МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №27

КОНТРОЛЬНО-ИЗМЕРИТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ

ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

В 8 КЛАССЕ

Стрилец Татьяна Васильевна

*учитель физической культуры*

г.Набережные Челны

Спецификация работы

для проведения контроля за уровнем освоения образовательной программы

по физической культуре за 2022-2023 учебный год

обучающегося 8 класса МБОУ СОШ № 27

(УМК В.И. Лях)

**1.Назначение работы**- оценить уровень освоения программы по физической культуре за 2022-2023 учебный год обучающегося 8 класса МБОУ СОШ № 27

**2.Документы, определяющие нормативно-правовую базу рубежного контроля**

Содержание работы определяется на основе Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования и Программой общеобразовательных учреждений физического воспитания 8-9 классы М.: Просвещение 2019 В.И.Лях (8 класс по УМК В.И. Лях)

**3.Характеристика структуры и содержания контрольной работы**

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

- часть 1- теоретическая часть, содержит задания в открытой форме и задание на установление соответствия;

- часть 2 – практическая часть, состоит из тестов-упражнений:

1.Поднимание туловища из положения лёжа,

2. Прыжки со скакалкой

3. Прыжок в длину с места

4. Наклон вперёд из положения стоя

Часть 1Задания в открытой форме и задание на установление соответствия (20 заданий).Предназначены для определения физических компетентностей учащихся 8 класса на базовом уровне.

Задания в открытой форме, то есть без предложенных вариантов ответов. При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать определение, которое, завершая высказывание, образует истинное утверждение.

Задания на соответствие понятий и определений, то есть соответствие предложенных вариантов ответов определенным понятиям и определениям.

Часть 2 включает 4 задания базового уровня сложности - выполнение практической части. Выполняет ее учащийся, относящийся к основной группе здоровья. Задания части 2 предназначены для более точной дифференциации учащегося 8 класса

*Прыжок в длину с места*: Участник принимает исходное положение: ноги на ширине плеч, ступни параллельно, носки ног перед линией отталкивания. Одновременным толчком двух ног выполняется прыжок вперед. Мах руками допускается. Участнику предоставляются 3 попытки. В зачет идет лучший результат.

*Наклон туловища в перёд из положение стоя:*Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами выполняется из исходного положения: стоя на гимнастической скамье, ноги выпрямлены в коленях, ступни ног расположены параллельно на ширине 10-15 см. При выполнении испытания участник выполняет 2 предварительных наклона, скользя пальцами рук по линейке измерения. При третьем наклоне участник максимально сгибается и фиксирует результат в течение 2с.

Поднимание туловища из положения лежа на спине: Исходное  положение руки  за  головой, пальцы в замок, ноги согнуть в коленях, ступни закреплены. Фиксируется  количество  выполненных  упражнений  до касания локтями коленей в одной попытке  за  1 минуту.

Прыжки со скакалкой; При выполнении прыжков туловище следует держать выпрямленным, сохраняя правильную осанку, так как это влияет на свободное дыхание. Дыхание при прыжках не задерживать. Руки, слегка согнутые в локтях, расположены по бокам. Вращать скакалку следует кистями рук. Чем интенсивнее работают кисти, тем быстрее вращается скакалка. Ноги слегка согнуты в коленях, ступни вместе. Фиксируется  количество  выполненных прыжков за 1 минуту.

**4.Распределение заданий работы по проверяемым умениям и видам деятельности.**

|  |  |
| --- | --- |
| Задание | Планируемый результат |
| Практическая часть | |
| 1 упражнение  2 упражнение  3 упражнение  4 упражнение | Предметный результат  Выполнять нормативы физической подготовки |
| Метапредметный результат  Контролирует соответствие выполняемых действий способу, при изменении условий вносит коррективы в способ действия до начала решения |
| Личностный результат  Выявлять особенности в приросте показателей физического развития в течении учебного года, сравнивать их с возрастными стандартами |
| Теоретическая часть | |
| 4, 5, 10 задание | Метапредметный результат  Бережное отношение к своему здоровью  Понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития, укрепления и сохранения его |
| 17 задание | Указывать назначение режима дня |
| 16 задание | Обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха |
| 15,18 задание | Раскрывать смысл понятий основных физических качеств |
| 1,2,3,6,8,9,11,14 задание | Владеть широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из базовых видов спорта |
| 7,13 задание | Предметный результат   * Знать о истории и развитии спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами; |
| 12,20 задание | Отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для оздоровительной гимнастики и физической подготовки |
| 19 задание | Личностный результат  Владеть знаниями по основам организации и проведения занятий физической культурой |

**5.Время выполнения работы 60 минут**

1часть – 40 минут

2 часть - 20 минут

**6.Система оценивания отдельных заданий и работы в целом.**

Практическая часть

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Задание | Критерии | Баллы |
| 1 | Прыжок в длину с места, см | Умения   * Выполнять основы движения в прыжках - прыжок в длину с места * Распределять свои физические возможности * Развивать скоростно-силовые способности | *Мальчики*  5 баллов – 200 см и больше  4 балла – 180 см  3 балла – 160 см  2 балла – 140 см  *девочки*  5 баллов – 180 см и больше  4 балла – 160 см  3 балла – 150 см  2 балла – 130 см |
| 2 | Прыжки со скакалкой | * Выполнять основы движения в прыжках со скакалкой * Распределять свои физические возможности * Развивать координацию | *Мальчики*  5 баллов – 120 раз и больше  4 балла – 100 раз  3 балла – 80 раз  2 балла – 60 раз  *девочки*  5 баллов – 130 раз и больше  4 балла – 110 раз  3 балла – 100 раз  2 балла – 80 раз |
| 3 | Поднимание туловища из положения лёжа | * Выполнять основы движения в поднимание туловища из положения лёжа * Распределять свои физические возможности * Развивать силовую выносливость | *Мальчики*  5 баллов – 40 раз и больше  4 балла – 35 раз  3 балла – 30 раз  2 балла – 25 раз  *девочки*  5 баллов – 35 раз и больше  4 балла – 30 раз  3 балла – 20 раз  2 балла – 15 раз |
| 4 | Наклон вперёд из положения стоя | * Выполнять основы движения в наклоне вперёд из положения стоя * Распределять свои физические возможности * Развивать гибкость | *Мальчики*  5 баллов – 11 см и больше  4 балла – 8 см  3 балла – 6 см  2 балла – 4 см  *девочки*  5 баллов – 15 см и больше  4 балла – 10 см  3 балла – 8 см  2 балла – 5 см |

**7. Критерии оценивания работы**

Ответы контрольной работы теоретической части, 8 класс

Задания в открытой форме, т.е. без предложенных вариантов ответов: правильное утверждение оценивается в 2 балла, неправильное – 0 баллов.

Задания на установление соответствия между понятиями: каждое верное утверждение этой группы оценивается в 1 балл, неправильное – 0 баллов.

Задания на установление правильной последовательности.

Полноценно выполненное задание этой группы оценивается в 3 балла, неправильное – 0 баллов.

Максимальное количество баллов – 42 балла.

|  |  |
| --- | --- |
| № задания | ответы |
| 1 | группировка |
| 2 | вис |
| 3 | замена |
| 4 | закаливание |
| 5 | утренняя гимнастика, зарядка |
| 6 | бег |
| 7 | олимпиада |
| 8 | футбол |
| 9 | прыжок в длину с разбега |
| 10 | позвоночник |
| 11 | баскетбол |
| 12 | поднимание туловища |
| 13 | а) вверху - синее, чёрное, красное,  б) внизу - жёлтое и зелёное; |
| 14 | гимнастика |
| 15 | быстрота |
| 16 | 60-80 уд/мин |
| 17 | режим дня |
| 18 | сила |
| 19 | 1-б,2-в,3-а |
| 20 | а-6,б-2,в-5,г-3,д-4,е-1 |

Соотношение тестового балла и аттестационной отметки

|  |  |
| --- | --- |
| Тестовый балл | Аттестационная отметка |
| 42-34 | 5 |
| 33-25 | 4 |
| 24-16 | 3 |
| 0-15 | 2 |

Отметка за практическую и теоретическую части.

Максимальное количество баллов -62 (42 за теорию и 20 за практику)

Соотношение тестового балла и аттестационной отметки

|  |  |
| --- | --- |
| Тестовый балл | Аттестационная отметка |
| 62-50 | 5 |
| 49-37 | 4 |
| 36-25 | 3 |
| 0-24 | 2 |

**Бланк контрольной работы**

Дата \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Школа \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Класс\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Фамилия\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Имя\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Бланк теоретической части контрольной работы**

|  |  |
| --- | --- |
| № задания | ответы |
| 1 |  |
| 2 |  |
| 3 |  |
| 4 |  |
| 5 |  |
| 6 |  |
| 7 |  |
| 8 |  |
| 9 |  |
| 10 |  |
| 11 |  |
| 12 |  |
| 13 |  |
| 14 |  |
| 15 |  |
| 16 |  |
| 17 |  |
| 18 |  |
| 19 |  |
| 20 |  |

**Результаты практической части по физической культуре**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Название теста | Результат | Оценка |
| Поднимание туловища из положения лёжа (раз) |  |  |
| Прыжки со скакалкой (раз) |  |  |
| Прыжок в длину с места (см) |  |  |
| Наклон вперёд из положения стоя(см) |  |  |

**Итоговая оценка за контрольную работу по физической культуре**

**(теория и практика) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

Теоретическая часть по физической культуре

Инструкция

по выполнению задания.

Вам предлагается ответить на вопросы по физической культуре. Выполнять их можно в любом порядке, главное — правильно решить как можно больше заданий. Совет: для экономии времени пропускать задание, которое не удается выполнить сразу, и переходить к следующему. Если после выполнения всей работы останется время, можно будет вернуться к пропущенным заданиям. При выполнении заданий можно использовать черновик. Все необходимые вычисления, преобразования и прочее можно выполнять в черновике. Записи в черновике не проверяются и не оцениваются.

Время выполнение 40 минут

Задания в открытой форме

1.Положение занимающегося, при котором согнутые в коленях ноги подтянуты рукам к  груди и кисти захватывают колени, в гимнастике обозначается как...

2.Положение, при котором линия плечевого пояса спортсмена проходит ниже точек хвата  обозначается как…

3. Выход запасного игрока на площадку вместо игрока основного состава в волейболе  обозначается как...

4. Повышение устойчивости организма к влиянию внешних факторов при использовании  естественных сил природы называется…

5.Комплекс физических упражнений, обеспечивающий постепенный переход от сна к бодрствованию называется…

6.Способ передвижения, в котором присутствует фаза полёта называется…

7. Промежуток между двумя последовательными празднованиями античных Олимпийских игр называется…

8. Спортивная игра на травяном поле, в которой участвуют две противоборствующие команды по 11 человек, называется…

9. Разбег, толчок, полет, приземление – это элементы техники.......

10. Сколиоз – это боковое искривление…

11. Эта спортивная игра возникла в конце XIX века, а её создателем считается Джеймс

Нейсмит, преподаватель одного из колледжей США. Он придумал для студентов новую

игру, которую назвал ...

12. Какое испытание комплекса ГТО выполняется из исходного положения лёжа на

cпине?

13. Один из Олимпийских символов представляет собой пять переплетенных колец (зелёное, красное, жёлтое, синее, чёрное) расположенных слева направо в следующем порядке....

а) вверху -

б) внизу -

14. Способность выполнять физическое упражнение с большой амплитудой

называется…

15. Способность выполнять двигательное действие с максимальной скоростью за наименьший промежуток времени называется...

16. Норма частоты сердечных сокращений (ЧСС) в покое у здорового нетренированного человека?

17.Установленный распорядок жизни человека, включающий в себя труд, сон, питание и отдых называется …

18. Способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противостоять ему с помощью мышц называется...

Задания на установление соответствия

19. Сопоставьте методы организации деятельности обучающихся с действиями

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Методы организации |  | Действия |
| 1. Фронтальный метод | А | последовательное выполнение занимающимися серии заданий на специально подготовленных местах |
| 2. Групповой метод | Б | все занимающиеся выполняют одно и тоже задание независимо от форм построения |
| 3. Круговой метод | В | одновременное выполнение в нескольких группах разных заданий учителя |

Задание на установление правильной последовательности

20. Укажите целесообразную последовательность построения комплекса общеразвивающих упражнений

|  |  |
| --- | --- |
| А) упражнения на координацию, прыжки |  |
| Б) упражнения на для рук и плечевого пояса |  |
| В) упражнения на растягивание, махи |  |
| Г) упражнения для туловища |  |
| Д) упражнения на для ног |  |
| Е) упражнения типа «потягивание» |  |