

**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 60м (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.