

РАССМОТРЕНЫ
на заседании кафедры
Протокол №__ от __. __. 2020 г.
Руководитель кафедры _____

(расшифровка подписи)

СОГЛАСОВАНЫ
Заместитель директора

(расшифровка подписи)
____. _____. 2020 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ Гимназии № 86
_____ Т. В. Банникова
Приказ от 01.11.2020 г. № 22/о

**КОНТРОЛЬНО-ИЗМЕРИТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ
ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ
по учебному предмету «Физическая культура»**

9 КЛАСС

1. **Назначение КИМ:** работа предназначена для проведения процедуры промежуточной аттестации обучающихся по учебному предмету «Физическая культура» в 9 классе.

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

3. **Характеристика структуры и содержания КИМ:** работа состоит из 10 теоретических заданий и 4 контрольных упражнений для определения уровня физической подготовленности обучающихся.

Из теоретических заданий:

3 задания на сопоставление предложенных вариантов ответа;

3 задание с кратким вариантом ответа;

4 задания с развернутым ответом на поставленный вопрос.

В контрольных упражнениях:

1 на определение уровня развития скоростно-силовых качеств;

1 на определение уровня развития гибкости;

1 на определение уровня развития силовых качеств;

1 на определение уровня развития быстроты.

4. **Количество вариантов:** 1

5. **Предметные планируемые результаты освоения учебного предмета:**

Выпускник научится:

- характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;
- руководствоваться правилами оказания первой доврачебной помощи во время занятий физическими упражнениями и активного отдыха;
- знать правила организации и проведения туристских пеших походов;
- владеть способами организации и проведения самостоятельных занятий прикладной физической подготовкой;
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации движений);
- выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений;
- выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений;
- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках (в высоту и длину);
- выполнять передвижения на лыжах различными способами, демонстрировать технику последовательного чередования их в процессе прохождения тренировочных дистанций;
- выполнять основные технические действия и приёмы игры в футбол, волейбол, баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;
- выполнять тестовые упражнения для оценки уровня индивидуального развития основных физических качеств.

Выпускник получит возможность научиться:

- определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма.
- проводить восстановительные мероприятия с использованием банных процедур;
- составлять комплексы физических упражнений для самостоятельных занятий прикладной физической подготовкой;
- оценивать резервные возможности организма с помощью функциональных проб;
- осуществлять физические упражнения, подготавливающие к выполнению ВФ СК «ГТО»;
- вести дневник по физкультурной деятельности, включать в него оформление планов проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями разной функциональной направленности, данные контроля динамики индивидуального физического развития и физической подготовленности.

6. Содержание КИМ

9 класс

№ задания	Проверяемые элементы содержания	Уровень (ученик научится - Б , ученик получит возможность научиться - П)	Максимальное количество баллов за задание
1	содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем	Б	1
2	владеть способами организации и планирования самостоятельных занятий по развитию физических качеств	Б	2
3	владеть способами организации и планирования самостоятельных занятий по развитию физических качеств	Б	1
4	знать правила организации и проведения туристских пеших походов	Б	5
5	характеризовать содержательные основы здорового образа жизни	Б	5
6	основные технические действия и приёмы игры в футбол, волейбол, баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности	Б	6
7	признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья	Б	3
8	правилами оказания первой доврачебной помощи во время занятий физическими упражнениями и активного отдыха	Б	4
9	составлять комплексы физических упражнений для самостоятельных занятий прикладной физической подготовкой	Б	5
10	оценивать резервные возможности организма с помощью функциональных проб	П	5

Контрольных упражнений для определения уровня физической подготовленности

№ задания	Проверяемые элементы содержания	Уровень (ученик научится - Б , ученик получит возможность научиться - П)	Максимальное количество баллов за задание
1	развитие основных физических качеств: скоростно-силовые (прыжок в длину с места)	Б	3

2	развитие основных физических качеств: гибкость (наклон вперед из и.п. стоя)	Б	3
3	развитие основных физических качеств: сила (поднимание-опускание туловища из и.п. лежа за 30 сек)	Б	3
4	развитие основных физических качеств: быстрота (бег 30 м)	Б	3

7. Продолжительность выполнения работы обучающимися: 20 мин теоретическая часть; 60 минут выполнение контрольных упражнений.

8. Перечень дополнительных материалов и оборудования, которое используется во время выполнения работы (рулетка 3м, секундомер, гимнастические коврики)

9. Система оценивания выполнения отдельных заданий и работы в целом

<i>Отметка</i>	<i>Набранные баллы</i>
«5»	45-49
«4»	35-44
«3»	25-34
«2»	1-24
«1»	0

Для учащихся специальной медицинской группы

<i>Отметка</i>	<i>Набранные баллы</i>
«5»	34-37
«4»	27-33
«3»	19-26
«2»	1-18
«1»	0

10. План работы. Описание формы бланка для выполнения работы

Ответы на задания 1-10 записываются в бланк для контрольных работ.

Во время проведения тестирования: задания выполняются индивидуально, порядок выполнения заданий участники определяют самостоятельно.

Дополнительно к теоретической части, учащиеся основной медицинской группы демонстрируют выполнение контрольных упражнений для определения уровня физической подготовленности.

Учащиеся специальной медицинской группы выполняют только теоретическую часть.

(бланк для контрольных работ)

ФИ учащегося	
Вопросы	Ответы
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	
Количество баллов:	
Оценка:	

11. Инструкция для учащихся: Уважаемые учащиеся! Сегодня Вам предстоит пройти промежуточную аттестацию по предмету Физическая культура. Работа состоит из двух частей: теоретической и практической. В теоретическую часть работы включены вопросы из разделов 9 класса, которые мы с Вами изучили. Внимательно читайте задания, не торопитесь с выбором ответа. Работу выполняйте аккуратным, разборчивым почерком. В практическую часть включены упражнения для оценки уровня развития основных физических качеств.

12. Текст работы

**Промежуточная аттестация по физической культуре (теоретическая часть).
9 класс.**

1. Закончите определение.

Путешествие с активным способом передвижения в отдаленных от места жительства районах с образовательной, оздоровительной, спортивной или исследовательской целью называется...

2. Подберите определение.

1. Технические действия	А. Это различные взаимодействия игроков, которые направлены на достижение победы и правилами не регулируются.
2. Тактические действия	Б. Это действия, с помощью которых осуществляется соревновательная деятельность. Такие действия и способы их выполнения устанавливаются соответствующими правилами соревнований.

3. Запишите определение.

Акробатическая комбинация – это...

4. Место для привала (бивак) должно отвечать нескольким требованиям. Запишите их.

5. Запишите основные факторы, которые включает в себя здоровый образ жизни.

6. Распределите технические действия по видам спорта.

Вид спорта	Технические действия
1. Баскетбол	А. Верхняя передача мяча двумя руками над собой
	Б. Удар по мячу внутренней стороной стопы
2. Волейбол	В. Штрафной бросок
	Г. Нападающий удар и блокирование
3. Футбол	Д. Передача мяча одной рукой от плеча
	Е. Остановка мяча подошвой

7. Напишите 3 фазы бега на средние и длинные дистанции.

8. К каждой легкой травме подберите по два пункта оказания первой помощи, и запишите их правильную последовательность.

1. Растяжение	А. Смазать антисептиком
	Б. Холод
2. Потертость	В. Фиксирующая повязка
	Г. Наложить пластырь

9. Напишите название вашей будущей профессии. Определите, какое физическое качество необходимо развивать для выбранной вами профессии. Напишите его.

Подберите и запишите два упражнения для развития этого качества. Зарисуйте эти упражнения с помощью графических изображений.

10. Откройте учебник на с.69-70. Прочитайте, как выполняются пробы с задержкой дыхания на вдохе и выдохе. Выберите и проведите одну из проб (можно работать в парах).

Начертите таблицу и запишите результаты.

Название пробы:		
Порядок проведения пробы	Значения	Выводы
Пульс до пробы, уд/мин		нет
Задержка дыхания, сек.		
Пульс после пробы, уд/мин		нет
Показатель реакции сердечно-сосудистой системы		

7. Ключи и система оценивания выполнения отдельных заданий и работы в целом

№	Критерии оценивания	Баллы
1	Туристский поход или туристический поход	1
2	1- Б; 2- А	2
3	Записано определение «Последовательное, связанное выполнение акробатических упражнений» или слова, передающие этот же смысл.	1
4	Безопасное, сухое, ровное, защищенное от ветра, наличие воды и дров	5
5	Режим дня (чередование труда и отдыха); личная гигиена (мед. обследование); режим питания; двигательная активность (закаливание); отказ от вредных привычек.	5
6	1 – В, Д; 2 – А, Г; 3 – Б, Е	6
7	Старт, бег по дистанции, финиширование	3
8	1 – Б, В; 2 – А, Г	4
9	Записано название физического качества; два упражнения для его развития; верно нарисованы графические изображения.	5
10	Правильно заполнены все строки в таблице	5
	<i>Практическая часть</i>	
1	Прыжок в длину с места: высокий уровень – 3 балла; средний – 2 балла; низкий – 1 балл; не выполнено – 0 баллов.	3
2	Наклон вперед из и.п. стоя: высокий уровень – 3 балла; средний – 2 балла; низкий – 1 балл; не выполнено – 0 баллов.	3
3	Поднимание-опускание туловища из и.п. лежа: высокий уровень – 3 балла; средний – 2 балла; низкий – 1 балл; не выполнено – 0 баллов.	3
4	Бег 30 м: высокий уровень – 3 балла; средний – 2 балла; низкий – 1 балл; не выполнено – 0 баллов.	3
	<i>Итого</i>	49