

**Спецификация контрольных измерительных материалов для
проведения
промежуточной аттестации по физической культуре.**

1. Назначение диагностической работы

Работа предназначена для проведения процедуры диагностики предметных результатов обучающихся по предмету «Физическая культура » за курс 5-7 класса.

2. Форма диагностической работы

Тест, практические задания.

3. Структура диагностической работы

Диагностическая работа состоит из двух частей:

1 часть работы представлена тестом, который содержит с 15 заданий с вариантами ответов.

2 часть работы - 5 практических заданий , для проверки уровня физической подготовленности.

4. Обобщённый план варианта КИМ

№	Проверяемые предметные требования к результатам освоения образовательной программы
1.	Уметь использовать теоретические знания, полученные на уроках физической культуры.
2.	Уметь выполнять двигательные действия в соответствии с возрастными нормами.

5. Ответы и критерии оценивания заданий

№ задания	Правильный ответ и критерии оценивания
Критерии оценивания первой части работы	
<i>1 балл</i> – записан верный ответ	
<i>0 баллов</i> – дан неверный ответ, или ответ отсутствует	
«5» - от 12 и выше	
«4» - от 9 до 11 баллов	
«3» - от 6 до 8 баллов	
«2» - ниже 6 баллов	
1	В
2	А
3	В
4	В
5	Б
6	А
7	Г
8	Г
9	Б

10	Г
11	В
12	А
13	Б
14	Г
15	В

Критерии оценивания второй части работы

**ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 5-х КЛАССОВ**

упражнения	девочки			мальчики		
	«3»	«4»	«5»	«3»	«4»	«5»
1. Подтягивание из виса (кол-во раз)	-	-	-	1	3	5
1.2 Подтягивание из виса лёжа (на низкой перекладине) (кол-во раз)	6	9	12	7	10	15
2. Прыжки через гимнастическую скакалку за 1 мин. (кол-во раз)	50	70	100	55	75	105
3. Бег 30 м (сек)	6,6	6,1	5,6	6,5	6,0	5,5
4. 1500 м	11.00	9.05	8.40	10.00	8.40	7.55
5. Длина с места	115	145	160	120	155	170

**ПРАКТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 6-х КЛАССОВ**

упражнения	девочки			мальчики		
	«3»	«4»	«5»	«3»	«4»	«5»
1. Подтягивание из виса (кол-во раз)	-	-	-	2	4	6
1.2 Подтягивание из виса лёжа (на низкой перекладине) (кол-во раз)	8	10	15	10	12	17
2. Прыжки через гимнастическую скакалку за 1 мин. (кол-во раз)	60	80	120	70	85	125
3. Бег 60 м (сек)	12,0	11,6	11,2	11,2	10,4	10,0
4. 1500 м (мин. сек.)	10.00	8.55	8.30	9.30	8.10	7.40
5. Длина с места	120	150	165	130	160	180

**ПРАКТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-х КЛАССОВ**

упражнения	девочки			мальчики		
	«3»	«4»	«5»	«3»	«4»	«5»
1. Подтягивание из виса (кол-во раз)	-	-	-	3	5	7
1.2 Подтягивание из виса лёжа (на низкой перекладине) (кол-во раз)	10	12	18	13	15	20
2. Прыжки через гимнастическую скакалку за 1 мин. (кол-во раз)	70	85	125	75	90	125
3. Бег 60 м (сек)	11,0	10,2	9,6	10,8	10,0	9,2
4. 1500 м (мин. сек.)	10.30	9.30	8.55	10.00	8.00	7.30
5. Длина с места	130	155	170	140	165	185

Сумма баллов за 4 упражнения на оценку:

«2»- 9 и менее

«3» - 10-13

«4» - 14-17

«5» - 18-20

6. Таблица перевода первичных баллов в пятибалльную систему оценок

Оценка	Первичный балл
«5»	30-35
«4»	29-23
«3»	22-16
«2»	15 и менее

7. Продолжительность диагностической работы

На выполнение диагностической работы отводится 40 минут. Практическая часть во время учебного процесса.

8. Дополнительные материалы и оборудование

Спортивная форма, ручка.

Контрольно-измерительный материал для проведения промежуточной аттестации по предмету физическая культура для 5-7 класса

На выполнение тестовой работы отводится 40 минут. Работа состоит из 15 вопросов. Вам предлагается ответить на вопросы по **физической культуре**. К каждому вопросу дано три варианта ответа, из которых только один верный, надо указать вариант верного ответа.

Теоретические задания промежуточной аттестации.

5-7 класс

1. Торможение «плугом» выполняется:
 - а) за счет разведения пяток, постановки лыж на внутренние ребра лыж;
 - б) за счет сведения носков лыж и постановки лыж на внутренние ребра;
 - в) за счет сведения носков лыж, разведения пяток в сторону и постановки лыж на внутренние ребра;
 - г) за счет сведения носков лыж, разведения пяток и постановки лыж на внешние ребра.
2. При появлении признаков обморожения необходимо:
 - а) растереть варежкой поверхность тела рядом с обморожением;
 - б) растереть поверхность тела рядом с обморожением снегом;
 - в) растереть варежкой место обморожения;
 - г) растереть место обморожения.
3. В какой последовательности происходит прыжок в длину?
 - а) толчок, полет, приземление, разбег;
 - б) полет, приземление, разбег, толчок;
 - в) разбег, толчок, полет, приземление;
 - г) разбег, приземление, толчок, полет.
4. Рекорд Елены Исимбаевой, установленный на Олимпийских играх в Пекине составляет:
 - а) 4м 90 см;
 - б) 5м 00 см;
 - в) 5м 05 см;
 - г) 5м 10 см.
5. Кто был инициатором возрождения Олимпийских игр современности?
 - а) Хуан Антонио Самаранч (Испания);
 - б) Пьер де Кубертен (Франция);
 - в) Жан Рогг (Бельгия);
 - г) Деметриус Викелас (Греция).
6. Когда прошли первые зимние Олимпийские игры?
 - а) 1924 г.;
 - б) 1896 г.;
 - в) 1928 г.;
 - г) 1956 г.
7. Что относится к спортивной гимнастике:
 - а) упражнения с лентами;
 - б) упражнения с мячом;
 - в) упражнения на тренажере;
 - г) упражнения на коне.
8. Опорный прыжок – это:
 - а) упражнения на бревне;
 - б) упражнения на брусьях;
 - в) прыжок через барьер;
 - г) прыжок через коня.

9. Перед началом выполнения заданий по физической культуре следует:
- а) почитать книгу;
 - б) сделать разминку;
 - в) поиграть в футбол;
 - г) помыть пол.
10. На занятиях по лыжной подготовке необходимо:
- а) двигаться по обледенелым склонам;
 - б) двигаться по снегу, покрытым ледяной коркой;
 - в) двигаться по местности, где растет кустарник;
 - г) быть соответственно одетым и выполнять задания учителя.
11. Сколько раз наши футболисты становились чемпионами Олимпийских игр?
- а) три;
 - б) один;
 - в) два;
 - г) ни разу.
12. Содержащиеся в табачном дыме никотин, окись углерода, синильная кислота и другие ядовитые вещества, отравляют организм, разрушают многие его системы. На какие системы организма человека, в первую очередь, влияет табакокурение?
- а) сердечно-сосудистую систему, дыхательную систему;
 - б) дыхательную систему, пищеварительную систему;
 - в) сердечно-сосудистую систему, пищеварительную систему, нервную систему;
 - г) дыхательную систему, нервную систему, эндокринную систему.
13. Углеводы – это:
- а) строительный материал нашего организма, активнейшие участники создания и постоянного обмена клеток и тканей организма;
 - б) самый главный источник энергии в организме;
 - в) обеспечивает рост и восстановление клеток и тканей организма, сопротивляемость организма к каким-либо внешним воздействиям;
 - г) участвуют в пластических процессах формирования костей и тканей, образовании белковых структур, регулируют обмен веществ и жидкости.
14. Назовите размеры баскетбольной площадки:
- а) 28м x 14м;
 - б) 30м x 15м;
 - в) 32м x 16м;
 - г) 28м x 15м.
15. Подача в волейболе выполняется из зоны:
- а) №3;
 - б) №6;
 - в) №1;
 - г) №5.