**Контрольно-измерительные материалы**

**по предмету «Физическая культура»**

**I. Спецификация**

**1. Назначение КИМ**: работа предназначена для проведения процедуры промежуточной аттестации учащихся 8 класса по учебному предмету «физическая культура».

**2. Форма промежуточной аттестации**: контрольная работа.

**3. Продолжительность выполнения работы учащимися**: 40 мин, не включая время для инструктажа перед работой.

**4. Предметные планируемые результаты освоения учебного предмета**

|  |  |
| --- | --- |
| № | *Требования к уровню подготовки учащихся, достижения которых проверяется на промежуточной аттестации* |
| 1 | Знать историю олимпийского движения |
| 2 | Определять базовые понятия и термины физической культуры |
| 3 | Объяснять смысл символики и ритуалов Олимпийских игр |
| 4 | Характеризовать великих спортсменов, принесших славу российскому спорту; |
| 5 | Характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием |
| 6 | Руководствоваться правилами оказания первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями; |
| 7 | Осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта; |
| 8 | Проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега |
| 9 | Выполнять передвижения на лыжах скользящими способами ходьбы, демонстрировать технику умения последовательно чередовать их в процессе прохождения тренировочных дистанций; |
| 10 | Выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений |
| 11 | Рассматривать физическую культуру как явление культуры, характеризовать основные направления и формы её организации в современном обществе |
| 12 | Излагать с помощью базовых понятий физической культуры особенности развития физических качеств |
| 13 | Раскрывать историю появления физической культуры и спорта, развитие видов спорта в РК |
| 14 | Уметь изображать графически двигательные действия |

**5. Характеристика структуры и содержания КИМ**

Контрольная работа состоит из 2 частей. Включает 20 заданий, различающихся формой и уровнем сложности.

1 часть содержит 14 заданий с кратким ответом. Задания контрольной работы включают знание фактического материала, проверяют аналитические и информационно-коммуникативные умения учащихся 9 классов. В 1 часть включены задания базового уровня сложности.

К каждому заданию 1 части предлагается четыре варианта ответа, из которых только один или два правильные. Задание считается выполненным верно, если учащийся записал номер правильного ответа. Задание считается невыполненным в следующих случаях:

1) записан номер неправильного ответа;

2) записаны номера двух или более ответов, даже если среди них указан и номер правильного ответа;

3) номер ответа не записан.

Часть 2 содержит 6 заданий с развернутым ответом. Это задания повышенного уровня сложности.

Ответы на задания части 2 самостоятельно формулируются и записываются учащимся в развернутой форме. Проверка их выполнения проводится на основе системы критериев. Задание считается выполненным, если верный ответ зафиксирован в той форме, которая предусмотрена инструкцией по выполнению задания.

Дополнительные материалы и оборудование для проведения промежуточной контрольной работы не предусмотрены

**6. Критерии оценивания выполнения отдельных заданий и работы в целом**

Правильно выполненная работа оценивается 26 баллов.

Каждое правильно выполненное задание 1 – 14 оценивается 1 баллом.

Задания части 2 оцениваются в зависимости от полноты и правильности ответа.

За полное и правильное выполнение заданий 15-19 выставляется 2 балла. При неполном ответе – 1– 0 баллов

За полное и правильное выполнение задания 20 выставляется 3 балла (за одно правильное изображение 0,5 б).

**Перевод первичных баллов в отметки**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Отметка** | **«2»** | **«3»** | **«4»** | **«5»** |
| **Первичный балл** | 0-7 баллов  | 8 – 14 баллов | 15 – 20 баллов | 21 – 26 баллов |

**7. Обобщенный план КИМ для промежуточной аттестации**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ задания КИМ** | **Планируемые результаты****(из 1 таблицы)** | **Проверяемые умения****(из кодификатора)** | **Уровень****(базовый или повышенный)** | **Баллы** |
|  | Знать историю олимпийского движения | История ФК | Б | 1 |
| 2. | Определять базовые понятия и термины физической культуры | Основные понятия ФК | Б | 1 |
|  3. | Характеризовать великих спортсменов, принесших славу российскому спорту | История ФК | Б | 1 |
| 4. | Характеризовать великих спортсменов, принесших славу российскому спорту | История ФК | Б | 1 |
| 5. | Руководствоваться правилами оказания первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями | ФК человека | Б | 1 |
| 6. | Руководствоваться правилами оказания первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями | ФК человека | Б | 1 |
| 7. | Осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта | Баскетбол | Б | 1 |
| 8. | Проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега | Организация и проведение самостоятельных занятий | Б | 1 |
| 9. | Осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта | Футбол | Б | 1 |
| 10. | Осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта | Волейбол | Б | 1 |
| 11. | Осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта | Баскетбол | Б | 1 |
| 12. | Выполнять передвижения на лыжах скользящими способами ходьбы, демонстрировать технику умения последовательно чередовать их в процессе прохождения тренировочных дистанций | Лыжные гонки | Б | 1 |
| 13. | Рассматривать физическую культуру как явление культуры, характеризовать основные направления и формы её организации в современном обществе | Основные понятия ФК | Б | 1 |
| 14. | Излагать с помощью базовых понятий физической культуры особенности развития физических качеств | Основные понятия ФК | Б | 1 |
| 15. | Характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием | ФК человека | П | 2 |
| 16. | Излагать с помощью базовых понятий физической культуры особенности развития физических качеств | Основные понятия ФК | П | 2 |
| 17. | Характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием | ФК человека | П | 2 |
| 18. | Раскрывать историю появления физической культуры и спорта, развитие видов спорта в РК | Этнокультурная составляющая | П | 2 |
| 19. | Уметь определять разные элементы в видах спорта. | Гимнастика | П | 2 |
| 20. | Уметь изображать графически двигательные действия | Организация и проведение самостоятельных занятий | П | 2 |

**II. Кодификатор**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Код элементов*** | ***Контролируемые элементы содержания, проверяемые на промежуточной аттестации***  | ***Уровень сложности*** |
|  | Знать историю олимпийского движения | Б |
|  | Определять базовые понятия и термины физической культуры | Б |
|  | Характеризовать великих спортсменов, принесших славу российскому спорту | Б |
|  | Характеризовать великих спортсменов, принесших славу российскому спорту | Б |
|  | Руководствоваться правилами оказания первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями | Б |
|  | Руководствоваться правилами оказания первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями | Б |
|  | Осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта | Б |
|  | Проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега | Б |
|  | Осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта | Б |
|  | Осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта | Б |
|  | Осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта | Б |
|  | Выполнять передвижения на лыжах скользящими способами ходьбы, демонстрировать технику умения последовательно чередовать их в процессе прохождения тренировочных дистанций | Б |
|  | Рассматривать физическую культуру как явление культуры, характеризовать основные направления и формы её организации в современном обществе | Б |
|  | Излагать с помощью базовых понятий физической культуры особенности развития физических качеств | Б |
|  | Характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием | П |
|  | Излагать с помощью базовых понятий физической культуры особенности развития физических качеств | П |
|  | Характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием | П |
|  | Раскрывать историю появления физической культуры и спорта, развитие видов спорта в РК | П |
|  | Уметь определять разные элементы в видах спорта. | П |
|  | Уметь изображать графически двигательные действия | П |

**III. КИМЫ**

**Промежуточная аттестация 8 класс**

**физическая культура**

**Инструкция по выполнению работы**

Контрольная работа состоит из двух частей, включающих в себя 20 заданий. 14 заданий с кратким ответом, 6 заданий с развёрнутым ответом.

На выполнение работы по физической культуре отводится 40 минут.

При выполнении заданий можно пользоваться черновиком. Записи в черновике не учитываются при оценивании работы. Баллы, полученные Вами за выполненные задания, суммируются.

**Желаем успеха!**

**1. К показателям физической подготовленности относятся:**

а)частота сердечных сокращений, частота дыхания.

б) рост, вес, окружность грудной клетки;

в) артериальное давление, пульс;

г) сила, быстрота, выносливость;

**2. Время фиксируется по прохождению вертикальной плоскости финиша по**

а) голове

б) туловищу

в)ноге

г) руке

**3. Состояние организма, характеризующееся прогрессивными функциональными изменениями, произошедшими под влиянием повторения двигательных действий, обозначается как:**

а) развитие;

б) закаленность;

в) тренированность.

**4. Сопоставьте названия физических качеств с упражнения:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Физические качества** | **Упражнения** |
| А) Сила | 1) Наклоны, растяжка мышц |
| Б) Быстрота | 2) Отжимание, подтягивание, гантели, гири |
| В) Гибкость | 3) Бег на длинные дистанции, по пересеченной местности |
| Г) Ловкость | 4) Бег на короткие дистанции, челночный бег |
| Д) Выносливость | 5) Метание мяча, броски и ловля мяча, попадание в цель |

**Ответ:**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| А | Б | В | Г | Д |
|  |  |  |  |  |

**5. Перечислить 4 основных нормативов ГТО.**

**Ответ: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**6. Какая дистанция не относится к коротким:**

а) 200м

б) 400м

в) 800м

г) 60м

**7. До скольки очков в волейболе продолжается игра в решающей партии?**

а) до 20 очков

б) до 15 очков

в) до 25 очков

**8. Либеро – это…**

а) судья

б) игрок

в)секретарь

г) тренер

**9. Элементы здорового образа жизни – это …**

а) двигательный режим, закаливание, личная и общественная гигиена;

б) рациональное питание, гигиена труда и отдыха, гармонизация психо-эмоциональных

взаимоотношений в коллективе**;**

в) всё перечисленное.

**10. Что означает данный жест судьи в волейболе?**



**11. Определите, какая спортивная площадка изображена на рисунке.**

****

**12. Лечебная физическая культура это…**

а) профилактика и лечение различных заболеваний, лечение производственных и спортивных травм;

б) использование специальных физических упражнений и некоторых спортивных средств для лечения и восстановления функций организма;

в) все вышеуказанное.

**13. Выберите не правильное высказывание:**

а) ткани спортивной одежды должны обладать хорошей воздухонепроницаемостью, хорошо пропускать влагу

б) главное назначение одежды и обуви состоит в том, чтобы защитить тело человека от неблагоприятных воздействий внешней среды

в) спортивная обувь должна надежно защищать ноги от повреждений, загрязнений и охлаждения, быть удобной, свободной, легкой, красивой и соответствовать размеру ног

**14. Перечислите 2 дисциплины в легкой атлетике?**

**Ответ: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**15. Назовите 4 фазы прыжка в высоту?**

**Ответ: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**16. Назовите 3 правила на букву «Р», чтобы избежать травматизма на уроках физической культуры:**

**Ответ: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**17. Сопоставьте названия видов подъемов, торможений, поворотов с определениями:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Виды подъемов, спусков, торможения** | **Определение** |
| А) Подъем «полуелочкой» | 1) используется для изменения при движении по пересеченной местности |
| Б) Подъем «елочкой» | 2) тяжесть тела сосредоточена на верхней лыже, скользящей на внешнем ребре |
| В) Торможение «полуплугом» | 3) выполняется, как ступающий шаг |
| Г) Торможение «плугом» | 4) применяется при прямых спусках и позволяет одновременно тормозить обеими лыжами |
| Д) Поворот «переступанием» | 5) применяется на склонах 20-30 градусов |

**Ответ:**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| А | Б | В | Г | Д |
|  |  |  |  |  |

**18. Назовите трех Олимпийских чемпионов и призеров из Республики Коми.**

**Ответ: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**19. Амплитуда движения измеряется……..**

**Ответ: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**20. Изобразить графически изображение двигательные действия (пиктограммы)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Описание задания | И.п. | 1 | 2 | 3 |
| И.п. (исходное положение): основная стойка, руки в стороны.1. - выпад левой, руки в стороны;2. –и.п.;3-4. – тоже самое с другой ноги. |  |  |  |  |