

## **Промежуточная аттестация за курс 1 класса по физической культуре в форме зачета: «Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)»**

**Цель работы** – осуществить объективную индивидуальную оценку учебных достижений по физической культуре, а также сформированности некоторых учебных действий.

### **Планируемые результаты**

Выполнять нормативы физической подготовки.

Выявлять особенности в приросте показателей физического развития в течении учебного года, сравнивать их с возрастными стандартами.

### **Метапредметные результаты**

- готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности;
- освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ;
- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию по физической культуре, получаемую из различных источников.

### **Спецификация**

Исходное положение руки за головой, пальцы в замок, ноги согнуть в коленях, ступни закреплены. Фиксируется количество выполненных упражнений до касания локтями коленей в одной попытке за 60 секунд.

### **Нормативы**

Испытания (зачет)	нормативы					
	мальчики			девочки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)	30	26	18	18	15	13

**Промежуточная аттестация за курс 2 класса по физической культуре в форме зачета:  
«Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)»**

**Цель работы** – осуществить объективную индивидуальную оценку учебных достижений по физической культуре, а также сформированности некоторых учебных действий.

**Планируемые результаты**

Выполнять нормативы физической подготовки.

Выявлять особенности в приросте показателей физического развития в течении учебного года, сравнивать их с возрастными стандартами.

**Метапредметные результаты**

- готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности;
- освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ;
- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию по физической культуре, получаемую из различных источников.

**Спецификация**

Исходное положение руки за головой, пальцы в замок, ноги согнуть в коленях, ступни закреплены. Фиксируется количество выполненных упражнений до касания локтями коленей в одной попытке за 60 секунд.

**Нормативы**

Испытания (зачет)	нормативы					
	мальчики			девочки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)	23	21	19	28	26	24

**Промежуточная аттестация за курс 3 класса по физической культуре в форме зачета:  
«Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)»**

**Цель работы** – осуществить объективную индивидуальную оценку учебных достижений по физической культуре, а также сформированности некоторых учебных действий.

**Планируемые результаты**

Выполнять нормативы физической подготовки.

Выявлять особенности в приросте показателей физического развития в течении учебного года, сравнивать их с возрастными стандартами.

**Метапредметные результаты**

- готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности;
- освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ;
- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию по физической культуре, получаемую из различных источников.

**Спецификация**

Исходное положение руки за головой, пальцы в замок, ноги согнуть в коленях, ступни закреплены. Фиксируется количество выполненных упражнений до касания локтями коленей в одной попытке за 60 секунд.

**Нормативы**

Испытания (зачет)	нормативы					
	мальчики			девочки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)	25	23	21	30	28	26

**Промежуточная аттестация за курс 4 класса по физической культуре в форме зачета:  
«Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)»**

**Цель работы** – осуществить объективную индивидуальную оценку учебных достижений по физической культуре, а также сформированности некоторых учебных действий.

**Планируемые результаты**

Выполнять нормативы физической подготовки.

Выявлять особенности в приросте показателей физического развития в течении учебного года, сравнивать их с возрастными стандартами.

**Метапредметные результаты**

- готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности;
- освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ;
- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию по физической культуре, получаемую из различных источников.

**Спецификация**

Исходное положение руки за головой, пальцы в замок, ноги согнуть в коленях, ступни закреплены. Фиксируется количество выполненных упражнений до касания локтями коленей в одной попытке за 60 секунд.

**Нормативы**

Испытания (зачет)	нормативы					
	мальчики			девочки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)	28	25	23	33	30	28

**Промежуточная аттестация за курс 5 класса по физической культуре в форме зачета:  
«Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)»**

**Цель работы** – осуществить объективную индивидуальную оценку учебных достижений по физической культуре, а также сформированности некоторых учебных действий.

**Планируемые результаты**

Выполнять нормативы физической подготовки.

Выявлять особенности в приросте показателей физического развития в течении учебного года, сравнивать их с возрастными стандартами.

**Метапредметные результаты**

- готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности;
- освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ;
- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию по физической культуре, получаемую из различных источников.

**Спецификация**

Исходное положение руки за головой, пальцы в замок, ноги согнуть в коленях, ступни закреплены. Фиксируется количество выполненных упражнений до касания локтями коленей в одной попытке за 60 секунд.

**Нормативы**

Испытания (зачет)	нормативы					
	мальчики			девочки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)	39	33	27	28	23	20

**Промежуточная аттестация за курс 6 класса по физической культуре в форме зачета:  
«Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)»**

**Цель работы** – осуществить объективную индивидуальную оценку учебных достижений по физической культуре, а также сформированности некоторых учебных действий.

**Планируемые результаты**

Выполнять нормативы физической подготовки.

Выявлять особенности в приросте показателей физического развития в течении учебного года, сравнивать их с возрастными стандартами.

**Метапредметные результаты**

- готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности;
- освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ;
- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию по физической культуре, получаемую из различных источников.

**Спецификация**

Исходное положение руки за головой, пальцы в замок, ноги согнуть в коленях, ступни закреплены. Фиксируется количество выполненных упражнений до касания локтями коленей в одной попытке за 60 секунд.

**Нормативы**

Испытания (зачет)	нормативы					
	мальчики			девочки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)	40	35	25	35	30	20

**Промежуточная аттестация за курс 7 класса по физической культуре в форме зачета:  
«Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)»**

**Цель работы** – осуществить объективную индивидуальную оценку учебных достижений по физической культуре, а также сформированности некоторых учебных действий.

**Планируемые результаты**

Выполнять нормативы физической подготовки.

Выявлять особенности в приросте показателей физического развития в течении учебного года, сравнивать их с возрастными стандартами.

**Метапредметные результаты**

- готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности;
- освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ;
- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию по физической культуре, получаемую из различных источников.

**Спецификация**

Исходное положение руки за головой, пальцы в замок, ноги согнуть в коленях, ступни закреплены. Фиксируется количество выполненных упражнений до касания локтями коленей в одной попытке за 60 секунд.

**Нормативы**

Испытания (зачет)	нормативы					
	мальчики			девочки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)	45	40	35	38	33	25

**Промежуточная аттестация за курс 8 класса по физической культуре в форме зачета:  
«Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)»**

**Цель работы** – осуществить объективную индивидуальную оценку учебных достижений по физической культуре, а также сформированности некоторых учебных действий.

**Планируемые результаты**

Выполнять нормативы физической подготовки.

Выявлять особенности в приросте показателей физического развития в течении учебного года, сравнивать их с возрастными стандартами.

**Метапредметные результаты**

- готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности;
- освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ;
- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию по физической культуре, получаемую из различных источников.

**Спецификация**

Исходное положение руки за головой, пальцы в замок, ноги согнуть в коленях, ступни закреплены. Фиксируется количество выполненных упражнений до касания локтями коленей в одной попытке за 60 секунд.

**Нормативы**

Испытания (зачет)	нормативы					
	мальчики			девочки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)	48	43	38	38	33	25

**Промежуточная аттестация за курс 9 класса по физической культуре в форме зачета:  
«Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)»**

**Цель работы** – осуществить объективную индивидуальную оценку учебных достижений по физической культуре, а также сформированности некоторых учебных действий.

**Планируемые результаты**

Выполнять нормативы физической подготовки.

Выявлять особенности в приросте показателей физического развития в течении учебного года, сравнивать их с возрастными стандартами.

**Метапредметные результаты**

- готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности;
- освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ;
- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию по физической культуре, получаемую из различных источников.

**Спецификация**

Исходное положение руки за головой, пальцы в замок, ноги согнуть в коленях, ступни закреплены. Фиксируется количество выполненных упражнений до касания локтями коленей в одной попытке за 60 секунд.

**Нормативы**

Испытания (зачет)	нормативы					
	мальчики			девочки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)	50	45	40	40	35	26

**Промежуточная аттестация за курс 10 класса по физической культуре в форме зачета: «Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)»**

**Цель работы** – осуществить объективную индивидуальную оценку учебных достижений по физической культуре, а также сформированности некоторых учебных действий.

**Планируемые результаты**

Выполнять нормативы физической подготовки.

Выявлять особенности в приросте показателей физического развития в течении учебного года, сравнивать их с возрастными стандартами.

**Метапредметные результаты**

- готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности;
- освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ;
- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию по физической культуре, получаемую из различных источников.

**Спецификация**

Исходное положение руки за головой, пальцы в замок, ноги согнуть в коленях, ступни закреплены. Фиксируется количество выполненных упражнений до касания локтями коленей в одной попытке за 60 секунд.

**Нормативы**

Испытания (зачет)	нормативы					
	мальчики			девочки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)	52	47	42	40	35	30

**Промежуточная аттестация за курс 11 класса по физической культуре в форме зачета: «Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)»**

**Цель работы** – осуществить объективную индивидуальную оценку учебных достижений по физической культуре, а также сформированности некоторых учебных действий.

**Планируемые результаты**

Выполнять нормативы физической подготовки.

Выявлять особенности в приросте показателей физического развития в течении учебного года, сравнивать их с возрастными стандартами.

**Метапредметные результаты**

- готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности;
- освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ;
- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию по физической культуре, получаемую из различных источников.

**Спецификация**

Исходное положение руки за головой, пальцы в замок, ноги согнуть в коленях, ступни закреплены. Фиксируется количество выполненных упражнений до касания локтями коленей в одной попытке за 60 секунд.

**Нормативы**

Испытания (зачет)	нормативы					
	мальчики			девочки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)	55	49	45	42	36	30