

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ  
«САРАТОВСКАЯ КАДЕТСКАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 2  
ИМЕНИ В.В.ТАЛАЛИХИНА»**

---

Адрес: г. Саратов, ул. Чехова А.П., 4а  
Тел.(факс): 62-91-50, 62-91-63

**Утвержден**  
Директор  
\_\_\_\_\_/В.В.Богданов/  
Приказ № \_\_\_\_  
от «\_\_» \_\_\_\_\_ 2023г.

**КОНТРОЛЬНО-ИЗМЕРИТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ**  
**промежуточной аттестации по учебному предмету**

Физическая культура 10-11 класс

---

(наименование учебного предмета)

Среднего общее образование

---

(уровень образования)

ШМО учителей физической культуры и БЖ

---

(кем составлены контрольно-измерительные материалы)

Рассмотрен на заседании  
методического совета школы  
Протокол № \_\_\_\_  
от «\_\_» \_\_\_\_\_ 2023г.

### 1. Назначение КИМ:

Формой промежуточной аттестации для обучающихся 10 – 11 классов является выполнение нормативных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО.

Цель: оценить уровень подготовки учащихся 10-11 классов по предмету «Физическая культура».

### 2. Используемые источники при составлении КИМ.

Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (приказ Министерства просвещения РФ от 31 мая 2021 г. №287);

УМК: Виленский, М.Я. Физическая культура. 10–11 кл.: учеб. для общеобразовательных учреждений / М. Я. Виленский, Т. Ю. Торочкова, И. М. Туревский ; под общ. ред. М. Я. Виленского. – М. : Просвещение, 2019г.

### 3. Характеристика работы.

Выполнение нормативных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО разделяется по следующим возрастным ступеням:

#### V. СТУПЕНЬ

(возрастная группа от 16 до 17 лет)

№ п/п	Испытания (тесты)	Нормативы		
		Юноши		
		Бронзовый знак	Серебряный знак	Золотой знак
Обязательные испытания (тесты)				
1.	Бег на 30 м (с)	4,9	4,7	4,4
	или бег на 60 м (с)	8,8	8,5	8,0
	или бег на 100 м (с)	14,6	14,3	13,4
2.	Бег на 2 км (мин, с)	-	-	-
	Бег на 3 км (мин, с)	15.00	14.30	12.40
3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	9	11	14
	или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз)	-	-	-
	или рывок гири 16 кг (количество раз)	15	18	33
	или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	27	31	42

4.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см)	+6	+8	+13
Испытания (тесты) по выбору				
5.	Челночный бег 3x10 м (с)	7,9	7,6	6,9
6.	Прыжок в длину с разбега (см)	375	385	440
	или прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	195	210	230
7.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз в 1 мин)	36	40	50
8.	Метание спортивного снаряда: весом 700 г (м)	27	29	35
	Бег на лыжах на 5 км (мин, с) <*>	27.30	26.10	24.00
9.	или кросс на 5 км (бег по пересеченной местности) (мин,с)	26.30	25.30	23.30
	Плавание на 50 м (мин, с)	1.15	1.05	0.50
	Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция –10 м (очки) <***>	15	20	25
	Или стрельба из пневматической винтовки с диоптрическим прицелом или из «электронного оружия»	18	25	30

## VI. СТУПЕНЬ

(возрастная группа от 18 до 29 лет)

### МУЖЧИНЫ

№ п/п	Испытания (тесты)	Нормативы		
		Юноши		
		Бронзовый знак	Серебряный знак	Золотой знак
Обязательные испытания (тесты)				

1.	Бег на 30 м (с)	4,8	4,6	4,3
	или бег на 60м (с)	9,0	8,6	7,9
	или бег на 100 м (с)	14,4	14,1	13,1
2.	Бег на 3 км (мин, с)	14.30	13.40	12.00
	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	10	12	15
3.	или рывок гири 16 кг (количество раз)	28	32	44
	или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	21	25	43
	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см)	+6	+8	+13
	Челночный бег 3x10 м (с)	7,9	7,6	6,9
4.	прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	195	210	240
Испытания (тесты) по выбору				
5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз в 1 мин)	33	37	48
6.	Метание спортивного снаряда: весом 700 г (м)	27	29	35
	Бег на лыжах на 5 км (мин, с) <***>	27.30	26.10	24.00
7.	или кросс на 5 км (бег по пересеченной местности) (мин,с)	26.30	25.30	23.30
8.	Плавание на 50 м (мин, с)	1.15	1.05	0.50
	Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция – 10 м (очки) <****>	15	20	25
9.	Или стрельба из пневматической винтовки с диоптрическим прицелом или из «электронного оружия»	18	25	30

## **Критерии оценивания качества знаний, умений и навыков обучающихся по физической культуре**

**Критериальное оценивание** – это процесс, основанный на сравнении учебных достижений учащихся с четко определенными, коллективно выработанными, заранее известными всем участникам процесса критериями, соответствующими целям и содержанию образования, способствующими формированию учебно-познавательной компетентности учащихся.

**Оценка "5"** - упражнение выполнено в соответствии с заданием, правильно, без напряжения, уверенно; в играх учащийся показал знание правил игры, умение пользоваться изученными упражнениями для быстрейшего достижения индивидуальных и коллективных целей в игре.

**Оценка "4"** - упражнение выполнено в соответствии с заданием, правильно, но с некоторым напряжением, недостаточно уверенно, в играх учащийся показал знание правил игры, но недостаточно уверенно умеет пользоваться изученными движениями для быстрейшего достижения результатов в игре.

**Оценка "3"** - упражнение выполнено правильно, но недостаточно точно, с большим напряжением, допущены незначительные ошибки; в играх учащийся показал знание лишь основных правил, но не всегда умеет пользоваться изученными движениями.

**Оценка "2"** - упражнение выполнено неправильно, с грубыми ошибками; в играх учащийся показал слабое знание правил, неумение пользоваться изученными упражнениями.

Оценка успеваемости за четверть выставляется на основании данных текущего учета. При этом не допускается суммирование всех оценок и определение среднеарифметического показателя. Все оценки, поставленные учащимся в порядке индивидуального и фронтального опроса, имеют влияние на итоговую оценку за четверть. Однако преимущественное значение следует придавать выполнению основных упражнений, изучаемых в течение четверти, а не общим показателям физического развития.

Оценка за год выставляется на основании четвертных оценок в соответствии с общепедагогическими требованиями. При выставлении четвертной, полугодовой, годовой и итоговой отметки по физической культуре учитывается: посещаемость уроков, прилежание, усердие в работе над собой и выполнение всех рекомендаций учителя физической культуры.