

“ТАТАРСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ  
БИЕКТАУ МУНИЦИПАЛЬ РАЙОНЫНЫҢ  
МУЛМӘ УРТА ГОМУМИ БЕЛЕМ МӘКТӘБЕ”  
ГОМУМИ БЕЛЕМ МУНИЦИПАЛЬ БЮДЖЕТ  
УЧРЕЖДЕНИЕСЕ



МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«МУЛЬМИНСКАЯ СРЕДНЯЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА  
ВЫСОКОГОРСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА  
РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН»

422731, Высокогорский район, село Мульма  
Ул. Центральная, 20а

422731, Биектау районы, Мүлмә авылы,  
Үзәк урамы, 20а

Тел. (884365) 70-2-46 1021600816434 ИНН/КПП 1616008231 / 161601001 e-mail [mulma@mail.ru](mailto:mulma@mail.ru)

### ПРИНЯТО

на заседании педагогического совета школы  
протокол от «14» августа 2023г. № 1  
введено в действие приказом по школе  
от «14» августа 2023 г. № 129/23

### Приложение к ФОП ООО

## ОСОБЕННОСТИ ОЦЕНКИ ПРЕДМЕТНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ

### Особенности оценки предметных результатов по учебному предмету «Физическая культура»

#### 1. Список итоговых планируемых результатов с указанием этапов их формирования и способов оценки

| <b>К концу обучения в 5 классе обучающийся научится:</b>  | <b>Способ оценки</b> |
|---|----------------------|
| Выполнять требования безопасности на уроках физической культуры, на самостоятельных занятиях физическими упражнениями в условиях активного отдыха и досуга  | Устный опрос         |
| Проводить измерение индивидуальной осанки и сравнивать её показатели со стандартами, составлять комплексы упражнений по коррекции и профилактике её нарушения, планировать их выполнение в режиме дня.        | Устный опрос         |
| Составлять дневник физической культуры и вести в нём наблюдение за показателями физического развития и физической подготовленности, планировать содержание и регулярность проведения самостоятельных занятий. | Устный опрос         |
| Осуществлять профилактику утомления во время учебной деятельности, выполнять комплексы упражнений физкультминуток, дыхательной и зрительной гимнастики.   | Устный опрос         |
| Выполнять комплексы упражнений оздоровительной физической культуры на развитие гибкости, координации и формирование телосложения.   | Устный опрос         |
| Выполнять опорный прыжок с разбега способом «ноги врозь» (мальчики) и способом «напрыгивания с последующим спрыгиванием» (девочки).   | Контрольный норматив |

|   |                      |
|---|----------------------|
| Выполнять упражнения в висах и упорах на низкой гимнастической перекладине (мальчики), в передвижениях по гимнастическому бревну ходьбой и приставным шагом с поворотами, подпрыгиванием на двух ногах на месте и с продвижением (девочки). | Контрольный норматив |
| Передвигаться по гимнастической стенке приставным шагом, лазать разноимённым способом вверх и по диагонали.   | Контрольный норматив |
| Выполнять бег с равномерной скоростью с высокого старта по учебной дистанции.   | Контрольный норматив |
| Демонстрировать технику прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги».  | Контрольный норматив |
| Передвигаться на лыжах попеременным двухшажным ходом (для бесснежных районов – имитация передвижения).  | Контрольный норматив |
| Тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастно-половых особенностей.  | Контрольный норматив |
| Демонстрировать технические действия в спортивных играх.  | Контрольный норматив |
| Баскетбол (ведение мяча с равномерной скоростью в разных направлениях, приём и передача мяча двумя руками от грудис места и в движении).  | Контрольный норматив |
| Волейбол (приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху с места и в движении, прямая нижняя подача).  | Контрольный норматив |
| Футбол (ведение мяча с равномерной скоростью в разных направлениях, приём и передача мяча, удар по неподвижному мячу с небольшого разбега).   | Контрольный норматив |
| <b>К концу обучения в 6 классе обучающийся научится:</b>  | <b>Способ оценки</b> |
| Характеризовать Олимпийские игры современности как международное культурное явление, роль Пьера де Кубертена в их историческом возрождении, обсуждать историю возникновения девиза, символики и ритуалов Олимпийских игр.                   | Устный опрос         |
| Измерять индивидуальные показатели физических качеств, определять их соответствие возрастным нормам и подбирать упражнения для их направленного развития.   | Устный опрос         |
| Контролировать режимы физической нагрузки по частоте пульса и степени утомления организма по внешним признакам во время самостоятельных занятий физической  | Устный опрос         |

|   |                      |
|---|----------------------|
| подготовкой.  |                      |
| Подготавливать места для самостоятельных занятий физической культурой и спортом в соответствии с правилами техники безопасности и гигиеническими требованиями.  | Устный опрос         |
| Отбирать упражнения оздоровительной физической культуры и составлять из них комплексы физкультминуток и физкультпауз для оптимизации работоспособности и снятия мышечного утомления в режиме учебной деятельности.  | Устный опрос         |
| Составлять и выполнять акробатические комбинации из разученных упражнений, наблюдать и анализировать выполнение другими обучающимися, выявлять ошибки и предлагать способы устранения.  | Контрольный норматив |
| Выполнять лазанье по канату в три приёма (мальчики), составлять и выполнять комбинацию на низком бревне из стилизованных общеразвивающих и сложно-координированных упражнений (девочки).  | Контрольный норматив |
| Выполнять беговые упражнения с максимальным ускорением, использовать их в самостоятельных занятиях для развития быстроты и равномерный бег для развития общей выносливости.   | Контрольный норматив |
| Выполнять прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание», наблюдать и анализировать его выполнение другими обучающимися, сравнивая с заданным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы устранения.  | Контрольный норматив |
| Выполнять передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом, наблюдать и анализировать его выполнение другими обучающимися, сравнивая с заданным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы устранения (для бесснежных районов – имитация передвижения). | Контрольный норматив |
| Тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастно-половых особенностей.  | Контрольный норматив |
| Выполнять правила и демонстрировать технические действия в спортивных играх: баскетбол (технические действия без мяча, броски мяча двумя руками снизу и от груди с места, использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности).       | Контрольный норматив |
| Выполнять правила и демонстрировать технические действия в спортивных играх: волейбол (приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху в разные зоны площадки соперника, использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности).      | Контрольный норматив |
| Выполнять правила и демонстрировать технические действия в спортивных играх: футбол (ведение мяча с разной скоростью передвижения, с ускорением в разных направлениях, удар по катящемуся мячу с разбега, использование разученных                              | Контрольный норматив |

|   |                      |
|---|----------------------|
| технических действий в условиях игровой деятельности).  |                      |
| <b>К концу обучения в 7 классе обучающийся научится:</b>  | <b>Способ оценки</b> |
| Проводить анализ причин зарождения современного олимпийского движения, давать характеристику основным этапам его развития в СССР и современной России.  | Устный опрос         |
| Объяснять положительное влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание личностных качеств современных обучающихся, приводить примеры из собственной жизни.  | Устный опрос         |
| Объяснять понятие «техника физических упражнений», руководствоваться правилами технической подготовки при самостоятельном обучении новым физическим упражнениям, проводить процедуры оценивания техники их выполнения.  | Устный опрос         |
| Составлять планы самостоятельных занятий физической и технической подготовкой, распределять их в недельном и месячном циклах учебного года, оценивать их оздоровительный эффект с помощью «индекса Кетле» и «ортостатической пробы» (по образцу).   | Устный опрос         |
| Выполнять лазанье по канату в два приёма (юноши) и простейшие акробатические пирамиды в парах и тройках (девушки).  | Контрольный норматив |
| Составлять и самостоятельно разучивать комплекс степ-аэробики, включающий упражнения в ходьбе, прыжках, спрыгивании и запрыгивании с поворотами, разведением рук и ног (девушки).   | Контрольный норматив |
| Выполнять стойку на голове с опорой на руки и включать её в акробатическую комбинацию из ранее освоенных упражнений (юноши).  | Контрольный норматив |
| Выполнять беговые упражнения с преодолением препятствий способами «наступление» и «прыжковый бег», применять их в беге по пересечённой местности.   | Контрольный норматив |
| Выполнять метание малого мяча на точность в неподвижную, качающуюся и катящуюся с разной скоростью мишень.  | Контрольный норматив |
| Выполнять переход с передвижения попеременным двухшажным ходом на передвижение одновременным одношажным ходом и обратно во время прохождения учебной дистанции, наблюдать и анализировать его выполнение другими обучающимися, сравнивая с заданным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы устранения (для бесснежных районов – имитация перехода). | Контрольный норматив |
| Тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастно-половых особенностей.  | Контрольный норматив |

|   |                      |
|---|----------------------|
| Демонстрировать и использовать технические действия спортивных игр: баскетбол (передача и ловля мяча после отскока от пола, броски мяча двумя руками снизу и от груди в движении, использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности).                                   | Контрольный норматив |
| Демонстрировать и использовать технические действия спортивных игр: волейбол (передача мяча за голову на своей площадке и через сетку, использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности).  | Контрольный норматив |
| Демонстрировать и использовать технические действия спортивных игр: футбол (средние и длинные передачи футбольного мяча, тактические действия при выполнении углового удара и вбрасывании мяча из-за боковой линии, использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности). | Контрольный норматив |
| <b>К концу обучения в 8 классе обучающийся научится:</b>  | <b>Способ оценки</b> |
| Проводить анализ основных направлений развития физической культуры в Российской Федерации, характеризовать содержание основных форм их организации.   | Устный опрос         |
| Анализировать понятие «всестороннее и гармоничное физическое развитие», раскрывать критерии и приводить примеры, устанавливать связь с наследственными факторами и занятиями физической культурой и спортом.  | Устный опрос         |
| Проводить занятия оздоровительной гимнастикой по коррекции индивидуальной формы осанки и избыточной массы тела.   | Устный опрос         |
| Составлять планы занятия спортивной тренировкой, определять их целевое содержание в соответствии с индивидуальными показателями развития основных физических качеств.   | Устный опрос         |
| Выполнять гимнастическую комбинацию на гимнастическом бревне из ранее освоенных упражнений с добавлением элементов акробатики и ритмической гимнастики (девушки).   | Контрольный норматив |
| Выполнять комбинацию на параллельных брусьях с включением упражнений в упоре на руках, кувырка вперед и соскока, наблюдать их выполнение другими обучающимися и сравнивать с заданным образцом, анализировать ошибки и причины их появления, находить способы устранения (юноши).                   | Контрольный норматив |
| Выполнять прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись», наблюдать и анализировать технические особенности в выполнении другими обучающимися, выявлять ошибки и предлагать способы устранения.  | Контрольный норматив |
| Выполнять тестовые задания комплекса ГТО в беговых и  | Контрольный          |

|   |                      |
|---|----------------------|
| технических легкоатлетических дисциплинах в соответствии с установленными требованиями к их технике.  | норматив             |
| Выполнять передвижение на лыжах одновременным бесшажным ходом, переход с попеременного двухшажного хода на одновременный бесшажный ход, преодоление естественных препятствий на лыжах широким шагом, перешагиванием, перелазанием (для бесснежных районов – имитация передвижения).   | Контрольный норматив |
| Соблюдать правила безопасности в бассейне при выполнении плавательных упражнений.   | Контрольный норматив |
| Выполнять прыжки в воду со стартовой тумбы.   | Контрольный норматив |
| Выполнять технические элементы плавания кролем на груди в согласовании с дыханием.  | Контрольный норматив |
| Тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастно-половых особенностей.  | Контрольный норматив |
| Демонстрировать и использовать технические действия спортивных игр: баскетбол (передача мяча одной рукой снизу и от плеча, бросок в корзину двумя и одной рукой в прыжке, тактические действия в защите и нападении, использование разученных технических и тактических действий в условиях игровой деятельности).                  | Контрольный норматив |
| Демонстрировать и использовать технические действия спортивных игр: волейбол (прямой нападающий удар и индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места, тактические действия в защите и нападении, использование разученных технических и тактических действий в условиях игровой деятельности).                                  | Контрольный норматив |
| Демонстрировать и использовать технические действия спортивных игр: футбол (удары по неподвижному, катящемуся и летящему мячу с разбега внутренней и внешней частью подъёма стопы, тактические действия игроков в нападении и защите, использование разученных технических и тактических действий в условиях игровой деятельности). | Контрольный норматив |
| <b>К концу обучения в 9 классе обучающийся научится:</b>  | <b>Способ оценки</b> |
| Отстаивать принципы здорового образа жизни, раскрывать эффективность его форм в профилактике вредных привычек, обосновывать пагубное влияние вредных привычек на здоровье человека, его социальную и производственную деятельность.   | Устный опрос         |

|  |                      |
|--|----------------------|
| Понимать пользу туристских подходов как формы организации здорового образа жизни, выполнять правила подготовки к пешим походам, требования безопасности при передвижении и организации бивуака.  | Устный опрос         |
| Объяснять понятие «профессионально-прикладная физическая культура», её целевое предназначение, связь с характером и особенностями профессиональной деятельности, понимать необходимость занятий профессионально-прикладной физической подготовкой обучающихся общеобразовательной организации. | Устный опрос         |
| Использовать приёмы массажа и применять их в процессе самостоятельных занятий физической культурой и спортом, выполнять гигиенические требования к процедурам массажа.   | Устный опрос         |
| Измерять индивидуальные функциональные резервы организма с помощью проб Штанге, Генча, «задержки дыхания», использовать их для планирования индивидуальных занятий спортивной и профессионально-прикладной физической подготовкой.   | Устный опрос         |
| Определять характер травм и ушибов, встречающихся на самостоятельных занятиях физическими упражнениями и во время активного отдыха, применять способы оказания первой помощи.  | Устный опрос         |
| Составлять и выполнять комплексы упражнений из разученных акробатических упражнений с повышенными требованиями к технике их выполнения (юноши).  | Контрольный норматив |
| Составлять и выполнять гимнастическую комбинацию на высокой перекладине из разученных упражнений, с включением элементов размахивания и соскока вперёд способом «прогнувшись» (юноши).   | Контрольный норматив |
| Составлять и выполнять композицию упражнений черлидинга с построением пирамид, элементами степ-аэробики и акробатики (девушки).  | Контрольный норматив |
| Составлять и выполнять комплекс ритмической гимнастики с включением элементов художественной гимнастики, упражнений на гибкость и равновесие (девушки).  | Контрольный норматив |
| Совершенствовать технику беговых и прыжковых упражнений в процессе самостоятельных занятий технической подготовкой к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.  | Контрольный норматив |
| Совершенствовать технику передвижения лыжными ходами в процессе самостоятельных занятий технической подготовкой к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.   | Контрольный норматив |
| Соблюдать правила безопасности в бассейне при выполнении плавательных упражнений.  | Контрольный норматив |

|  |                      |
|--|----------------------|
| Выполнять повороты кувырком, маятником.  | Контрольный норматив |
| Выполнять технические элементы брассом в согласовании с дыханием.  | Контрольный норматив |
| Совершенствовать технические действия в спортивных играх: баскетбол, волейбол, футбол, взаимодействовать с игроками своих команд в условиях игровой деятельности, при организации тактических действий в нападении и защите. | Контрольный норматив |
| Тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастно-половых особенностей.   | Контрольный норматив |

## 2. Требования к выставлению отметок за промежуточную аттестацию

Промежуточная аттестация обучающихся осуществляется по пятибалльной системе оценивания. Для письменных работ, результат прохождения которых фиксируется в баллах или иных значениях, разрабатывается шкала перерасчета полученного результата в отметку по пятибалльной шкале. Шкала перерасчета разрабатывается с учетом уровня сложности заданий, времени выполнения работы и иных характеристик письменной работы.

Отметки за промежуточную аттестацию обучающихся фиксируются педагогическим работником в журнале успеваемости и дневнике обучающегося в сроки и порядке, предусмотренном локальным нормативным актом школы.

## 3. График контрольных мероприятий

| Контрольное мероприятие                                      | Тип контроля             | Срок проведения              | Классы |
|--|--------------------------|------------------------------|--------|
| Проверка домашнего задания                                   | Текущий                  | На каждом занятии            | 5-9    |
| Устный опрос   | Тематический             | По итогам освоения темы      | 5-9    |
| Контрольный норматив   | Тематический             | По итогам освоения темы      | 5-9    |
| Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО | Тематический             | По итогам освоения темы      | 5-9    |
| Зачет  | Промежуточная аттестация | По графику контрольных работ | 5-9    |

