

Промежуточная аттестация

Предмет: Физическая культура, 10 класс

Условия проведения процедуры промежуточной аттестации:

Работа проводится в спортивном зале, теоритические задания выполняются на заранее распечатанных бланках

Время выполнения:

На выполнение всей работы отводится 45 минут.

Назначение работы:

Определить уровень подготовки у учащихся 10-х классов по итогам усвоения программы по предмету «Физическая культура».

Структура и содержание работы:

Работа состоит из 3х частей:

1 часть – тестирование,

2 часть – Игровые виды спорта – волейбол.

3 часть – Техника выполнения комплекса ГТО (без сдачи нормативов).

Обобщенный план:

№ задания	Контролируемые элементы (предметные результаты)	Связь с УУД (регулятивные результаты)	Тип	Балл
A1-5	Рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы ее развития, характеризовать основные направления и формы ее организации в современном обществе; характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;	Выбирать из предложенных вариантов и самостоятельно искать средства/ресурсы для решения задачи	Б	1 балл за каждый правильный ответ
B1	Выполнять основные технические действия и приемы игры в волейбол	Принимать решение в учебной ситуации и оценивать возможные последствия принятого решения	Б	До 5 баллов
C1	Выполнять тестовые упражнения для оценки уровня индивидуального развития основных физических качеств	Фиксировать и анализировать динамику собственных образовательных результатов.	Б	До 5 баллов
C2	<i>Выполнять комплексы упражнений лечебной физической культуры с учетом имеющихся индивидуальных отклонений в показателях здоровья; выполнять тестовые нормативы</i>	<i>Использовать занятия физической культурой, для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья,</i>	В	До 5 баллов

	<p><i>Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»;</i></p>	<p><i>повышения уровня физических кондиций; соотносить реальные и планируемые результаты индивидуальной образовательной деятельности и делать выводы о причинах ее успешности/эффективности или неуспешности/неэффективности, находить способы выхода из критической ситуации; фиксировать и анализировать динамику собственных образовательных результатов.</i></p>		
--	--	--	--	--

Отметочная шкала:

Задания А.- за каждый правильный ответ - 1балл

Задание В - до 5 баллов

Задание С1и С2 - до 5 баллов

Выставление отметки:

«5» - 15 - 13 баллов

«4» - 12 -10 баллов

«3» - 9 – 6 баллов

«2» - до 5 баллов

Демо – вариант

№/п	Вопрос	Ответ	Балл	Правильный ответ
А1	<p>1. Как назывались специальные помещения для подготовки атлетов к древнегреческим Играм Олимпиады? А) палестра Б) амфитеатр В) гимназия Г) стадион</p>		1	
	<p>2. Двигательное умение – это: А) уровень владения знаниями о движениях Б) уровень владения двигательным действием В) уровень владения тактической подготовкой Г) уровень владения системой движений</p>		1	
	<p>3. Что является основными средствами физического воспитания?</p>		1	

	<p>А) учебные занятия Б) физические упражнения В) средства обучения Г) средства закаливания</p>			
	<p>4. Назовите основные физические качества. А) координация, выносливость, гибкость, сила, быстрота Б) ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость В) общая выносливость, силовая выносливость, быстрота, сила, ловкость Г) общая выносливость, силовая выносливость, гибкость, быстрота, ловкость</p>		1	
	<p>5. Что является основным законом Всемирного олимпийского движения? А) энциклопедия Б) кодекс В) хартия Г) конституция</p>		1	
В1	Передача и приём волейбольного мяча сверху над собой, стоя на месте (подбрасывание)		До 5 баллов	
С1	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (высота грифа перекладины 90 см по верхнему краю)		До 5 баллов	
С2	<i>Комплекс общеразвивающих упражнений</i>		<i>До 5 баллов</i>	

Ключи А

1	2	3	4	5
А	Б	Б	Б	В