

**Паспорт  
фонда оценочных материалов**

по учебному предмету физическая культура

класс: 5

	Наименование оценочного средства	Дата проведения
1	Промежуточная аттестация. Итоговая контрольная работа	май

**Класс: 6**

	Наименование оценочного средства	Дата проведения
1	Промежуточная аттестация. Итоговая контрольная работа	май

**Класс: 7**

	Наименование оценочного средства	Дата проведения
1	Промежуточная аттестация. Итоговая контрольная работа	май

**Класс: 8**

	Наименование оценочного средства	Дата проведения
1	Промежуточная аттестация. Итоговая контрольная работа	май

**Класс: 9**

	Наименование оценочного средства	Дата проведения
1	Региональный зачёт.	апрель

2	Промежуточная аттестация. Итоговая контрольная работа	май
---	---	-----

## 5 класс

### Промежуточная аттестация. Итоговая контрольная работа

**Цель:** Оценить уровень освоения программы по физической культуре у учащихся 5 класса

**Время проведения:** 45 минут

**Форма проведения:** выполнение норматива, решение тестовых заданий

### Содержание контрольной работы

#### Теория

1. В каком году проходили первые олимпийские игры древности  
а. 798 , б. 776, в. 987
2. укажите размеры волейбольной площадки  
а. 9\*18  
б. 10\*20  
в. 15\*9
3. Талисманом Летних Олимпийских игр в Москве являлся ...  
А. Медведь. Б. Лиса. В. Заяц. Г. Волк
4. Континент, который на олимпийской символике обозначен кольцом зеленого цвета?  
А. Америка Б. Европа В. Австралия Г. Азия
5. Как называют бегуна на короткие дистанции?
6. Назовите девиз Олимпийских игр?
7. Назовите средства закаливания?
8. Как называется сочетание лыжных гонок со стрельбой?
9. Спортивный инвентарь для передвижения на льду называется....
10. Расшифруйте ВФСК «ГТО»

#### Практика

1. Прыжок в длину с места

#### Система оценивания:

*Оценка за теорию:*

*(За каждый правильный ответ ставится 1 балл)*

Оценка «5» - 9-10 баллов

Оценка «4» - 7-8 баллов

Оценка «3» - 5-6 баллов

Оценка «2» - от 0 до 5 баллов

*2. Оценка за практику:*

№	Физические способности	Контроль-носу упраж-	Воз-Раст/	Уровень/оценка	
				Мальчики	Девочки

		нение (тест)	кла	Низкий/3	Средний/4	Высокий/5	Низкий/3	Средний/	Высокий/5
1	Скорост-	Прыжки в	11/5	140 и ниже	160-180	195 и выше	130 и ниже	150-175	185 и выше
	но-сило-	длину с							
	вые	места, см							

Оценка за комплексную работу (теория , практика) является средней арифметической за теорию и практику (прыжок в длину с места)

Количество контрольных работ

I	II	III	IV	год
			1	1

## 6 класс

### Промежуточная аттестация. Итоговая контрольная работа

**Цель:** Оценить уровень освоения программы по физической культуре у учащихся 6 класса

**Время проведения:** 45 минут

**Форма проведения:** выполнение норматива, решение тестовых заданий

### Содержание контрольной работы

#### Теория

- В каком году проходили первые олимпийские игры древности  
а. 798 , б.776, в.987
- укажите размеры волейбольной площадки  
а. 9\*18  
б. 10\*20  
в. 15\*9
- Талисманом Летних Олимпийских игр в Москве являлся ...  
А. Медведь. Б. Лиса. В. Заяц. Г. Волк
- Континент, который на олимпийской символике обозначен кольцом зеленого цвета?  
А. Америка Б. Европа В. Австралия Г. Азия
- Как называют бегуна на короткие дистанции?
- Назовите девиз Олимпийских игр?
- Назовите средства закаливания?
- Как называется сочетание лыжных гонок со стрельбой?
- Спортивный инвентарь для передвижения на льду называется....
- Расшифруйте ВФСК «ГТО»

#### Практика

- Прыжок в длину с места

#### Система оценивая:

- Оценка за теорию:

(За каждый правильный ответ ставится 1 балл)

Оценка «5» - 9-10 баллов

Оценка «4»-7-8 баллов

Оценка «3»- 5-6 баллов

Оценка «2»- от 0 до 5 баллов

## 2. Оценка за практику

№	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)	Возраст/клас	Уровень/оценка					
				Мальчики			Девочки		
				Низкий/3	Средний/4	Высокий/5	Низкий/3	Средний/4	Высокий/5
1	Скоростно-силовые	Прыжки в длину с места, см	12/6	145	165-180	200	135	155-175	190

Оценка за комплексную работу (теория , практика) является средней арифметической за теорию и практику ( прыжок в длину с места)

### Количество контрольных работ

I	II	III	IV	год
			1	1

## 7 класс

### Промежуточная аттестация. Итоговая контрольная работа

**Цель:** Оценить уровень освоения программы по физической культуре у учащихся 7класса

**Время проведения:** 45минут

**Форма проведения:** выполнение норматива, решение тестовых заданий

### Содержание контрольной работы

#### *Теория*

1. В каком году проходили первые олимпийские игры древности

а. 798 , б.776, в.987

2. Здоровье человека, прежде всего, зависит:

а. от образа жизни;

б. от наследственности;

в. от состояния окружающей среды;

г. от деятельности учреждений здравоохранения.

3. Осанкой называется:

а. привычная поза человека в вертикальном положении;

б. качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие;

в. особенности телосложения человека

4. укажите размеры волейбольной площадки

а. 9\*18

б. 10\*20

в. 15\*9

5. В каком году состоялись первые игры современности

а. 1890 б. 1896 в. 1900

6. Кто был инициатором возрождения Олимпийских игр

а. Пьер де Кубертен

б. Карл Маркс

в. Лев Яшин

7. Первым олимпийским чемпионом России стал ...

А. Фигурист Николай Панин-Коломенский.

Б. Гимнастка Ольга Корбут.

В. Борец Николай Орлов.

Г. Борец Олег Петров

8. Талисманом Летних Олимпийских игр в Москве являлся ...

А. Медведь. Б. Лиса. В. Заяц. Г. Волк

9. Волейбол как спортивная игра появился в конце XIX века ...

А. США

Б. Германии

В. Канаде

Г. Россия

И кто был основоположником этой игры (назовите имя, фамилию)

10. Континент, который на олимпийской символике обозначен кольцом зеленого цвета?

А. Америка Б. Европа В. Австралия Г. Азия

11. При длительной нагрузке высокой интенсивности рекомендуется дышать ...

А. через рот и нос попеременно.

Б. только через рот.

В. через рот и нос одновременно.

Г. только через нос.

12. Какое количество игроков в футбольной команде?

13. Как называют бегуна на короткие дистанции?

14. Назовите девиз Олимпийских игр?

15. Назовите средства закаливания?

16. Как называется вид спорта сочетание лыжных гонок со стрельбой?

## **Практика**

1. Прыжок в длину с места

### **Система оценивая**

1. Оценка за теорию:

(За каждый правильный ответ ставится 1 балл)

Оценка «5» - 15-16 баллов

Оценка «4» - 12-14 баллов

Оценка «3» - 9-12 баллов

Оценка «2» - 8 и ниже баллов

2. Оценка за практику

№	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)	Возраст/клас	Уровень/оценка					
				Мальчики			Девочки		
				Низкий/3	Средний/4	Высокий/5	Низкий/3	Средний/4	Высокий/5
1	Скорост-	Прыжки в	13/7	150	170-190	205	140	160-180	200

	НО-СИЛО-	ДЛИНУ С							
	ВЫЕ	МЕСТА, СМ							

Оценка за комплексную работу (теория , практика) является средней арифметической за теорию и практику (прыжок в длину с места)

#### Количество контрольных работ

I	II	III	IV	год
			1	1

## **8 класс**

### **Промежуточная аттестация. Итоговая контрольная работа**

**Цель:** Оценить уровень освоения программы по физической культуре у учащихся 8 класса

**Время проведения:** 45 минут

**Форма проведения:** выполнение норматива, решение тестовых заданий

#### **Содержание контрольной работы**

##### ***Теория***

1. В каком году проходили первые олимпийские игры древности

а. 798 , б. 776, в. 987

2. Здоровье человека, прежде всего, зависит:

а. от образа жизни;

б. от наследственности;

в. от состояния окружающей среды;

г. от деятельности учреждений здравоохранения.

3. Осанкой называется:

а. привычная поза человека в вертикальном положении;

б. качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие;

в. особенности телосложения человека

4. укажите размеры волейбольной площадки

а. 9\*18

б. 10\*20

в. 15\*9

5. В каком году состоялись первые игры современности

а. 1890 б. 1894 в. 1900

6. Кто был инициатором возрождения Олимпийских игр

а. Пьер де Кубертен

б. Карл Маркс

в. Лев Яшин

7. Первым олимпийским чемпионом России стал ...

А. Фигурист Николай Панин-Коломенский.

- Б. Гимнастка Ольга Корбут.  
 В. Борец Николай Орлов.  
 Г. Борец Олег Петров  
 8.Талисманом Летних Олимпийских игр в Москве являлся ...  
 А. Медведь.Б. Лиса.В. Заяц.Г. Волк

9.Волейбол как спортивная игра появился в конце XIX века ...

- А.США  
 Б. Германии  
 В.Канаде  
 Г. Россия

И кто был основоположником этой игры ( назовите имя, фамилию)

10. Континент, который на олимпийской символике обозначен кольцом зеленого цвета?

- А. Америка Б. Европа В. Австралия Г. Азия

11.При длительной нагрузке высокой интенсивности рекомендуется дышать ...

- А. через рот и нос попеременно.  
 Б. только через рот.  
 В. через рот и нос одновременно.  
 Г. только через нос.

12.Какое количество игроков в футбольной команде?

13Как называют бегуна на короткие дистанции?

14Назовите девиз Олимпийских игр?

15.Назовите средства закаливания?

16.Как называется вид спорта сочетание лыжных гонок со стрельбой?

17.Сколько игроков в волейбольной команде?

18.Сколько игроков в баскетбольной команде?

### **Практика**

1.Прыжок в длину с места

### **Система оценивая**

1. Оценка за теорию:

(За каждый правильный ответ ставится 1 балл)

Оценка «5» - 16-18 баллов

Оценка «4»- 13-15 баллов

Оценка «3»- 8-12 баллов

Оценка «2»- 7 и ниже баллов

2.Оценка за практику:

№	Физические способности	Контроль-ноеупражнение (тест)	Воз-Раст/кла	Уровень/оценка					
				Мальчики			Девочки		
				Низкий/3	Средний/4	Высокий/5	Низкий/3	Средний/	Высокий/5
2	Скорост-но-сило-вые	Прыжки в длину с места, см	14/8	160	180-195	210	145	160-180	200

Оценка за комплексную работу (теория , практика) является средней арифметической за теорию и практику (прыжок в длину с места)

## Количество контрольных работ

I	II	III	IV	год
			1	1

### 9 класс

#### **Промежуточная аттестация. Итоговая контрольная работа**

**Цель:** Оценить уровень освоения программы по физической культуре у учащихся 9 класса

**Время проведения:** 45 минут

**Форма проведения:** выполнение норматива, решение тестовых заданий

#### **Содержание контрольной работы**

##### **Теория**

1. В каком году проходили первые олимпийские игры древности

а. 798 , б. 776, в. 987

2. Здоровье человека, прежде всего, зависит:

а. от образа жизни;

б. от наследственности;

в. от состояния окружающей среды;

г. от деятельности учреждений здравоохранения.

3. Осанкой называется:

а. привычная поза человека в вертикальном положении;

б. качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие;

в. особенности телосложения человека

4. укажите размеры волейбольной площадки

а. 9\*18

б. 10\*20

в. 15\*9

5. В каком году состоялись первые игры современности

а. 1890б. 1894в. 1900

6. Кто был инициатором возрождения Олимпийских игр

а. Пьер де Кубертен

б. Карл Маркс

в. Лев Яшин

7. Первым олимпийским чемпионом России стал ...

А. Фигурист Николай Панин-Коломенский.

Б. Гимнастка Ольга Корбут.

В. Борец Николай Орлов.

Г. Борец Олег Петров

8. Талисманом Летних Олимпийских игр в Москве являлся ...

А. Медведь. Б. Лиса. В. Заяц. Г. Волк

9. Волейбол как спортивная игра появился в конце XIX века ...

А. США

Б. Германии



В. Канаде

Г. Россия

И кто был основоположником этой игры ( назовите имя, фамилию)

10. Континент, который на олимпийской символике обозначен кольцом зеленого цвета?

А. Америка Б. Европа В. Австралия Г. Азия

11. При длительной нагрузке высокой интенсивности рекомендуется дышать ...

А. через рот и нос попеременно.

Б. только через рот.

В. через рот и нос одновременно.

Г. только через нос.

12. Какое количество игроков в футбольной команде?

13. Как называют бегуна на короткие дистанции?

14. Назовите девиз Олимпийских игр?

15. Назовите средства закаливания?

16. Как называется вид спорта сочетание лыжных гонок со стрельбой?

17. Сколько игроков в волейбольной команде?

18. Сколько игроков в баскетбольной команде?

19. Физическое качество « сила»- дать определение

20. Физическое качество « выносливость»- дать определение

### **Практика**

1. Прыжок в длину с места

### **Система оценивая**

*1. Оценка за теорию:*

*(За каждый правильный ответ ставится 1 балл)*

Оценка «5» - 18-20 баллов

Оценка «4»- 17-15 баллов

Оценка «3»- 14-11 баллов

Оценка «2»- 10 и ниже баллов

*2. Оценка за практику:*

№	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)	Возраст/Рост/кля	Уровень/оценка					
				Мальчики			Девочки		
				Низкий/3	Средний/4	Высокий/5	Низкий/3	Средний/4	Высокий/5
2	Скоростно-силовые	Прыжки в длину с места, см	15/9	175	190-205	220	155	165-185	205

Оценка за комплексную работу (теория , практика) является средней арифметической за теорию и практику ( прыжок в длину с места)

## Региональный зачёт

**Цель:** Оценить уровень освоения программы по физической культуре у учащихся 9 класса

**Время проведения:** 60 минут

**Форма проведения:** выполнение заданий по билетам

### Содержание контрольной работы

#### Билет № 1

1. Физическое качество «сила».
2. Использование средств легкой атлетики для воспитания силы,
3. Гимнастика с основами акробатики (приложение 1.1).

#### Билет № 2

1. Физическое качество «выносливость».
2. Использование средств видов спорта для воспитания специальной выносливости.
3. Гимнастика с основами акробатики (приложение 1.1).

#### Билет № 3

1. Физическое качество «гибкость».
2. Использование средств общей физической подготовки для воспитания гибкости.
3. Гимнастика с основами акробатики (приложение 1.1).

#### Билет № 4

1. Развитие физического качества «ловкость».
2. Использование средств игровых видов спорта для воспитания ловкости.
3. Гимнастика с основами акробатики (приложение 1.1).

#### Билет № 5

1. Развитие физического качества «быстрота»
2. Использование средств подвижных игр для воспитания быстроты.
3. Гимнастика с основами акробатики (приложение 1.1).

#### Билет № 6

1. Формы организации физкультурно-спортивной деятельности.
2. Баскетбол во внеклассной работе (показать основные технические приемы: ведение, передачи, броски).
3. Гимнастика с основами акробатики (приложение 1.1).

#### Билет № 7

1. Формы организации физкультурно-спортивной деятельности.
2. Волейбол во внеклассной работе (показать основные технические приемы: передачи, подачи).
3. Гимнастика с основами акробатики (приложение 1.1).

#### Билет № 8

1. Здоровый образ жизни.
2. Утренняя гигиеническая гимнастика в режиме дня (показать комплекс упражнений).
3. Гимнастика с основами акробатики (приложение 1.1).

#### Билет № 9

1. Здоровый образ жизни.
2. Выполнение тестов на координацию (челночный бег).
3. Гимнастика с основами акробатики (приложение 1.1).

Билет № 10

1. Личная гигиена в формировании здорового образа жизни.
2. Малые формы организации двигательной активности.
3. Гимнастика с основами акробатики (приложение 1.1).

Билет № 11

1. Основные правила оздоровительной тренировки.
2. Комплекс упражнений для формирования телосложения.
3. Гимнастика с основами акробатики (приложение 1.1).

Билет №12

1. Гигиенические правила при занятиях физическими упражнениями.
2. Комплекс упражнений для формирования осанки.
3. Гимнастика с основами акробатики (приложение 1.1).

Билет № 13

1. Основные правила организации самостоятельных занятий.
2. Комплекс упражнений для профилактики ожирения.
3. Гимнастика с основами акробатики (приложение 1.1).

Билет № 14

1. Физическая нагрузка. Самоконтроль.
2. Выполнение тестов на гибкость (тазобедренного, плечевого суставов).
3. Гимнастика с основами акробатики (приложение 1.1).

Билет № 15

1. Физическое развитие. Оценка показателей физического развития.
2. Выполнение тестов на силу (подтягивание (юноши), сгибание-разгибание рук в упоре (девушки), поднятие туловища за 1 минуту).
3. Гимнастика с основами акробатики (приложение 1.1).

### **Критерии оценивания:**

Критерии оценивания обучающихся по первому вопросу

Оценка/ балл	Примерные требования к оценке знаний
Отлично/5	обучающийся демонстрирует глубокие знания, умеет выделять главные положения в изученном материале, логично излагать. В ответах отсутствуют ошибки и недочеты, при устных ответах устраняются отдельные неточности с помощью дополнительных вопросов учителя

Хорошо/4	- обучающийся демонстрирует знание изученного программного материала, выделяет главные положения в изученном материале. В ответах имеются незначительные (негрубые) ошибки и недочеты или нарушена определенная последовательность ответа
Удовлетворительно/3	- обучающийся демонстрирует знание и усвоение материала на уровне минимальных требований программы, испытывает затруднение при самостоятельном рассказе, нуждается в необходимости незначительной помощи учителя; затрудняется отвечать на видоизмененные вопросы. В ответах - наличие грубой ошибки, нескольких негрубых ошибок при воспроизведении изученного материала, отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в знании материала, нет должной аргументации и умения использовать знания на практике
Неудовлетворительной	- обучающийся демонстрирует знание и усвоение материала на уровне ниже минимальных требований программы, отдельные представления об изученном материале. В ответах - наличие нескольких грубых ошибок, большого числа негрубых при воспроизведении изученного материала или полное незнание изученного материала, отсутствие элементарных умений и навыков

Критерии оценивания обучающихся по второму вопросу

Оценка/балл	Примерные требования к оценке умений осуществлять физкультурную деятельность
Отлично/5	обучающийся без ошибок выполняет все технические действия, умеет: организовывать режим дня, утреннюю гимнастику, физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня и т.д.; самостоятельно организовать места занятий физическими упражнениями с учетом требований их безопасности; подбирать средства и инвентарь и применять их в конкретных условиях; наблюдать и осуществлять контроль за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья, показателями развития основных физических качеств
Хорошо/4	обучающийся умеет то же, что и на оценку «отлично», но выполняет все с незначительной помощью; допускает незначительные <u>ошибки в подборе средств (не менее 75% от</u>

	общего объема требований)
Удовлетворительно/3	обучающийся выполняет не менее 50% от всех видов самостоятельной физкультурно-оздоровительной деятельности, предусмотренных программой, использует помощь учителя
Неудовлетворительно/?	обучающийся не может выполнить самостоятельно ни один из пунктов, представленных в требованиях на оценку «удовлетворительно»

#### Приложение 1.1

#### Задания по разделу «Гимнастика с основами акробатики»

Испытуемый после того, как его вызвали, поднимает выпрямленную руку вверх, что сообщает о его готовности выполнить упражнение. Ожидает команду «Можно!», после чего выполняет комбинацию.

№ п/п	Содержание	Баллы
1	Н.п. - основная стойка	
2	Шагом одной ногой, равновесие на правой (левой), руки в стороны	1
3	Кувырок вперед в стойку на лопатках (держат)	1
4	Перекат вперед в сед углом (держат)	1
5	Из положения лежа на спине - «мост» (держат)	1
6	Поворот направо (налево) кругом в упор присев (девушки), в упор лежа (юноши)	0,5
7	Кувырок назад, прыжок с поворотом на 180°	1
8	Махом одной, толчком другой, переворот боком, приставить ногу	1
9	Махом одной, толчком другой, переворот боком с поворотом на 90°	1
10	Приставляя ногу в положение «старт пловца»	0,5
11	Кувырок прыжком, поворот на 360°	2
		10

Конечный результат выставляется в баллах, исходя из требований классификационной программы по гимнастике и правил судейства соревнований. Максимально возможная оценка — 10 баллов. За невыполнение (или выполнение с ошибками) определенных фаз двигательного действия, положений туловища, рук, ног и головы, предусмотренных техникой элемента, вычитывается сбавка согласно следующей классификации:

1. Грубые ошибки (влияющие на искажение техники) - от 0,5 баллов до полной «стоимости» элемента:

- выполнение в другом положении или другим способом - 0,5 баллов — «невыполнение»;

- выполнение в неопределенном положении - «невыполнение».

2. Мелкие ошибки (не влияющие на искажение техники) - от 0,4 балла до 0,4

баллов:

- не оттянуты носки - ОД - 0,2 балла;
- разведены ноги (если не предусмотрено техникой) - 0,2 - 0,3 балла;
- согнуты ноги - 0,3 - 0,4 балла.

Критерии оценивания обучающихся по третьему вопросу:

Соответствие количества баллов, набранных обучающимися при выполнении гимнастики с элементами акробатики, с оценками:

10,0 - 8,0 баллов - «отлично»/5;

7,9 - 6,9 баллов - «хорошо »/4

6,0 - 5,0 баллов - «удовлетворительно»^;

4,9 и ниже баллов - «неудовлетворительно»^.

Количество контрольных работ

I	II	III	IV	год
			2	2