

Промежуточная аттестация

Предмет: Физическая культура, 11 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 овладения предметных результатов и познавательных УУД у учащихся 11-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 ОФП (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 Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»;</i>	<i>Использовать занятия физической культурой, для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций; соотносить реальные и</i>	В	До 5 баллов

		<p><i>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
A1	1.Почему античные Олимпийские игры назывались праздниками мира? А) игры отличались миролюбивым характером Б) в период проведения игр прекращались войны В) в Олимпийских играх принимали участие атлеты всего мира Г) Олимпийские игры имели мировую известность		1	
	2.Какая организация руководит современным олимпийским движением? А) Организация объединенных наций Б) Международный совет физического воспитания и спорта В) Международный олимпийский комитет Г) Международная олимпийская академия		1	
	3.За что движением «Фэйр Плэй» вручается почетный приз Пьра де Кубертена? А) за честное судейство Б) за победы на трех Олимпиадах В) за честную и справедливую борьбу Г) за большой вклад в развитие Олимпийского движения		1	
	4.Какие из перечисленных ниже физических упражнений относятся к циклическим? А) метания Б) прыжки		1	

	В) кувьрки Г) бег			
	5.Какое физическое качество развивается при длительном беге в медленном темпе? А) сила Б) выносливость В) быстрота Г) ловкость		1	
В1	Верхняя передача двумя руками.		До 5 баллов	
С1	Метание гранаты. Техника выполнения.		До 5 баллов	
С2	<i>Комплекс общих развивающих упражнений с маленькими мячами.</i>		До 5 баллов	

Ключи А

1	2	3	4	5
Б	В	В	Г	Б

1 вариант

Работа состоит из 3х частей:

1 часть – тестирование,

А – тесты.

2 часть – Игровые виды спорта – волейбол.

В– « Верхняя передача двумя руками».

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

С1- «Подъем туловища из положения лежа (пресс).

С2 - “Комплекс общеразвивающих упражнений”

№/п	Вопрос	Ответ	Балл	Правильный ответ
А1	Укажите вид спорта, который обеспечивает наибольший эффект в развитии гибкости: А) тяжелая атлетика Б) гимнастика В) современное пятиборье Г) легкая атлетика		1	
А2	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		1	
А3	Основной и обязательной формой физического воспитания в школе является: А) соревнование Б) физкультурная пауза В) урок физической культуры Г) утренняя гимнастика		1	
	Александр Карелин – Чемпион Олимпийских		1	

A4	игр в... А) гимнастике Б) боксе В) плавании Г) борьбе			
A5	Положение занимающегося на снаряде, при котором его плечи находятся ниже точек хвата, в гимнастике обозначается как: А) хват Б) упор В) группировка Г) вис		1	
B1	Верхняя передача двумя руками.		До 5 баллов	
C1	Метание гранаты. Техника выполнения.		До 5 баллов	
C2	<i>Комплекс общеразвивающих упражнений</i>		До 5 баллов	

Ключи А

A1	A2	A3	A4	A5
Б	Б	В	Г	Г

2 вариант

Работа состоит из 3х частей:

1 часть – тестирование,

А – тесты.

2 часть – Игровые виды спорта – волейбол.

В– «Верхняя передача»

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

C1 – «Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье»

C2– «Первая медицинская помощь при получении травм на занятиях физической культурой и спортом.

№/п	Вопрос	Ответ	Балл	Правильный ответ
A1	1.Физическая культура представляет собой... а. учебный предмет в школе; б. выполнение упражнений; в. часть человеческой культуры.		1	
	2.В каком году Олимпийские игры проводились в нашей стране? а. Олимпийские игры планировалось провести в 1944 г., но они были отменены из-за Второй мировой войны;		1	

	<p>б. в нашей стране Олимпийские игры еще не проводились.</p> <p>в. в 1980 г. XXII Олимпийские игры проводились в Москве;</p>			
	<p>3. Кто стал первым олимпийским чемпионом из российских спортсменов?</p> <p>а. Н. Орлов</p> <p>б. А. Петров</p> <p>в. Н. Панин – Коломенкин</p>		1	
	<p>4. За что движением «Фэйр Плэй» вручается почетный приз Пьера де Кубертена?</p> <p>а. за честное судейство</p> <p>б. за победы на трех Олимпиадах</p> <p>в. за честную и справедливую борьбу</p>		1	
	<p>5. В каком году был образован Международный олимпийский комитет?</p> <p>а. 1890</p> <p>б. 1894</p> <p>в. 1892</p>		1	
B1	Верхняя передача двумя руками.		До 5 баллов	
C1	Метание гранаты. Техника выполнения.		До 5 баллов	
C2	<i>Первая медицинская помощь при получении травм на занятиях физической культурой и спортом.</i>		До 5 баллов	

Ключи А

1	2	3	4	5
В	В	В	В	Б