумение применять знания, умений и навыков;
- нарушение требований правил техники безопасности на уроках физической культуры.

К однотипным ошибкам относятся ошибки на одно и то же правило.

К негрубым ошибкам следует относить:

- неточность формулировок, определений, понятий, вызванные неполнотой охвата основных признаков определяемого понятия, или замена 1-2 из этих признаков второстепенными;

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ПИСЬМЕННЫХ РАБОТ

отметка	Процент выполнения письменной работы
«5»	91-100%
«4»	76-90%;
«3»	61-75%
«2»	менее 60%
«1»	обучающийся отказался от выполнения задания, работа не сдана

Тестирование является одним из видов письменных работ и методом контроля образовательных достижений обучающихся всего класса или его части по любому предмету.

Тесты, используемые в образовательном процессе, могут быть разных типов:

1. с выбором одного ответа из предложенных вариантов,
2. с выбором нескольких вариантов из предложенного списка,

Тесты могут применяться для контроля усвоения темы при организации дистанционного обучения.

Тестовые работы выполняются обучающимися на листа в клетку, которые хранятся у учителя. Отсутствие листа ответа является основанием для выставления неудовлетворительной отметки, которая, однако, может быть исправлена при предоставлении указанного листа.

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ УСТНЫХ ОТВЕТОВ

Основой для выставления отметок являются критерии: полнота, обобщенность и системность знаний.

отметка	Критерии
«5»	– знание, понимание, глубина усвоения обучающимся всего объема программного материала; – умение выделять главные положения в изученном материале, на основании фактов и примеров обобщать, делать выводы, устанавливать межпредметные и внутрипредметные связи, применять полученные знания в незнакомой ситуации; – отсутствие ошибок и недочётов при воспроизведении изученного материала, устранение отдельных неточностей с помощью дополнительных вопросов педагога; – соблюдение культуры речи.
«4»	– знание всего изученного материала; – умение выделять главные положения в изученном материале, на основании фактов и примеров обобщать, делать выводы, устанавливать межпредметные и внутрипредметные связи, применять полученные знания на практике; – наличие незначительных (негрубых) ошибок при воспроизведении изученного материала;

	– соблюдения основных правил культуры речи.
«3»	– знание материала на уровне минимальных требований программы, затруднения при самостоятельном воспроизведении, необходимость незначительной помощи учителя; – умение работать на уровне воспроизведения, затруднения при ответах на видоизменённые вопросы; – наличие 1-2 грубых ошибок, нескольких негрубых при воспроизведении изученного материала; – незначительного несоблюдения основных правил культуры речи.
«2»	– знание материала на уровне ниже минимальных требований программы; – отсутствие умения работать на уровне воспроизведения, затруднение при ответах на стандартные вопросы; – наличие нескольких грубых ошибок, большого числа негрубых при воспроизведении изученного материала; – значительное несоблюдения основных правил культуры речи.
«1»	– отказ обучающегося от ответа.

Устные ответы могут проводиться для контроля усвоения темы при организации дистанционного обучения.