

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение»
«Средняя общеобразовательная школа № 6»
«6 №-а шОР школа» муниципальной велёдан съёмкуд учреждение**

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
протокол
от «02» апреля 2021 № 5

УТВЕРЖДЕНО
приказом МБОУ «СОШ № 6»
от 02 апреля 2021 г. № 86

СПЕЦИФИКАЦИЯ

контрольно – измерительных материалов для проведения промежуточной аттестации учащихся 7 класса по физической культуре

1. Назначение работы:

- работа предназначена для проведения оценки качества достижений, учащихся по учебному предмету «физическая культура», предусмотренных ФГОС ООО.

2. Документы, определяющие содержание работы:

Содержание и структура контрольной работы по учебному предмету «Физическая культура» разработаны на основе следующих документов:

1. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (утвержден приказом министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897;

2. Примерная основная образовательная программа основного общего образования, одобренной Федеральным учебно-методическим объединением по общему образованию, протокол заседания от 08.04. 2015 № 1/15.

3. Условия проведения работы, включая дополнительные материалы и оборудование.

Использование дополнительных и справочных материалов не предусматривается. Контрольная работа состоит из 2 частей: теста и практическое задание.

4. Время выполнения работы.

На выполнение всей работы отводится 40 минут без учета времени, отведенного на инструктаж учащихся.

5. Содержание и структура работы

Ким позволяет оценить степень освоения учебного материала по физической культуре 7 класса. В таблице 1 приведено распределение заданий работы по темам учебного курса

Таблица 1

№ п/п	Темы курса «Физическая культура	Число заданий
1	Виды физической деятельности	5
2	Правила безопасности на занятиях	5
3	История Развития спорта	5
4	Практические задания	4
	Итого:	19

6. Оценка выполнения отдельных заданий и работы в целом

Рекомендации по оценке выполнения заданий работы

№ задания	Проверяемые умения	Максимальный балл
	Базовый уровень	
A1	Иметь представления о различных видах спорта	3

A2	Иметь представление о развитии массового спорта в России	3
A3	Знать основные понятия физической культуры	3
A4	Знать правила игры	3
A5	Знать правила ТБ на уроках физической культуры	3
	Повышенный уровень	
B1	Выполнять упражнения на скорость	5
B2	Выполнять упражнения на силу	5
B3	Выполнять упражнения на выносливость	5
B4	Выполнять упражнения на ловкость	5
	Итого:	35

Для заданий типа А максимальный балл за выполнение равен 1.

Для заданий типа В максимальный балл за выполнение равен 5.

Описание правильного ответа:

Ключ оценивания:

0 - не может оценить правильность выполнения учебного действия, соотнести результат с поставленной целью;

1 - есть расхождения между внешней и личной оценкой полученного результата и его соответствия цели учебного действия;

2-3 - есть осознание того, что уже усвоено и что еще нужно усвоить

4-5 - есть полное понимание и правильность выполнения заданий

При оценке результатов учебной деятельности, учащихся учитывается характер допущенных ошибок: существенных и несущественных.

К категории **существенных** ошибок следует отнести такие, которые свидетельствуют о непонимании учащимися разницы между отдельными видами спорта, значения специальной терминологии. Как правило, существенные ошибки связаны с недостаточной глубиной и осознанностью освоения учебного материала.

К категории **несущественных** ошибок относятся ошибки, связанные с подменой одного термина или понятия другим. К таким ошибкам относятся упущения в ответе,

Максимальный балл за выполнение всей работы -35 баллов

Все задания оцениваются экспертом (учителем) с учетом правильности и полноты ответа в соответствии с критериями оценивания.

Проверка практических заданий (часть 2) осуществляется только специалистом по предмету.

Шкала пересчёта первичного балла в школьную отметку

Школьная отметка	«2»	«3»	«4»	«5»
Суммарный балл	0-17	18-23	24-29	30-35
Уровень выполнения	менее 50% критический	50-75% допустимый	76-84% достаточный	90-100% оптимальный

Нормы и критерии оценивания

Теоретическая часть (Тест)

85%-100% - Отметка 5

70%-84% - Отметка 4

50%-69% - Отметка 3

Менее 50% - Отметка 2

Практическая часть

1. Челночный бег (3x10 м.)

Мальчики:

5 баллов-9,0 и меньше

4 балла-9,1-10,3

3 балла -10,4-12,6

2 балла- 12,7-16,2 и больше

Девочки:

5 баллов -9,4 и меньше

4 балла 10,1- 11,4

3 балла- 11,5- 12,7

2 балла- 13,0 и больше

2. Сгибание и разгибания рук в упоре лежа на полу (количество раз)

Мальчики:

5 баллов-36 и больше

4 балла -24 и меньше

3 балла -20 и меньше

2 балла- 5 и меньше

Девочки:

5 баллов -15 и больше

4 балла 10 и меньше

3 балла- 8 и меньше

2 балла- 3 и меньше

3. Поднимание туловища, за 1 мин. (девочки)

5 баллов – 43 и больше

4 балла 34 и меньше

3 балла -31 и меньше

2 балла - 11-14 и меньше

Подтягивание на перекладине (мальчики) кол-во раз

5 баллов -12 и больше

4 балла - 8

3 балла - 6

2 балла -2 и меньше

4. Прыжок в длину с места

Девочки

5 баллов - 180 (см) и менее

4 балла – 160 (см) и менее

3 балла – 150 (см) и менее

2 балла – 100 (см)

Мальчики

5 баллов – 215 см и менее

4 балла - 190 см и менее

3 балла - 170 см и менее

2 балла -100 см

7. План демонстрационного варианта годовой контрольной работы в 7 классе

по физической культуре

Используются следующие условные обозначения для типов заданий:

ВО – задание с выбором ответа;

КО – задание с кратким ответом;

РО – задание с развернутым ответом.

Используются следующие условные обозначения для уровней сложности:

Б – базовый уровень;

П – повышенный уровень;

В – высокий уровень.

Кодификатор

Обозначение задания в работе	Проверяемые результаты обучения (виды деятельности)	Тип задания	Уровень сложности	Баллы за выполнение задания
Теоретическая часть				

1,2, 3, 4, 5,7	Метапредметный результат Бережное отношение к своему здоровью Понимание здоровья как	ВО	Б	3
6 задание	Указывать назначение режима дня	ВО	Б	3
9 задание	Обеспечивать оптимальное	ВО	П	3
10, 11, 12, 13 задания	Раскрывать смысл понятий основных физических качеств	ВО	П	3
14,15 задание	Умение организовать места занятий и обеспечить их безопасность	ВО	П	3
Практическая часть				
Челночный бег 3x10 метров (сек)	Выполнять бег с высокого старта Применять технику бега на короткие дистанции	ПЗ	Б	5
Поднимание туловища, за 1 мин. (девочки)	Укреплять мышцы брюшного пресса Овладевать техникой выполнения	ПЗ	Б	5
Подтягивание на перекладине (мальчики) кол-во	Укреплять мышцы плечевого пояса применять технику выполнения упражнения развивать силовую	ПЗ	Б	5
Сгибание и разгибания рук в упоре лежа на полу	Укреплять грудные мышцы и трицепс, а также дельтовидные	ПЗ	Б	5
Прыжок в длину с места	Выполнять основы движения в прыжках - прыжок в длину с места Распределять свои физические	ПЗ	Б	5

**Демонстрационный вариант годовой контрольной работы
по физической культуре для учащихся 7 класса**

Инструкция по выполнению работы

Часть А: 15 заданий с выбором правильного ответа из трех предложенных (ВО);

Часть В: Практическое задание (ПЗ)

В части А (15 заданий) рассматриваются вопросы теоретического характера, в части В (4 задание) - практическое задание. В связи с этим, на выполнение всей диагностической работы отводится **25 минут**, на выполнение практического задания- **15 минут**

Желаем успеха!

Теоретическая часть по физической культуре

Вариант № 1

1. Какой из перечисленных видов спорта является не олимпийским видом?

- а) Синхронное плавание
- б) Спортивное ориентирование
- в) Легкая атлетика.

2. Физическими упражнениями принято называть...

- а) Действия, вызывающие функциональные сдвиги в организме.
- б) Определенным образом организованные двигательные действия.
- в) Движения, способствующие повышению работоспособности.

3. Физическая подготовка представляет собой...

- а) Процесс обучения движений и воспитания физических качеств.
- б) Физическое воспитание с ярко выраженным прикладным эффектом.
- в) Уровень развития, характеризующийся высокой работоспособностью.

4. Физическое воспитание представляет собой...

- а) Процесс выполнения физических упражнений.
- б) Способ освоения ценностей, накопленных в сфере физической культуры.
- в) Способ повышения работоспособности и укрепления здоровья.

5. Специфика физического воспитания, как одного из видов воспитания, заключается...

а) В формировании двигательных умений и навыков человека, в воспитании физических качеств человека.

б) В повышении физической работоспособности человека.

в) Во всем вышеперечисленном.

6. Задачи по упрочению и сохранению здоровья в процессе физического воспитания решаются на основе...

а) Обеспечения полноценного физического развития.

б) Совершенствования телосложения.

в) Закаливания и физиотерапевтических процедур.

7. Обучение двигательным действиям и воспитание физических качеств составляют специфическую основу...

а) Физической культуры.

б) Укрепления здоровья.

в) Физического воспитания.

8. Способы выполнения двигательных действий, с помощью которых двигательная задача решается с относительно большей эффективностью, принято называть...

а) Формой физического упражнения.

б) Двигательными навыками.

в) Техникой физических упражнений.

9. Основным специфическим средством физического воспитания является...

а) Физическое упражнение.

б) Закаливание.

в) Солнечная радиация.

10. Что делать при ушибе?

- а) намазать ушибленное место мазью;
- б) положить холодный компресс;
- в) перевязать ушибленное место бинтом;
- г) намазать ушибленное место йодом.

11. 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.

12. Подготовительные упражнения применяются,

а) Если в двигательном фонде отсутствуют опорные элементы.

б) Если обучающийся недостаточно физически развит

в) Если необходимо устранять причины возникновения ошибок.

13. Двигательными умениями и штыками принято называть...

а) Правильное выполнение двигательных действий

б) Уровень владения движением при активизации внимания.

в) Способы управления двигательными действиями

14. Физическая культура - это:

а) учебный предмет в школе;

б) выполнение упражнений;

в) часть человеческой культуры

15. Под общей физической подготовкой понимается:

а) бег трусцой;

б) система упражнений, направленная на общее укрепление организма;

в) результат занятий физическими упражнениями

Практическая часть состоит из тестов-упражнений:

1. упр. Челночный бег 3x10 метров (сек)

2. упр. Сгибание и разгибания рук в упоре лежа на полу (количество раз)

3. упр. Прыжок в длину с места (см)

4. упр. Подтягивание на перекладине (раз) – мальчики. Упр. Поднимания туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин) – девочки

**Демонстрационный вариант годовой контрольной работы
по физической культуре для учащихся 7 класса**

Инструкция по выполнению работы

Часть А: 15 заданий с выбором правильного ответа из трех предложенных (ВО);

Часть В: Практическое задание (ПЗ)

В части А (15 заданий) рассматриваются вопросы теоретического характера, в части В (4 задание) - практическое задание. В связи с этим, на выполнение всей диагностической работы отводится **25 минут**, на выполнение практического задания- **15 минут**

Желаем успеха!

Вариант № 2

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. 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

3. 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.

4. 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.

5. Как звучит девиз Олимпийских игр?

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

6. Тренеров в Древней Греции называли...

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

7. Где проходили зимние Олимпийские игры 2014 года?

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

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

- а) 23;
- б) 34;
- в) 45;

г) 56.

9. Физическая культура – это:

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

10. 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.

11. Вход в спортивный зал

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

12. Родиной баскетбола является....

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

13. 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.

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

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

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

Практическая часть состоит из тестов-упражнений:

1. упр. Челночный бег 3x10 метров (сек)
2. упр. Сгибание и разгибания рук в упоре лежа на полу (количество раз)
3. упр. Прыжок в длину с места (см)
4. упр. Подтягивание на перекладине (раз) – мальчики. Упр. Поднимания туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин) – девочки