

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Рахаев Анатолий Измаилович
Должность: И. о. Ректора
Дата подписания: 06.09.2023 09:47:10
Уникальный программный ключ:
b049feef759df6f58f67585b9bb2502ddf293921

Министерство культуры Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Северо-Кавказский государственный институт искусств»

Колледж культуры и искусств

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа культуры и искусств
ФГБОУ ВО СКГИИ



/ В. Х. Шарипов

«29» августа 2023 г.

**Комплект контрольно-оценочных средств
по учебной дисциплине**

УПО.10.01.

Физическая культура

Специальность: 53.02.03 Инструментальное исполнительство
(по видам инструментов)

Уровень образования - основное общее образование, 5-9 класс

Нальчик 2023 г

Комплект контрольно-оценочных средств разработан на основе
Федерального государственного образовательного стандарта ФГОС ИОП в ОИ
среднего профессионального образования по специальности:

53.02.03 Инструментальное исполнительство
(по видам инструментов)

Уровень образования - основное общее образование, 5-9 класс

Разработчик: преподаватель ККИ СКГИИ



Мамбетов Ю.В.

Рассмотрено на заседании ПЦК ООД

Протокол № 1 от « 28 » 08 2023 г.

Председатель ПЦК ООД



Прокудина Н.П.

СОДЕРЖАНИЕ

- 1.Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств.
- 2.Результаты освоения учебной дисциплины, подлежащие проверке.
- 3.Оценка освоения учебной дисциплины.
 - 3.1.Формы и методы оценивания.
 - 3.2.Типовые задания для итоговой аттестации по учебной дисциплине.
- 4.Контрольно-оценочные материалы для итоговой аттестации.

Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств.

Назначение КОС - оценить уровень физической и теоретической подготовки учащихся, осваивающих физическую подготовку на уровне, достаточном для поступления в спортивные секции города. КОС предназначены для итогового контроля достижения планируемых предметных и метапредметных результатов.

Содержание текста теоретической подготовки, а так же задания по физической подготовке разработаны в соответствии:

- с требованиями федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования. - М.: Просвещение, 2011);
- с рекомендациями Примерной программы по физической культуре (Примерная программа по физической культуре. 5-9 классы. - М.: Просвещение, 2012 год);
- учебной программой «Физическая культура. 5 - 9 классы» (В. И. Лях - М.: Просвещение, 2014); Итоговая контрольная работа ориентирована на учебник: Физическая культура. 5-7 кл.:

учеб. для общеобразовательных учреждений М. Я. Виленский, Т. Ю. Торочкова, И. М. Туревский ; под общ. ред. М. Я. Виленского. - М.:Просвещение, 2014.

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.

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 группе 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 освоение программы с учетом уровневого подхода, принятого в Стандарте, предлагается выделить базового и повышенного уровня.

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование элементов следующих компетенций по данной специальности :

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 6. Работать в коллективе, эффективно общаться с коллегами, руководством.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 10. Использовать в профессиональной деятельности личностные, межпредметные, предметные результаты освоения основной образовательной программы основного общего образования.

ОК 12. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения.

ПК 1.3. Осваивать сольный, ансамблевый, оркестровый исполнительский репертуар в соответствии с программными требованиями.

ПК 1.4. Выполнять теоретический и исполнительский анализ музыкального произведения, применять базовые теоретические знания в процессе поиска интерпретаторских решений.

ПК 2.8. Владеть культурой устной и письменной речи, профессиональной терминологией.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения

учебного предмета

ФГОС ООО устанавливает требования к результатам освоения обучающимися программ основного общего образования, в том числе адаптированных:

1) личностным, включающим:

осознание российской гражданской идентичности;

готовность обучающихся к саморазвитию, самостоятельности и личностному самоопределению;

ценность самостоятельности и инициативы;

наличие мотивации к целенаправленной социально значимой деятельности;

сформированность внутренней позиции личности как особого ценностного отношения к себе, окружающим людям и жизни в целом;

2) метапредметным, включающим:

освоение обучающимися межпредметных понятий (используются в нескольких предметных областях и позволяют связывать знания из различных учебных предметов, учебных курсов (в том числе внеурочной деятельности), учебных модулей в целостную научную картину мира) и универсальные учебные действия (познавательные, коммуникативные, регулятивные);

способность их использовать в учебной, познавательной и социальной практике;

готовность к самостоятельному планированию и осуществлению учебной деятельности и организации учебного сотрудничества с педагогическими работниками и сверстниками, к участию в построении индивидуальной образовательной траектории;

овладение навыками работы с информацией: восприятие и создание информационных текстов в различных форматах, в том числе цифровых, с учетом назначения информации и ее целевой аудитории;

3) предметным, включающим:

освоение обучающимися в ходе изучения учебного предмета научных знаний, умений и способов действий, специфических для соответствующей предметной области;

предпосылки научного типа мышления;

виды деятельности по получению нового знания, его интерпретации, преобразованию и применению в различных учебных ситуациях, в том числе при создании учебных и социальных проектов.

Личностные результаты освоения программы основного общего образования должны отражать готовность обучающихся руководствоваться системой позитивных ценностных ориентаций и расширение опыта деятельности на ее основе и в процессе реализации основных направлений воспитательной деятельности, в том числе в части:

Гражданского воспитания:

готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей;

активное участие в жизни семьи, Организации, местного сообщества, родного края, страны;

неприятие любых форм экстремизма, дискриминации;

понимание роли различных социальных институтов в жизни человека;

представление об основных правах, свободах и обязанностях гражданина, социальных нормах и правилах межличностных отношений в поликультурном и многоконфессиональном обществе;

представление о способах противодействия коррупции;

готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи, активное участие в школьном самоуправлении;

готовность к участию в гуманитарной деятельности (волонтерство, помощь людям, нуждающимся в ней).

Патриотического воспитания:

осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию родного языка, истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России;

ценностное отношение к достижениям своей Родины - России, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа;

уважение к символам России, государственным праздникам, историческому и природному наследию и памятникам, традициям разных народов, проживающих в родной стране.

Духовно-нравственного воспитания:

ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора;

готовность оценивать свое поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учетом осознания последствий поступков;

активное неприятие асоциальных поступков, свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства.

Эстетического воспитания:

восприимчивость к разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов, понимание эмоционального воздействия искусства; осознание важности художественной культуры как средства коммуникации и самовыражения;

понимание ценности отечественного и мирового искусства, роли этнических культурных традиций и народного творчества;

стремление к самовыражению в разных видах искусства.

Физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:

осознание ценности жизни;

ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность);

осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического

здоровья;

соблюдение правил безопасности, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде;

способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысляя собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели;

умение принимать себя и других, не осуждая;

умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, умение управлять собственным эмоциональным состоянием;

сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека.

Трудового воспитания:

установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, Организации, города, края) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность;

интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода, в том числе на основе применения изучаемого предметного знания;

осознание важности обучения на протяжении всей жизни для успешной профессиональной деятельности и развитие необходимых умений для этого;

готовность адаптироваться в профессиональной среде;

уважение к труду и результатам трудовой деятельности;

осознанный выбор и построение индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учетом личных и общественных интересов и потребностей.

Экологического воспитания:

ориентация на применение знаний из социальных и естественных наук для решения задач в области окружающей среды, планирования поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды;

повышение уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения;

активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде;

осознание своей роли как гражданина и потребителя в условиях взаимосвязи природной, технологической и социальной сред;

готовность к участию в практической деятельности экологической направленности.

Ценности научного познания:

ориентация в деятельности на современную систему научных представлений об основных закономерностях развития человека, природы и общества, взаимосвязях человека с природной и социальной средой;

овладение языковой и читательской культурой как средством познания мира;

овладение основными навыками исследовательской деятельности, установка на осмысление опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения индивидуального и коллективного благополучия.

Личностные результаты, обеспечивающие адаптацию обучающегося к изменяющимся условиям социальной и природной среды, включают:

освоение обучающимися социального опыта, основных социальных ролей,

соответствующих ведущей деятельности возраста, норм и правил общественного поведения, форм социальной жизни в группах и сообществах, включая семью, группы, сформированные по профессиональной деятельности, а также в рамках социального взаимодействия с людьми из другой культурной среды;

способность обучающихся во взаимодействии в условиях неопределенности, открытость опыту и знаниям других;

способность действовать в условиях неопределенности, повышать уровень своей компетентности через практическую деятельность, в том числе умение учиться у других людей, осознавать в совместной деятельности новые знания, навыки и компетенции из опыта других;

навык выявления и связывания образов, способность формирования новых знаний, в том числе способность формулировать идеи, понятия, гипотезы об объектах и явлениях, в том числе ранее не известных, осознавать дефициты собственных знаний и компетентностей, планировать свое развитие;

умение распознавать конкретные примеры понятия по характерным признакам, выполнять операции в соответствии с определением и простейшими свойствами понятия, конкретизировать понятие примерами, использовать понятие и его свойства при решении задач (далее - оперировать понятиями), а также оперировать терминами и представлениями в области концепции устойчивого развития;

умение анализировать и выявлять взаимосвязи природы, общества и экономики;

умение оценивать свои действия с учетом влияния на окружающую среду, достижений целей и преодоления вызовов, возможных глобальных последствий;

способность обучающихся осознавать стрессовую ситуацию, оценивать происходящие изменения и их последствия;

воспринимать стрессовую ситуацию как вызов, требующий контрмер;

оценивать ситуацию стресса, корректировать принимаемые решения и действия;

формулировать и оценивать риски и последствия, формировать опыт, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации;

быть готовым действовать в отсутствие гарантий успеха.

Метапредметные результаты освоения программы основного общего образования, в том числе адаптированной, должны отражать:

Овладение универсальными учебными познавательными действиями:

1) базовые логические действия:

выявлять и характеризовать существенные признаки объектов (явлений);

устанавливать существенный признак классификации, основания для обобщения и сравнения, критерии проводимого анализа;

с учетом предложенной задачи выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах, данных и наблюдениях;

предлагать критерии для выявления закономерностей и противоречий;

выявлять дефициты информации, данных, необходимых для решения поставленной задачи;

выявлять причинно-следственные связи при изучении явлений и процессов;

делать выводы с использованием дедуктивных и индуктивных

умозаключений, умозаключений по аналогии, формулировать гипотезы о взаимосвязях;

самостоятельно выбирать способ решения учебной задачи (сравнивать несколько вариантов решения, выбирать наиболее подходящий с учетом самостоятельно выделенных критериев);

2) базовые исследовательские действия:

использовать вопросы как исследовательский инструмент познания;

формулировать вопросы, фиксирующие разрыв между реальным и желательным состоянием ситуации, объекта, самостоятельно устанавливать искомое и данное;

формировать гипотезу об истинности собственных суждений и суждений других, аргументировать свою позицию, мнение;

проводить по самостоятельно составленному плану опыт, несложный эксперимент, небольшое исследование по установлению особенностей объекта изучения, причинно-следственных связей и зависимостей объектов между собой;

оценивать на применимость и достоверность информации, полученной в ходе исследования (эксперимента);

самостоятельно формулировать обобщения и выводы по результатам проведенного наблюдения, опыта, исследования, владеть инструментами оценки достоверности полученных выводов и обобщений;

прогнозировать возможное дальнейшее развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях, выдвигать предположения об их развитии в новых условиях и контекстах;

3) работа с информацией:

применять различные методы, инструменты и запросы при поиске и отборе информации или данных из источников с учетом предложенной учебной задачи и заданных критериев;

выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать информацию различных видов и форм представления;

находить сходные аргументы (подтверждающие или опровергающие одну и ту же идею, версию) в различных информационных источниках;

самостоятельно выбирать оптимальную форму представления информации и иллюстрировать решаемые задачи несложными схемами, диаграммами, иной графикой и их комбинациями;

оценивать надежность информации по критериям, предложенным педагогическим работником или сформулированным самостоятельно;

эффективно запоминать и систематизировать информацию.

Овладение системой универсальных учебных познавательных действий обеспечивает сформированность когнитивных навыков у обучающихся.

Овладение универсальными учебными коммуникативными действиями:

1) общение:

воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения;

выражать себя (свою точку зрения) в устных и письменных текстах;

распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков, знать и распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и

смягчать конфликты, вести переговоры;

понимать намерения других, проявлять уважительное отношение к собеседнику и в корректной форме формулировать свои возражения;

в ходе диалога и (или) дискуссии задавать вопросы по существу обсуждаемой темы и высказывать идеи, нацеленные на решение задачи и поддержание благожелательности общения;

сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций;

публично представлять результаты выполненного опыта (эксперимента, исследования, проекта);

самостоятельно выбирать формат выступления с учетом задач презентации и особенностей аудитории и в соответствии с ним составлять устные и письменные тексты с использованием иллюстративных материалов;

2) совместная деятельность:

понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной проблемы, обосновывать необходимость применения групповых форм взаимодействия при решении поставленной задачи;

принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по ее достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы;

уметь обобщать мнения нескольких людей, проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться;

планировать организацию совместной работы, определять свою роль (с учетом предпочтений и возможностей всех участников взаимодействия), распределять задачи между членами команды, участвовать в групповых формах работы (обсуждения, обмен мнений, "мозговые штурмы" и иные);

выполнять свою часть работы, достигать качественного результата по своему направлению и координировать свои действия с другими членами команды;

оценивать качество своего вклада в общий продукт по критериям, самостоятельно сформулированным участниками взаимодействия;

сравнивать результаты с исходной задачей и вклад каждого члена команды в достижение результатов, разделять сферу ответственности и проявлять готовность к предоставлению отчета перед группой.

Овладение системой универсальных учебных коммуникативных действий обеспечивает сформированность социальных навыков и эмоционального интеллекта обучающихся.

Овладение универсальными учебными регулятивными действиями:

1) самоорганизация:

выявлять проблемы для решения в жизненных и учебных ситуациях;

ориентироваться в различных подходах принятия решений (индивидуальное, принятие решения в группе, принятие решений группой);

самостоятельно составлять алгоритм решения задачи (или его часть), выбирать способ решения учебной задачи с учетом имеющихся ресурсов и собственных возможностей, аргументировать предлагаемые варианты решений;

составлять план действий (план реализации намеченного алгоритма решения), корректировать предложенный алгоритм с учетом получения новых знаний об

изучаемом объекте;

делать выбор и брать ответственность за решение;

2) самоконтроль:

владеть способами самоконтроля, самомотивации и рефлексии;

давать адекватную оценку ситуации и предлагать план ее изменения;

учитывать контекст и предвидеть трудности, которые могут возникнуть при решении учебной задачи, адаптировать решение к меняющимся обстоятельствам;

объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку приобретенному опыту, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации;

вносить коррективы в деятельность на основе новых обстоятельств, изменившихся ситуаций, установленных ошибок, возникших трудностей;

оценивать соответствие результата цели и условиям;

3) эмоциональный интеллект:

различать, называть и управлять собственными эмоциями и эмоциями других;

выявлять и анализировать причины эмоций;

ставить себя на место другого человека, понимать мотивы и намерения другого;

регулировать способ выражения эмоций;

4) принятие себя и других:

осознанно относиться к другому человеку, его мнению;

признавать свое право на ошибку и такое же право другого;

принимать себя и других, не осуждая;

открытость себе и другим;

осознавать невозможность контролировать все вокруг.

Овладение системой универсальных учебных регулятивных действий обеспечивает формирование смысловых установок личности (внутренняя позиция личности) и жизненных навыков личности (управления собой, самодисциплины, устойчивого поведения).

Предметные результаты по предметной области "Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности" должны обеспечивать:

По учебному предмету "Физическая культура":

1) формирование привычки к здоровому образу жизни и занятиям физической культурой;

2) умение планировать самостоятельные занятия физической культурой и строить индивидуальные программы оздоровления и физического развития;

3) умение отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью с учетом индивидуальных возможностей и особенностей обучающихся, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели;

4) организацию самостоятельных систематических занятий физическими упражнениями с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма;

5) умение оказывать первую помощь при травмах (например: извлечение и перемещение пострадавших, проведение иммобилизации с помощью подручных

средств, выполнение осмотра пострадавшего на наличие наружных кровотечений и мероприятий по их остановке);

6) умение проводить мониторинг физического развития и физической подготовленности, наблюдение за динамикой развития своих физических качеств и двигательных способностей, оценивать состояние организма и определять тренирующее воздействие занятий физическими упражнениями, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями;

7) умение выполнять комплексы общеразвивающих и корригирующих упражнений;

8) владение основами технических действий и приемами различных видов спорта, их использование в игровой и соревновательной деятельности;

9) умение повышать функциональные возможности систем организма при подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО).

Жирным шрифтом выделены крупные блоки содержания, которые разбиты на более мелкие блоки темы (выделены курсивом) и вопросы содержания.

Код блока содержания	Код контролируемого содержания	Содержание, проверяемое заданиями КИМ
		Основы знаний о физической культуре, умении и навыки
1		Легкая атлетика
	1.1	Инструктаж технике безопасности по легкой атлетике.
	1.2	Самоконтроль уровня физической подготовки.

	1.3	Понятие двигательных качеств- выносливость, сила, скорость.
	1,4	Самостоятельная тренировка по развитию основных физических качеств.
2		Баскетбол
	2.7	Инструктаж техники безопасности по баскетболу.
	2.8	Режим дня.
	2.10	Роль и значение физкультуры в сохранении репродуктивных функций человека.
		Волейбол
3	3.13	Инструктаж техники безопасности по волейболу.
	3.16	Термины техники передачи, приемов, верхней и нижней подачи мяча. Правила игры. Воспитание чувства коллективизма.
4		Лыжная подготовка
	4.1	Инструкция по технике безопасности на уроках лыжной подготовки.
	4.3-4	Подготовка лыжного инвентаря и гигиена одежды.
	4.5-6	Оказание помощи при обморожении и травмах. Обучение ритму движения.
	4.7-8	Виды лыжного спорта, применение лыжных мазей.
	4.9-10	Значение занятий лыжным спортом для развития выносливости. Правила самостоятельного выполнения упражнений.
	4.11-12	Правила самостоятельного выполнения упражнений.
5.		Гимнастика
		Инструкция по технике безопасности на уроках гимнастики в спортивном зале и на снарядах. Значение, гимнастических упражнений для развития координационных способностей.
	5.1-2	История возникновения и забвение античных Олимпийских игр. Страховка и самостраховка.
	5.3-4	Олимпийские принципы, традиции, правила, символика.
	5.5-6	Олимпийское движение подлинно общечеловеческое движение.
	5.7-8	Значение гимнастических упражнений на развитие силовых способностей и гибкости.
	5.8-9	Упражнения для разогревания.
	5.9-10	Спорт, каким он нужен миру.

Итоговый контроль.

1. *Назначение работы:* определить степень сформированности знаний, основных умений и навыков, оценить качество подготовки учащихся по всем основным темам, изучаемым в 5 классе.

2. *Структура работы.*

Работа состоит из двух частей, теоретической в форме теста.

На выполнение тестовой работы отводится 25 минут. Работа состоит из 18 заданий.

Практическая часть

Бег 60 м; 1000м

Прыжок в длину с места

Метание малого мяча

Силовая гимнастика мальчики подтягивание на высокой перекладине; девочки сгибание рук в положении лежа.

Поднимание туловища из положения лежа, руки за головой.

Практическая часть оценивается по нормативам 5 класса.

Содержательные разделы	Число заданий
Легкая атлетика	4
Баскетбол	2
Волейбол	2
Лыжная подготовка	5
Гимнастика	5

3. Критерии оценки:

За верное выполнение каждого задания - 1 балл. «3» ставится, если выполнено 50% работы правильно (9 баллов); «4» ставится если выполнено от 51 - 75% (10-14 баллов); «5» ставится если выполнено от 76-100% (15 -18 баллов).

4. *Апробация работы:* задания взяты из разных источников. (Интернет ресурсы, сборники заданий по физкультуре 5 класса.

5. *Условия применения.* Работа рассчитана на учащихся 5 класса, изучавших курс физической культуры, отвечает обязательному минимуму содержания основного общего образования по физкультуре 5 класса.

6. *Дополнительные материалы и оборудование.* Не используются

Физкультура. Итоговый контроль. 5 класс

1. Начальная фаза прыжка в длину с разбега?

а) разбег; б) полет и приземление; в) отталкивание.

2. Длина марафонского бега составляет:

а) 42 км 196 м; б) 42 км 195 м; в) 42 км 192 м.

3. Исходным положением для метания является?

а) разбег; б) скрестный шаг; в) выпад.

4. Вид спорта, известный как «королева спорта»:

а) лёгкая атлетика; б) стрельба из лука; в) художественная гимнастика.

5. Размер баскетбольной площадки:

а) 13 x 26м; б) 15x28; в) 14x29; г) 15x30.

6. Игровое время в баскетболе состоит из:

а) 4 периода по 10 мин; б) 4 периода по 12 мин;

в) 4 периода по 8 мин; г) 4 периода по 5 мин.

7. Количество игроков на площадке одной команды в волейболе:

а) 5 человек; б) 6 человек; в) 7 человек; г) 8 человек.

8. Сколько игроков-волейболистов могут одновременно находиться на волейбольной площадке во время проведения соревнований:

а) шесть; б) десять; в) двенадцать.

9. Экстренное торможение на лыжах:

а) «плугом»; б) на параллельных лыжах; в) лечь на бок или сесть (падением).

10. Самый распространённый лыжный ход:

а) попеременный четырехшажный ход; б) одновременный бесшажный ход; в) попеременный двухшажный ход.

11. Самый быстрый лыжный ход:

- а) одновременный бесшажный ход; б) одновременный одношажный ход;
- в) одновременный двухшажный ход.

12. Что называется дистанцией:

- а) расстояние между учащимися, стоящими в колонне по одному;
- б) расстояние между двумя стоящими рядом колоннами учащихся;
- в) расстояние между учащимися, стоящими боком друг к другу.

13. Что такое интервал:

- а) расстояние между направляющим и замыкающим в колонне;
- б) расстояние между двумя учащимися, стоящими в одной шеренге;
- в) расстояние между правым и левым флангом в колонне.

14. Определите ошибку при выполнении кувырка вперед в группировке:

- а) энергичное отталкивание ногами; б) опора головой о мат;
- в) прижимание к груди согнутых ног; г) «круглая» спина.

15. Что является ошибкой при выполнении стойки на лопатках:

- а) пережат с «откидыванием» плеч и головы назад; б) локти широко расставлены;
- в) туловище в вертикальном положении, носки оттянуты; г) сгибание в тазобедренных суставах.

16. Олимпийский символ представляет собой пять переплетенных колец, расположенных слева направо в следующем порядке:

- а) сверху – синее, черное, красное; внизу – желтое, зеленое;
- б) сверху – зеленое, черное, красное; внизу – синее, желтое;
- в) сверху-красное, синие, черное; внизу – желтое, зеленое; г) сверху-синее, черное, красное; внизу—зеленое, желтое.

17. Где проводились Игры XXII Олимпиады:

- а) Мельбурн; б) Мехико; в) Москва; г) Монреаль.

18. Термин «олимпиада» означает:

- а) четырехлетний период между Олимпийскими играми;
- б) первый год четырехлетия, наступление которого празднуют Олимпийские игры;
- в) синоним Олимпийских игр; г) соревнования, проводимые во время Олимпийских игр.

Контрольная работа по физической культуре
для учащихся 6-х классов
(Контрольно-измерительные материалы)

Спецификация

Назначение КОС - оценить уровень физической и теоретической подготовки учащихся, осваивающих физическую подготовку на уровне, достаточном для поступления в спортивные секции города. КОС предназначены для итогового контроля достижения планируемых предметных и метапредметных результатов.

Содержание текста теоретической подготовки, а так же задания по физической подготовке разработаны в соответствии:

- с требованиями федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования. - М.: Просвещение, 2011);
- с рекомендациями Примерной программы по физической культуре (Примерная программа по физической культуре. 5-9 классы. - М.: Просвещение, 2012 год);
- учебной программой «Физическая культура. 5 - 9 классы» (В. И. Лях - М.: Просвещение, 2014); Итоговая контрольная работа ориентирована на учебник: Физическая культура. 5-7 кл.:

учеб. для общеобразовательных учреждений М. Я. Виленский, Т. Ю. Торочкова, И. М. Туревский ; под общ. ред. М. Я. Виленского. - М.:Просвещение, 2014.

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.

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 группе 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 освоение программы с учетом уровневого подхода, принятого в Стандарте, предлагается выделить базового и повышенного уровня.

Жирным шрифтом выделены крупные блоки содержания, которые разбиты на более мелкие блоки темы (выделены курсивом) и вопросы содержания.

Код блока содержания	Код контролируемого содержания	Содержание, проверяемое заданиями КИМ
		Основы знаний о физической культуре, умении и навыки
1		Легкая атлетика
	1.1	Инструктаж технике безопасности по легкой атлетике.

	1.2	Самоконтроль уровня физической подготовки.
	1.3	Понятие двигательных качеств – выносливость, сила, скорость.
	1.4	Самостоятельная тренировка по развитию основных физических качеств.
2		Баскетбол
	2.7	Инструктаж техники безопасности по баскетболу.
	2.8	Режим дня.
	2.10	Роль и значение физкультуры в сохранении репродуктивных функций человека.
3		Волейбол
	3.13	Инструктаж техники безопасности по волейболу.
	3.16	Термины техники передачи, приемов, верхней и нижней подачи мяча. Правила игры. Воспитание чувства коллективизма.
4		Лыжная подготовка
	4.1	Инструкция по технике безопасности на уроке лыжной подготовки.
	4.3-4	Подготовка лыжного инвентаря и гигиена одежды.
	4.5-6	Оказание помощи при обморожении и травмах. Обучение ритму движения.
	4.7-8	Виды лыжного спорта, применение лыжных мазей.
	4.9-10	Значение занятий лыжным спортом для развития выносливости. Правила самостоятельного выполнения упражнений.
	4.11-12	Правила самостоятельного выполнения упражнений.
5.		Гимнастика
		Инструкция по технике безопасности на уроках гимнастики в спортивном зале и на снарядах. Значение, гимнастических упражнений для развития координационных способностей.
	5.1-2	История возникновения и забвение античных Олимпийских игр. Страховка и самостраховка.
	5.3-4	Олимпийские принципы, традиции, правила, символика.
	5.5-6	Олимпийское движение подлинно общечеловеческое движение.
	5.7-8	Значение гимнастических упражнений на развитие силовых способностей и гибкости.
	5.8-9	Упражнения для разогревания.
	5.9-10	Спорт, каким он нужен миру.

1. *Назначение работы:* определить степень сформированности знаний, основных умений и навыков, оценить качество подготовки учащихся по всем основным темам, изучаемым в 6 классе.
2. *Структура работы.*

Работа состоит из двух частей, теоретической в форме теста.

На выполнение тестовой работы отводится 25 минут. Работа состоит из 20 заданий.

Практическая часть

Бег 60 м; 1000м

Прыжок в длину с места

Метание малого мяча

Силовая гимнастика мальчики подтягивание на высокой перекладине; девочки сгибание рук в положении лежа.

Поднимание туловища из положения лежа, руки за головой.

Практическая часть оценивается по нормативам 6 класса.

Содержательные разделы	Число заданий
Легкая атлетика	4
Баскетбол	2
Волейбол	2
Лыжная подготовка	6
Гимнастика	6

3. Критерии оценки:

За верное выполнение каждого задания - 1 балл. «3» ставится, если выполнено 50% работы правильно (10 баллов); «4» ставится если выполнено от 51 - 75% (11-15 баллов); «5» ставится если выполнено от 76-100% (16-20 баллов).

4. *Апробация работы:* задания взяты из разных источников. (Интернет ресурсы, сборники заданий по физкультуре 6 класса.

5. *Условия применения.* Работа рассчитана на учащихся 6 класса, изучавших курс физической культуры, отвечает обязательному минимуму содержания основного общего образования по физкультуре 6 класса.

6. *Дополнительные материалы и оборудование.* Не используются

Физкультура. Итоговый контроль. 6 класс

1. Начальная фаза прыжка в длину с разбега?

а) разбег; б) полет и приземление; в) отталкивание.

2. Длина марафонского бега составляет:

а) 42 км 196 м; б) 42 км 195 м; в) 42 км 192 м.

3. Исходным положением для метания является?

а) разбег; б) скрестный шаг; в) выпад.

4. Вид спорта, известный как «королева спорта»:

а) лёгкая атлетика; б) стрельба из лука; в) художественная гимнастика.

5. Размер баскетбольной площадки:

а) 13 x 26м; б) 15x28; в) 14x29; г) 15x30.

6. Игровое время в баскетболе состоит из:

а) 4 периода по 10 мин; б) 4 периода по 12 мин;

в) 4 периода по 8 мин; г) 4 периода по 5 мин.

7. Количество игроков на площадке одной команды в волейболе:

а) 5 человек; б) 6 человек; в) 7 человек; г) 8 человек.

8. Сколько игроков-волейболистов могут одновременно находиться на волейбольной площадке во время проведения соревнований:

а) шесть; б) десять; в) двенадцать.

9. Экстренное торможение на лыжах:

а) «плугом»; б) на параллельных лыжах; в) лечь на бок или сесть (падением).

10. Самый распространённый лыжный ход:

а) попеременный четырехшажный ход; б) одновременный бесшажный ход; в) попеременный двухшажный ход.

11. Самый быстрый лыжный ход:

- а) одновременный бесшажный ход; б) одновременный одношажный ход;
- в) одновременный двухшажный ход.

12. Что называется дистанцией:

- а) расстояние между учащимися, стоящими в колонне по одному;
- б) расстояние между двумя стоящими рядом колоннами учащихся;
- в) расстояние между учащимися, стоящими боком друг к другу.

13. Что такое интервал:

- а) расстояние между направляющим и замыкающим в колонне;
- б) расстояние между двумя учащимися, стоящими в одной шеренге;
- в) расстояние между правым и левым флангом в колонне.

14. Определите ошибку при выполнении кувырка вперед в

- группировке:** а) энергичное отталкивание ногами; б) опора головой о мат;
- в) прижимание к груди согнутых ног; г) «круглая» спина.

15. Что является ошибкой при выполнении стойки на лопатках:

- а) пережат с «откидыванием» плеч и головы назад; б) локти широко расставлены;
- в) туловище в вертикальном положении, носки оттянуты; г) сгибание в тазобедренных суставах.

16. Олимпийский символ представляет собой пять переплетенных колец, расположенных слева направо в следующем порядке:

- а) сверху – синее, черное, красное; внизу – желтое, зеленое;
- б) сверху – зеленое, черное, красное; внизу – синее, желтое;
- в) сверху-красное, синие, черное; внизу – желтое, зеленое; г) сверху-синее, черное, красное; внизу—зеленое, желтое.

17. Где проводились Игры XXII Олимпиады:

- а) Мельбурн; б) Мехико; в) Москва; г) Монреаль.

18. Термин «олимпиада» означает:

- а) четырехлетний период между Олимпийскими играми;
- б) первый год четырехлетия, наступление которого празднуют Олимпийские игры;
- в) синоним Олимпийских игр;
- г) соревнования, проводимые во время Олимпийских игр.

19. Одним из основных средств физического воспитания является:

- а) физическая нагрузка; б) физические упражнения; в) физическая тренировка; г) урок физической культуры.

20. Бег на длинные дистанции развивает:

- а) гибкость; б) ловкость; в) быстроту; г) выносливость.

Контрольная работа по физической культуре
для учащихся 7-х классов
(Контрольно-измерительные материалы)

Спецификация

Назначение КОС - оценить уровень физической и теоретической подготовки учащихся, осваивающих физическую подготовку на уровне, достаточном для поступления в спортивные секции города. КОС предназначены для итогового контроля достижения планируемых предметных и метапредметных результатов.

Содержание текста теоретической подготовки, а так же задания по физической подготовке разработаны в соответствии:

- с требованиями федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования. - М.: Просвещение, 2011);
- с рекомендациями Примерной программы по физической культуре (Примерная программа по физической культуре. 5-9 классы. - М.: Просвещение, 2012 год);
- учебной программой «Физическая культура. 5 - 9 классы» (В. И. Лях - М.: Просвещение, 2014); Итоговая контрольная работа ориентирована на учебник: Физическая культура. 5-7 кл.:

учеб. для общеобразовательных учреждений М. Я. Виленский, Т. Ю. Торочкова, И. М. Туревский ; под общ. ред. М. Я. Виленского. - М.:Просвещение, 2014.

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.

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 группе 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 освоение программы с учетом уровневого подхода, принятого в Стандарте, предлагается выделение базового и повышенного уровня.

Жирным шрифтом выделены крупные блоки содержания, которые разбиты на более мелкие блоки темы (выделены курсивом) и вопросы содержания.

Код блока содержания	Код контролируемого содержания	Содержание, проверяемое заданиями КИМ
		Основы знаний о физической культуре, умении и навыки
1		Легкая атлетика
	1.1	Инструктаж технике безопасности по легкой атлетике.

	1.2	Самоконтроль уровня физической подготовки.
	1.3	Понятие двигательных качеств – выносливость, сила, скорость.
	1.4	Самостоятельная тренировка по развитию основных физических качеств.
2		Баскетбол
	2.7	Инструктаж техники безопасности по баскетболу.
	2.8	Режим дня.
	2.10	Роль и значение физкультуры в сохранении репродуктивных функций человека.
3		Волейбол
	3.13	Инструктаж техники безопасности по волейболу.
	3.16	Термины техники передачи, приемов, верхней и нижней подачи мяча. Правила игры. Воспитание чувства коллективизма.
4		Лыжная подготовка
	4.1	Инструкция по технике безопасности на уроке лыжной подготовки.
	4.3-4	Подготовка лыжного инвентаря и гигиена одежды.
	4.5-6	Оказание помощи при обморожении и травмах. Обучение ритму движения.
	4.7-8	Виды лыжного спорта, применение лыжных мазей.
	4.9-10	Значение занятий лыжным спортом для развития выносливости. Правила самостоятельного выполнения упражнений.
	4.11-12	Правила самостоятельного выполнения упражнений.
5.		Гимнастика
		Инструкция по технике безопасности на уроках гимнастики в спортивном зале и на снарядах. Значение, гимнастических упражнений для развития координационных способностей.
	5.1-2	История возникновения и забвение античных Олимпийских игр. Страховка и самостраховка.
	5.3-4	Олимпийские принципы, традиции, правила, символика.
	5.5-6	Олимпийское движение подлинно общечеловеческое движение.
	5.7-8	Значение гимнастических упражнений на развитие силовых способностей и гибкости.
	5.8-9	Упражнения для разогревания.
	5.9-10	Спорт, каким он нужен миру.

1. *Назначение работы:* определить степень сформированности знаний, основных умений и навыков, оценить качество подготовки учащихся по всем основным темам, изучаемым в 7 классе.

2. *Структура работы.*

Работа состоит из двух частей, теоретической в форме теста.

На выполнение тестовой работы отводится 25 минут. Работа состоит из 22 заданий.

Практическая часть

Бег 60 м; 1000м

Прыжок в длину с места

Метание малого мяча

Силовая гимнастика мальчики подтягивание на высокой перекладине; девочки сгибание рук в положении лежа.

Поднимание туловища из положения лежа, руки за головой.

Практическая часть оценивается по нормативам 7 класса.

Содержательные разделы	Число заданий
Легкая атлетика	4
Баскетбол	3
Волейбол	4
Лыжная подготовка	5
Гимнастика	6

3. Критерии оценки:

За верное выполнение каждого задания - 1 балл. «3» ставится, если выполнено 50% работы правильно (11 баллов); «4» ставится если выполнено от 51 - 75% (12-16 баллов); «5» ставится если выполнено от 76-100% (17-22 балла).

4. *Апробация работы:* задания взяты из разных источников. (Интернет ресурсы, сборники заданий по физкультуре 7 класса.

5. *Условия применения.* Работа рассчитана на учащихся 7 класса, изучавших курс физической культуры, отвечает обязательному минимуму содержания основного общего образования по физкультуре 7 класса.

6. *Дополнительные материалы и оборудование.* Не используются

Физкультура. Итоговый контроль. 7 класс

1. Начальная фаза прыжка в длину с разбега?

а) разбег; б) полет и приземление; в) отталкивание.

2. Длина марафонского бега составляет:

а) 42 км 196 м; б) 42 км 195 м; в) 42 км 192 м.

3. Исходным положением для метания является?

а) разбег; б) скрестный шаг; в) выпад.

4. Вид спорта, известный как «королева спорта»:

а) лёгкая атлетика; б) стрельба из лука; в) художественная гимнастика.

5. Размер баскетбольной площадки:

а) 13 x 26м; б) 15x28; в) 14x29; г) 15x30.

6. Высота кольца от уровня пола составляет:

а) 2 м 00 см; б) 2 м 30 см; в) 3 м 05 см; г) 3 м 30 см

7. Игровое время в баскетболе состоит из:

а) 4 периода по 10 мин; б) 4 периода по 12 мин;

в) 4 периода по 8 мин; г) 4 периода по 5 мин.

8. Размер площадки по волейболу:

а) 18 x 7м; б) 18x8м; в) 18x9м; г) 18x4м

9. Количество игроков на площадке одной команды в волейболе:

а) 5 человек; б) 6 человек; в) 7 человек; г) 8 человек.

10. Сколько игроков-волейболистов могут одновременно находиться на волейбольной площадке во время проведения соревнований:

а) шесть; б) десять; в) двенадцать.

11. Какой подачи не существует в волейболе:

а) одной рукой снизу; б) двумя руками снизу;

в) верхней прямой; г) верхней боковой;

12. Экстренное торможение на лыжах:

а) «плугом»; б) на параллельных лыжах; в) лечь на бок или сесть (падением).

13. Самый распространённый лыжный ход:

а) попеременный четырехшажный ход; б) одновременный бесшажный ход; в) попеременный двухшажный ход.

14. Самый быстрый лыжный ход:

а) одновременный бесшажный ход; б) одновременный одношажный ход;

в) одновременный двухшажный ход.

15. Что называется дистанцией:

а) расстояние между учащимися, стоящими в колонне по одному;

б) расстояние между двумя стоящими рядом колоннами учащихся;

в) расстояние между учащимися, стоящими боком друг к другу.

16. Что такое интервал:

а) расстояние между направляющим и замыкающим в колонне;

б) расстояние между двумя учащимися, стоящими в одной

шеренге; в) расстояние между правым и левым флангом в колонне.

17. Определите ошибку при выполнении кувырка вперед в

группировке: а) энергичное отталкивание ногами; б) опора головой о мат;

в) прижимание к груди согнутых ног; г) «круглая» спина.

18. Что является ошибкой при выполнении стойки на лопатках:

а) пережат с «откидыванием» плеч и головы назад; б) локти широко

расставлены; в) туловище в вертикальном положении, носки оттянуты; г)

сгибание в тазобедренных суставах.

19. Олимпийский символ представляет собой пять переплетенных колец, расположенных слева направо в следующем порядке:

а) сверху – синее, черное, красное; внизу – желтое, зеленое;

б) сверху – зеленое, черное, красное; внизу – синее, желтое;

в) сверху-красное, синие, черное; внизу – желтое, зеленое; г)

сверху-синее, черное, красное; внизу—зеленое, желтое.

20. Где проводились Игры XXII Олимпиады:

а) Мельбурн; б) Мехико; в) Москва; г) Монреаль.

21. Термин «олимпиада» означает:

а) четырехлетний период между Олимпийскими играми;

б) первый год четырехлетия, наступление которого празднуют Олимпийские игры;

в) синоним Олимпийских игр;

г) соревнования, проводимые во время Олимпийских игр.

22. Одним из основных средств физического воспитания является:

а) физическая нагрузка; б) физические упражнения; в)

физическая тренировка; г) урок физической культуры.

Контрольная работа по физической культуре
для учащихся 8-х классов
(Контрольно-измерительные материалы)

Спецификация

Назначение КОС - оценить уровень физической и теоретической подготовки учащихся, осваивающих физическую подготовку на уровне, достаточном для поступления в спортивные секции города. КОС предназначены для итогового контроля достижения планируемых предметных и метапредметных результатов.

Содержание текста теоретической подготовки, а так же задания по физической подготовке разработаны в соответствии:

- с требованиями федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования. - М.: Просвещение, 2011);
- с рекомендациями Примерной программы по физической культуре (Примерная программа по физической культуре. 5-9 классы. - М.: Просвещение, 2012 год);
- учебной программой «Физическая культура. 5 - 9 классы» (В. И. Лях - М.: Просвещение, 2014); Итоговая контрольная работа ориентирована на учебник: Физическая культура. 8-9 кл.:

учеб. для общеобразовательных учреждений М. Я. Виленский, Т. Ю. Торочкова, И. М. Туревский ; под общ. ред. М. Я. Виленского. - М.: Просвещение, 2014.

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.

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 группе 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 освоение программы с учетом уровневого подхода, принятого в Стандарте, предлагается выделить базового и повышенного уровня.

Жирным шрифтом выделены крупные блоки содержания, которые разбиты на более мелкие блоки темы (выделены курсивом) и вопросы содержания.

Код блока содержания	Код контролируемого содержания	Содержание, проверяемое заданиями КИМ
		Основы знаний о физической культуре, умении и навыки
1		Легкая атлетика
	1.1	Инструктаж технике безопасности по легкой атлетике.

	1.2	Самоконтроль уровня физической подготовки.
	1.3	Понятие двигательных качеств – выносливость, сила, скорость.
	1.4	Самостоятельная тренировка по развитию основных физических качеств.
2		Баскетбол
	2.7	Инструктаж техники безопасности по баскетболу.
	2.8	Режим дня.
	2.10	Роль и значение физкультуры в сохранении репродуктивных функций человека.
3		Волейбол
	3.13	Инструктаж техники безопасности по волейболу.
	3.16	Термины техники передачи, приемов, верхней и нижней подачи мяча. Правила игры. Воспитание чувства коллективизма.
4		Лыжная подготовка
	4.1	Инструкция по технике безопасности на уроке лыжной подготовки.
	4.3-4	Подготовка лыжного инвентаря и гигиена одежды.
	4.5-6	Оказание помощи при обморожении и травмах. Обучение ритму движения.
	4.7-8	Виды лыжного спорта, применение лыжных мазей.
	4.9-10	Значение занятий лыжным спортом для развития выносливости. Правила самостоятельного выполнения упражнений.
	4.11-12	Правила самостоятельного выполнения упражнений.
5.		Гимнастика
		Инструкция по технике безопасности на уроках гимнастики в спортивном зале и на снарядах. Значение, гимнастических упражнений для развития координационных способностей.
	5.1-2	История возникновения и забвение античных Олимпийских игр. Страховка и самостраховка.
	5.3-4	Олимпийские принципы, традиции, правила, символика.
	5.5-6	Олимпийское движение подлинно общечеловеческое движение.
	5.7-8	Значение гимнастических упражнений на развитие силовых способностей и гибкости.
	5.8-9	Упражнения для разогревания.
	5.9-10	Спорт, каким он нужен миру.

Спецификация работы по физической культуре в 8 классе. Итоговый контроль.

1. *Назначение работы:* определить степень сформированности знаний, основных умений и навыков, оценить качество подготовки учащихся по всем основным темам, изучаемым в 8 классе.
2. *Структура работы.*

Работа состоит из двух частей, теоретической в форме теста.

На выполнение тестовой работы отводится 25 минут. Работа состоит из 24 заданий.

Практическая часть

Бег 60 м; 1000м

Прыжок в длину с места

Метание малого мяча

Силовая гимнастика мальчики подтягивание на высокой перекладине; девочки сгибание рук в положении лежа.

Поднимание туловища из положения лежа, руки за головой.

Практическая часть оценивается по нормативам 8 класса.

Содержательные разделы	Число заданий
Легкая атлетика	4
Баскетбол	5
Волейбол	4
Лыжная подготовка	6
Гимнастика	7

3. Критерии оценки:

За верное выполнение каждого задания - 1 балл. «3» ставится, если выполнено 50% работы правильно (12 баллов); «4» ставится если выполнено от 51 - 75% (13-18 баллов); «5» ставится если выполнено от 76-100% (19-24 балла).

4. *Апробация работы:* задания взяты из разных источников. (Интернет ресурсы, сборники заданий по физкультуре 8 класса.

5. *Условия применения.* Работа рассчитана на учащихся 8 класса, изучавших курс физической культуры, отвечает обязательному минимуму содержания основного общего образования по физкультуре 8 класса.

6. *Дополнительные материалы и оборудование.* Не используются

Физкультура. Итоговый контроль. 8 класс

1. Начальная фаза прыжка в длину с разбега?

а) разбег; б) полет и приземление; в) отталкивание.

2. Длина марафонского бега составляет:

а) 42 км 196 м; б) 42 км 195 м; в) 42 км 192 м.

3. Исходным положением для метания является?

а) разбег; б) скрестный шаг; в) выпад.

4. Вид спорта, известный как «королева спорта»:

а) лёгкая атлетика; б) стрельба из лука; в) художественная гимнастика.

5. Размер баскетбольной площадки:

а) 13 x 26м; б) 15x28; в) 14x29; г) 15x30.

6. Высота кольца от уровня пола составляет:

а) 2 м 00 см; б) 2 м 30 см; в) 3 м 05 см; г) 3 м 30 см

7. При каком количестве фолов игрок удаляется с площадки:

а) 7; б) 3; в) 6; г) 5.

8. Игровое время в баскетболе состоит из:

а) 4 периода по 10 мин; б) 4 периода по 12 мин;
в) 4 периода по 8 мин; г) 4 периода по 5 мин.

9. Размер площадки по волейболу:

а) 18 x 7м; б) 18x8м; в) 18x9м; г) 18x4м

10. Количество игроков на площадке одной команды в волейболе:

а) 5 человек; б) 6 человек; в) 7 человек; г) 8 человек.

11. Сколько игроков-волейболистов могут одновременно находиться на волейбольной площадке во время проведения соревнований:

а) шесть; б) десять; в) двенадцать.

12. Какой подачи не существует в волейболе:

а) одной рукой снизу; б) двумя руками снизу;
в) верхней прямой; г) верхней боковой;

13. Экстренное торможение на лыжах:

а) «плугом»; б) на параллельных лыжах; в) лечь на бок или сесть (падением).

14. Самый распространённый лыжный ход:

а) попеременный четырехшажный ход; б) одновременный бесшажный ход; в) попеременный двухшажный ход.

15. Самый быстрый лыжный ход:

а) одновременный бесшажный ход; б) одновременный одношажный ход;
в) одновременный двухшажный ход.

16. Что называется дистанцией:

а) расстояние между учащимися, стоящими в колонне по одному;
б) расстояние между двумя стоящими рядом колоннами учащихся;
в) расстояние между учащимися, стоящими боком друг к другу.

17. Что такое интервал:

а) расстояние между направляющим и замыкающим в колонне;
б) расстояние между двумя учащимися, стоящими в одной шеренге; в) расстояние между правым и левым флангом в колонне.

18. Определите ошибку при выполнении кувырка вперед в группировке:

а) энергичное отталкивание ногами; б) опора головой о мат;
в) прижимание к груди согнутых ног; г) «круглая» спина.

19. Что является ошибкой при выполнении стойки на лопатках:

а) пережат с «откидыванием» плеч и головы назад; б) локти широко расставлены; в) туловище в вертикальном положении, носки оттянуты; г) сгибание в тазобедренных суставах.

20. Олимпийский символ представляет собой пять переплетенных колец, расположенных слева направо в следующем порядке:

а) сверху – синее, черное, красное; внизу – желтое, зеленое;
б) сверху – зеленое, черное, красное; внизу – синее, желтое;
в) сверху-красное, синие, черное; внизу – желтое, зеленое; г) сверху-синее, черное, красное; внизу—зеленое, желтое.

21. Где проводились Игры XXII Олимпиады:

а) Мельбурн; б) Мехико; в) Москва; г) Монреаль.

22. Термин «олимпиада» означает:

а) четырехлетний период между Олимпийскими играми;
б) первый год четырехлетия, наступление которого празднуют Олимпийские игры;
в) синоним Олимпийских игр; г) соревнования, проводимые во время Олимпийских игр.

23. Одним из основных средств физического воспитания является:

а) физическая нагрузка; б) физические упражнения;
в) физическая тренировка; г) урок физической культуры.

24. Под общей физической подготовкой (ОФП) понимают тренировочный процесс, направленный:

а) на формирование правильной осанки;
б) на гармоническое развитие человека;

- в) на всестороннее развитие физических качеств;
- г) на достижение высоких спортивных результатов.

Контрольная работа по физической культуре
для учащихся 9-х классов
(Контрольно-измерительные материалы)

Спецификация

Назначение КОС - оценить уровень физической и теоретической подготовки учащихся, осваивающих физическую подготовку на уровне, достаточном для поступления в спортивные секции города. КОС предназначены для итогового контроля достижения планируемых предметных и метапредметных результатов.

Содержание текста теоретической подготовки, а так же задания по физической подготовке разработаны в соответствии:

- с требованиями федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования. - М.: Просвещение, 2011);
- с рекомендациями Примерной программы по физической культуре (Примерная программа по физической культуре. 5-9 классы. - М.: Просвещение, 2012 год);
- учебной программой «Физическая культура. 5 - 9 классы» (В. И. Лях - М.: Просвещение, 2014); Итоговая контрольная работа ориентирована на учебник: Физическая культура. 8-9 кл.:

учеб. для общеобразовательных учреждений М. Я. Виленский, Т. Ю. Торочкова, И. М. Туревский ; под общ. ред. М. Я. Виленского. - М.: Просвещение, 2014.

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.

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 группе 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 освоение программы с учетом уровневого подхода, принятого в Стандарте, предлагается выделить базового и повышенного уровня.

Жирным шрифтом выделены крупные блоки содержания, которые разбиты на более мелкие блоки темы (выделены курсивом) и вопросы содержания.

Код блока содержания	Код контролируемого содержания	Содержание, проверяемое заданиями КИМ
		Основы знаний о физической культуре, умении и навыки
1		Легкая атлетика
	1.1	Инструктаж технике безопасности по легкой атлетике.

	1.2	Самоконтроль уровня физической подготовки.
	1.3	Понятие двигательных качеств – выносливость, сила, скорость.
	1.4	Самостоятельная тренировка по развитию основных физических качеств.
2		Баскетбол
	2.7	Инструктаж техники безопасности по баскетболу.
	2.8	Режим дня.
	2.10	Роль и значение физкультуры в сохранении репродуктивных функций человека.
3		Волейбол
	3.13	Инструктаж техники безопасности по волейболу.
	3.16	Термины техники передачи, приемов, верхней и нижней подачи мяча. Правила игры. Воспитание чувства коллективизма.
4		Лыжная подготовка
	4.1	Инструкция по технике безопасности на уроке лыжной подготовки.
	4.3-4	Подготовка лыжного инвентаря и гигиена одежды.
	4.5-6	Оказание помощи при обморожении и травмах. Обучение ритму движения.
	4.7-8	Виды лыжного спорта, применение лыжных мазей.
	4.9-10	Значение занятий лыжным спортом для развития выносливости. Правила самостоятельного выполнения упражнений.
	4.11-12	Правила самостоятельного выполнения упражнений.
5.		Гимнастика
		Инструкция по технике безопасности на уроках гимнастики в спортивном зале и на снарядах. Значение, гимнастических упражнений для развития координационных способностей.
	5.1-2	История возникновения и забвение античных Олимпийских игр. Страховка и самостраховка.
	5.3-4	Олимпийские принципы, традиции, правила, символика.
	5.5-6	Олимпийское движение подлинно общечеловеческое движение.
	5.7-8	Значение гимнастических упражнений на развитие силовых способностей и гибкости.
	5.8-9	Упражнения для разогревания.
	5.9-10	Спорт, каким он нужен миру.

Спецификация работы по физической культуре в 9 классе. Итоговый контроль.

1. *Назначение работы:* определить степень сформированности знаний, основных умений и навыков, оценить качество подготовки учащихся по всем основным темам, изучаемым в 9 классе.

2. Структура работы.

Работа состоит из двух частей, теоретической в форме теста.

На выполнение тестовой работы отводится 25 минут. Работа состоит из 26 заданий.

Практическая часть

Бег 60 м; 1000м

Прыжок в длину с места

Метание малого мяча

Силовая гимнастика мальчики подтягивание на высокой перекладине; девочки сгибание рук в положении лежа.

Поднимание туловища из положения лежа, руки за головой.

Практическая часть оценивается по нормативам 9 класса.

Содержательные разделы	Число заданий
Легкая атлетика	4
Баскетбол	5
Волейбол	4
Лыжная подготовка	6
Гимнастика	9

3. Критерии оценки:

За верное выполнение каждого задания - 1 балл. «3» ставится, если выполнено 50% работы правильно (13 баллов); «4» ставится если выполнено от 51 - 75% (14-20 баллов); «5» ставится если выполнено от 76-100% (21-26 баллов).

4. *Апробация работы:* задания взяты из разных источников. (Интернет ресурсы, сборники заданий по физкультуре 9 класса.
5. *Условия применения.* Работа рассчитана на учащихся 9 класса, изучавших курс физической культуры, отвечает обязательному минимуму содержания основного общего образования по физкультуре 8 класса.
6. *Дополнительные материалы и оборудование.* Не используются

Физкультура. Итоговый контроль. 9 класс

1. Начальная фаза прыжка в длину с разбега?

а) разбег; б) полет и приземление; в) отталкивание.

2. Длина марафонского бега составляет:

а) 42 км 196 м; б) 42 км 195 м; в) 42 км 192 м.

3. Исходным положением для метания является?

а) разбег; б) скрестный шаг; в) выпад.

4. Вид спорта, известный как «королева спорта»:

а) лёгкая атлетика; б) стрельба из лука; в) художественная гимнастика.

5. Размер баскетбольной площадки:

а) 13 x 26м; б) 15x28; в) 14x29; г) 15x30.

6. Высота кольца от уровня пола составляет:

а) 2 м 00 см; б) 2 м 30 см; в) 3 м 05 см; г) 3 м 30 см

7. При каком количестве фолов игрок удаляется с площадки:

а) 7; б) 3; в) 6; г) 5.

8. Игровое время в баскетболе состоит из:

а) 4 периода по 10 мин; б) 4 периода по 12 мин;
в) 4 периода по 8 мин; г) 4 периода по 5 мин.

9. Размер площадки по волейболу:

а) 18 х 7м; б) 18х8м; в) 18х9м; г) 18х4м

10. Количество игроков на площадке одной команды в волейболе:

а) 5 человек; б) 6 человек; в) 7 человек; г) 8 человек.

11. Сколько игроков-волейболистов могут одновременно находиться на волейбольной площадке во время проведения соревнований:

а) шесть; б) десять; в) двенадцать.

12. Какой подачи не существует в волейболе:

а) одной рукой снизу; б) двумя руками снизу;
в) верхней прямой; г) верхней боковой;

13. Экстренное торможение на лыжах:

а) «плугом»; б) на параллельных лыжах; в) лечь на бок или сесть (падением).

14. Самый распространённый лыжный ход:

а) попеременный четырехшажный ход; б) одновременный бесшажный ход; в) попеременный двухшажный ход.

15. Самый быстрый лыжный ход:

а) одновременный бесшажный ход; б) одновременный одношажный ход;
в) одновременный двухшажный ход.

16. Что называется дистанцией:

а)расстояние между учащимися, стоящими в колонне по одному;
б)расстояние между двумя стоящими рядом колоннами учащихся;
в)расстояние между учащимися, стоящими боком друг к другу.

17. Что такое интервал:

а)расстояние между направляющим и замыкающим в колонне;
б)расстояние между двумя учащимися, стоящими в одной шеренге; в)расстояние между правым и левым флангом в колонне.

18.Определите ошибку при выполнении кувырка вперед в группировке: а) энергичное отталкивание ногами; б) опора головой о мат;
в) прижимание к груди согнутых ног; г) «круглая» спина.

19.Что является ошибкой при выполнении стойки на лопатках:

а) перекат с «откидыванием» плеч и головы назад; б) локти широко расставлены; в) туловище в вертикальном положении, носки оттянуты; г) сгибание в тазобедренных суставах.

20.Олимпийский символ представляет собой пять переплетенных колец, расположенных слева направо в следующем порядке:

а) вверху – синее, черное, красное; внизу – желтое, зеленое;
б) вверху – зеленое, черное, красное; внизу – синее, желтое;
в) вверху-красное, синие, черное; внизу – желтое, зеленое; г) вверху-синее, черное, красное; внизу—зеленое, желтое.

21. Где проводились Игры XXII Олимпиады:

а)Мельбурн; б)Мехико; в)Москва; г)Монреаль.

22.Термин «олимпиада» означает:

а)четырёхлетний период между Олимпийскими играми;
б) первый год четырехлетия, наступление которого празднуют Олимпийские игры;
в) синоним Олимпийских игр; г) соревнования, проводимые во время Олимпийских игр.

23. Одним из основных средств физического воспитания является:

а) физическая нагрузка; б) физические упражнения;
в) физическая тренировка; г) урок физической культуры.

24. Под общей физической подготовкой (ОФП) понимают тренировочный процесс, направленный:

- а) на формирование правильной осанки;
- б) на гармоническое развитие человека;
- в) на всестороннее развитие физических качеств;
- г) на достижение высоких спортивных результатов.

25. К показателям физической подготовленности относятся:

- а) сила, быстрота, выносливость;
- б) рост, вес, окружность грудной клетки;
- в) артериальное давление, пульс;
- г) частота сердечных сокращений, частота дыхания.

26. К показателям физического развития относятся:

- а) сила и гибкость; б) быстрота и выносливость; в) рост и вес; г) ловкость и прыгучесть.

