

**Муниципальное общеобразовательное учреждение
Помоздинская средняя общеобразовательная школа им.В.Т. Чисталева**

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МОУ Помоздинская СОШ
им.В.Т. Чисталева
_____ Ф.Э. Линдт

**Контрольно-измерительные материалы
для проведения промежуточной аттестации
по учебному предмету
«Физическая культура»
10 класс**

2017/2018 учебный год

Пояснительная записка

1. Составители.

Игнатова Татьяна Николаевна, Курочкина Ирина Николаевна - учителя физической культуры.

2. Основание.

- Годовой календарный график школы;
- Рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура»;
- Календарно-тематическое планирование по учебному предмету «Физическая культура» для 10 класса.

3. Назначение комплексной работы.

Работа предназначена для проведения процедуры итогового контроля индивидуальных достижений, обучающихся 10 класса в образовательном учреждении по предмету «Физическая культура».

4. Форма.

Комплексная работа

Тестовая работа (письменно). Выполнение практических заданий.

5. Структура КИМ.

Работа состоит из двух частей: теоретической и практической. В теоретической части - тестовая работа, состоящая из 10 вопросов. На все вопросы даётся краткий ответ. Все задания базового уровня.

Практическая часть состоит из 4 заданий (контрольные нормативы)

6. Содержание КИМ.

Распределение заданий по разделам курса физическая культура

№	Разделы	Количество заданий
1	Правила техники безопасности	2
2	История фк.	2
3	Теория фк.	6
4	Физическая подготовка: скоростно – силовые качества	1
5	Физическая подготовка: гибкость.	1
6	Физическая подготовка: силовые	2
	Итого:	9

Распределение заданий по планируемым результатам (спецификация)

Блок содержания	Задания	Уровень сложности
Правила техники безопасности	1,2	Базовый
История фк.	3,4	Базовый
Теория фк.	5,6,7,8	Базовый
Физическая подготовка: скоростно – силовые качества	1. Челночный бег	
Физическая подготовка: гибкость	2. Наклон из положения сидя	

Физическая подготовка: сила	3. Отжимание 4. Пресс	
	Итого: 12	

Проверяемые знания и умения (кодификатор)

№ задания	Проверяемые знания и умения
1	Знание общих правил техники безопасности
2	Знание общих правил техники безопасности
3	Знание истории Олимпийских игр
4	Знание истории Олимпийских игр
5	Знание физических качеств
6	Знание физических качеств
7	Знание физических качеств
8	Знание основ лёгкой атлетики
9	Знание лыжных ходов
10	Знание правил разминки
11	Умение прыгать в длину с места
12	Умение выполнять поднимание туловища из положения лёжа на спине
13	Умение прыгать со скакалкой на время
14	Умение выполнять наклон из положения сидя
	Всего: 14 заданий.

7. Время выполнения.

На выполнение теоретической части отводится 20 минут.

На выполнение практической части отводится 20 минут.

8. Система оценивания заданий.

Теоретическая часть

Уровень выполнения задания	баллы
Верный ответ	3
Ответ верный, но недостаточно полный	2
Неполный ответ	1
Неверный ответ	0
Отсутствие ответа	0
Максимальное количество баллов - 30	

Количество баллов	Оценка за выполненные задания
29-30	«5»
16-28	«4»
9-15	«3»
0-10	«2»

Практическая часть

	Задание	мальчики			девочки		
		«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
1	Прыжок с места	210	195	185	185	175	165
2	Поднимание туловища из положения лёжа на спине	30	28	26	26	24	22
3	Прыжки со скакалкой	66	64	62	76	74	72
4	Наклон из положения сидя	+11	+9	+5	+16	+12	+7

Итоговая оценка: выводится средний балл по сумме оценок за теорию и практику.

Контрольно-измерительные материалы для проведения промежуточной аттестации по физической культуре в 10 классе Теоретическая часть

Демонстрационный вариант

1. Перечислите основные правила техники безопасности при метаниях.
2. Перечислите основные правила техники безопасности на уроках спортивных игр.
3. Назовите символы Олимпийских игр.
4. Назовите периодичность современных Олимпийских игр.
5. Назовите 5 основных физических качеств.
6. Какие физические качества развиваются при занятиях баскетболом?
7. Какие физические качества развивает гимнастика?
8. На каких дистанциях используется низкий старт?
9. Перечислите лыжные ходы.
10. Основные правила проведения разминки.

Практическая часть

1. Челночный бег
2. Поднимание туловища из положения лёжа на спине
3. Отжимание
4. Наклон из положения сидя