

**Контрольно - измерительные материалы для проведения промежуточной аттестации обучающихся по физической культуре. 9 класс**

**Кодификатор  
элементов содержания работы для  
проведения итогового практического тестирования**

Кодификатор составлен на основе Обязательного минимума содержания основных образовательных программ и Требований к уровню подготовки выпускников основной и средней (полной) школы (Приказ МО РФ «Об утверждении федерального компонента Государственных стандартов начального общего, основного общего и среднего общего (полного) образования» от 5 марта 2004 г. №1089

| Код раздела | Проверяемый элемент содержания                 | Тип задания | Мальчики             |                    | Девочки              |                    |
|-------------|--|-------------|----------------------|--------------------|----------------------|--------------------|
|             |  |             | Результат выполнения | Балл за выполнение | Результат выполнения | Балл за выполнение |
|             | Бег 60м.<br>(скоростные качества)              | ПР          |                      |                    |                      |                    |
|             |  | ПР          |                      |                    |                      |                    |
|             |  | ПР          | 8,5 и меньше         |                    | 9,4 и меньше         |                    |
|             | Бег 1000м<br>(выносливость)                    | ПР          |                      |                    |                      |                    |
|             |  | ПР          |                      |                    |                      |                    |
|             |  | ПР          | 3,40 и меньше        |                    | 4.10 и меньше        |                    |
|             | Прыжок в длину с места<br>( скоростно-силовые) | ПР          |                      |                    |                      |                    |
|             |  | ПР          |                      |                    |                      |                    |
|             |  | ПР          | 210 и больше         |                    | 180 и больше         |                    |
|             | Поднимание туловища за 1 минуту<br>(силовые)   | ПР          |                      |                    |                      |                    |
|             |  | ПР          |                      |                    |                      |                    |
|             |  | ПР          |                      |                    | 40 и больше          |                    |
|             | Подтягивание на перекладине<br>( силовые)      | ПР          |                      |                    |                      |                    |
|             |  | ПР          |                      |                    |                      |                    |
|             |  | ПР          | 11 и больше          |                    |                      |                    |

**Соотношение тестового балла практической части и аттестационной отметки**

| Тестовый балл | Аттестационная отметка |
|---------------|------------------------|
| 10-12         | 5                      |
| 7-9           | 4                      |
| 4-6           | 3                      |
| 0-3           | 2                      |

**Кодификатор  
элементов содержания работы для  
проведения итогового письменного тестирования**

| Код<br>разде<br>ла | Код<br>контролиру<br>емого<br>элемента | Проверяемый элемент<br>содержания   | Уровень<br>сложности<br>задания | Тип<br>задания | Балл<br>за<br>выпол<br>нение | Ключи к теоретической части |           |
|--------------------|--|-------------------------------------|---------------------------------|----------------|------------------------------|-----------------------------|-----------|
|                    |  |                                     |                                 |                |                              | Вариант 1                   | Вариант 2 |
|                    |  | Базовые понятия физической культуры | Б                               | ВО             |                              | В                           | А         |
|                    |  | Базовые понятия физической культуры | Б                               | ВО             |                              | А                           | А         |
|                    |  | Базовые понятия физической культуры | Б                               | ВО             |                              | В                           | А         |
|                    |  | Базовые понятия физической культуры | Б                               | ВО             |                              | В                           | В         |
|                    |  | Базовые понятия физической культуры | Б                               | ВО             |                              | В                           | А         |
|                    |  | Легкая атлетика                     | Б                               | ВО             |                              | Б                           | В         |
|                    |  | Легкая атлетика                     | Б                               | ВО             |                              | А                           | А         |
|                    |  | Легкая атлетика                     | Б                               | ВО             |                              | В                           | Б         |
|                    |  | Спортивная игра баскетбол           | Б                               | ВО             |                              | В                           | А         |
|                    |  | Спортивная игра баскетбол           | Б                               | ВО             |                              | В                           | Б         |
|                    |  | Спортивная игра баскетбол           | Б                               | ВО             |                              | Б                           | А         |
|                    |  | Спортивная игра баскетбол           | Б                               | ВО             |                              | Б                           | Б         |
|                    |  | Лыжная подготовка                   | Б                               | ВО             |                              | В                           | Б         |
|                    |  | Лыжная подготовка                   | Б                               | ВО             |                              | В                           | В         |
|                    |  | Лыжная подготовка                   | Б                               | ВО             |                              | Б                           | В         |
|                    |  | Гимнастика с элементами акробатики  | Б                               | ВО             |                              | В                           | Б         |
|                    |  | Гимнастика с элементами акробатики  | Б                               | ВО             |                              | А                           | В         |
|                    |  | Гимнастика с элементами акробатики  | Б                               | ВО             |                              | В                           | Б         |
|                    |  | Гимнастика с элементами акробатики  | Б                               | ВО             |                              | В                           | В         |
|                    |  | Спортивная игра волейбол            | Б                               | ВО             |                              | А                           | А         |
|                    |  | Спортивная игра волейбол            | Б                               | ВО             |                              | А                           | В         |
|                    |  | Спортивная игра волейбол            | Б                               | ВО             |                              | А                           | А         |
|                    |  | Олимпийские игры                    | Б                               | ВО             |                              | В                           | В         |
|                    |  | Олимпийские игры                    | Б                               | ВО             |                              | А                           | Б         |
|                    |  | Олимпийские игры                    | Б                               | ВО             |                              | Б                           | А         |

**Соотношение тестового балла теоретической части аттестационной отметки**

| <b>Тестовый балл</b> | <b>Аттестационная отметка</b> |
|----------------------|-------------------------------|
| 20-25                | 5                             |
| 15-19                | 4                             |
| 10-14                | 3                             |
| 0-9                  | 2                             |

**Отметка за практическую и теоретическую части в целом.**

**Максимальное количество баллов 37 (25 за тест и 12 за практику)**

| <b>Тестовый балл теория + практика</b> | <b>Аттестационная отметка</b> |
|--|-------------------------------|
| 30-37                                  | 5                             |
| 22-29                                  | 4                             |
| 14-21                                  | 3                             |
| 0-13                                   | 2                             |

**Спецификация работы**  
**для проведения контроля за уровнем освоения образовательной программы**  
**по физической культуре за 2017-2018 учебный год учащихся 9 класса**  
**(УМК В.И. Ляха и др.)**

**1. Назначение работы** - оценить уровень освоения программы по физической культуре за 2017-2018 учебный год учащихся 9 класса.

**2. Документы, определяющие нормативно-правовую базу рубежного контроля**  
Содержание работы определяется на основе Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (приказ Минобрнауки РФ N1897 от 17.12.2010 г. и Программой общеобразовательных учреждений физического воспитания 1-11 классы М Просвещение 2011 В.И. Ляха и др. (9 класс по УМК В.И. Ляха и др.)

**3. Характеристика структуры и содержания контрольной работы**

Контрольная работа состоит из двух частей, которые различаются по содержанию, сложности и числу заданий. Определяющим признаком каждой части работы является форма заданий:

- **часть 1** - теоретическая часть. содержит задания с выбором ответа (из трех заданий только один правильный); дописывание правильного незаконченного ответа.

- **часть 2** – практическая часть, состоит из тестов-упражнений: 1. Бег 60 метров (сек), 2. Бег 1000 метров (мин. сек), 3. Прыжок в длину с места (см). 4. Подъем туловища за 1 минуту (раз) – девочки. Подтягивание на перекладине (раз) – мальчики

**Часть 1. Задания с выбором ответа или дописыванием незаконченного ответа части 1 (25 заданий)** контрольной работы предназначены для определения физических компетентностей учащихся 9 класса на низком, базовом и повышенном уровнях. Выполняют ее все учащиеся. Обучающиеся, отнесенные к подготовительной группе в обязательном порядке сдают, контрольную работу в теоретической части, на практическую часть допускаются только с разрешения врача, при наличии соответствующей справки.

**Часть 2** включает 4 практические задания - выполнение практической части. Выполняют ее учащиеся, относящиеся к основной группе здоровья. Они сдают в обязательном порядке контрольную работу в полном объеме. Задания части 2 предназначены для более точной дифференциации учащихся 9 класса (мальчики, девочки).

**4. Сроки проведения.** Теоретическая часть будет проведена 17.05.2018 года.  
Практическая – во время уроков с 10.05 по 20.05.2018 г.

**Инструкция по выполнению работы**

**Контрольная работа по физической культуре для учащихся 9-х классов  
Рекомендации по организации и проведению контрольной работы**

В целях дифференцированного подхода к организации уроков физической культуры все обучающиеся общеобразовательных учреждений в зависимости от состояния здоровья делятся на три группы: основную, подготовительную и специальную медицинскую (группа А и группа Б).

Занятия в этих группах отличаются учебными программами, объемом и структурой физической нагрузки, а также требованиями к уровню освоения учебного материала. Оценивание по предмету физическая культура детей отнесенных к специальную медицинскую (группа А и группа Б) проводится на основании: 1. Письма министерства образования РФ от 31 октября 2003 г. № 13-51-263/123. 2. Методические рекомендации Москва – 2012. Министерство образования и науки российской федерации, НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков ФГБУ «Научный центр здоровья детей» российской академии медицинских наук - Медико-педагогический контроль за организацией занятий физической культурой обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья.

Учащиеся, отнесенные к подготовительной группе в обязательном порядке сдают контрольную работу в теоретической части, на практическую часть допускаются только с разрешения врача, при наличии соответствующей справки.

Учащиеся, относящиеся к основной группе для занятий физической культурой сдают в обязательном порядке контрольную работу в полном объеме. Оценка предметного результата освоение программы с учетом уровневого подхода, принятого в Стандарте, предлагается выделение базового и повышенного уровня.

Контрольная работа по физической культуре состоит из двух частей: практической и теоретической.

**Теоретическая часть по физической культуре**

**ВАРИАНТ 1**

**1.1 Что подразумевается под термином «физическая культура»?**

- а) Вид подготовки к профессиональной деятельности;
- б) процесс изменения функций и форм организма;
- в) часть общей человеческой культуры.

**1.2 В чём заключаются основные меры предупреждения травматизма при самостоятельных занятиях физической культурой?**

- а) В соблюдении правил поведения на спортивных сооружениях и подборе нагрузки, соответствующей функциональному состоянию;
- б) в подборе физической нагрузки с учётом общего состояния организма и в периодической смене деятельности;
- в) в чётком контроле над длительностью занятий и физической нагрузкой.

**1.3 Физические упражнения – это...**

- а) естественные движения и способы передвижения;
- б) движения, выполняемые на уроках физической культуры;
- в) действия, выполняемые по определенным правилам;
- г) сложные двигательные действия.

**1.4 Каким должен быть пульс при выполнении лёгкой физической нагрузки?**

- а- 50 – 70 уд./мин;
- б - 140 – 160 уд./мин;
- в - 100 – 120 уд./мин;

**1.5 Что является субъективным показателем здоровья?**

- а - жизненная ёмкость лёгких;
- б - частота сердечных сокращений;
- в - желание заниматься физическими упражнениями;

**2.1 Повторнопробегание отрезков 20-50 м с максимальной скоростью применяется для развития**

- а - выносливости;
- б – быстроты;
- в – прыгучести;
- г – координации движений;

**2.2 Главная фаза в технике метания снарядов является:**

- а- финальное усилие;
- б – замах;
- в – разбег;
- г – бросковые шаги

**2.3 К спринтерскому бегу в легкой атлетике относится...**

- А) бег на 5000 метров
- Б) кросс
- В) бег на 100 метров

**3.1 Размеры баскетбольного щита (см):**

- а) 120×180;
- б) 115×185;
- в) 105×180.

**3.2 Какое количество замен разрешается делать во время игры?**

- а) максимум 10; б) максимум 20; в) количество замен не ограничено.

**3.3 Сколько времени дается на ввод мяча в игру?**

- а) 3 секунды; б) 5 секунд; в) 8 секунд.

**3.4 Скрещенные руки перед грудью. Этот жест означает:**

- а) пробежку игрока;
- б) замену игрока;
- в) блокировку игрока

**4.1 Длина лыж при свободном ходе -**

- а) до уровня плеч ученика
- б) до уровня глаз ученика
- в) рост ученика

**4.2 Каким нужно идти лыжным ходом, если впереди средний подъем?**

- а) Одновременным одношажным
- б) Одновременным бесшажным
- в) Попеременным двухшажным

**4.3 Самая существенная ошибка при торможении на лыжах «плугом» -**

- а) Кратковременное неравномерное давление на лыжи
- б) Недостаточное разведение пяток лыж в стороны
- в) Выдвижение носка одной лыжи несколько вперед

**5.1 Положение тела, при котором ноги максимально разведены:**

- а) сед
- б) присед
- в) шпагат

**5.2** *Вращательное движение тела (на полу прыжком) с полным переворачиванием через голову без промежуточной опоры на руки называется:*

- а) сальто;
- б) курбет;
- в) рондат.

**5.3** *Смешанный упор, при котором тело учащихся близко к вертикальному положению, т.е. угол больше 45 градусов (по отношению к опорной плоскости). Аналогичным термином, обозначают положение упор согнувшись.*

- А) упор лёжа
- Б) упор на коленях
- В) упор стоя
- Г) упор на правом (левом) колене

**5.4** *Дугообразное, максимально прогнутое положение, спиной к опорной плоскости, с опорой руками и ногами*

- А) кувырок
- Б) шпагат
- В) мост

**6.1** *Свободный защитник в волейболе называется*

- А) либеро
- Б) игрок
- В) защитник

**6.2** *Если после разрешения судьи на подачу, подающий игрок подбросил мяч и не произвел по нему удар, то ...*

- а) подача считается проигранной;
- б) подача повторяется этим же игроком;
- в) подача повторяется другим игроком этой же команды.

**6.3** *Сколько секунд дается на подачу после свистка судьи*

- А) 8 секунд,
- б) 5 секунд,
- в) 10 секунд,

**7.1** *Право проведения Олимпийских игр предоставляется ....*

- а) городу;
- б) региону;
- в) стране.

**7.2** *Первый российский Олимпийский чемпион?*

- а) Николай Панин-Коломенкин;
- б) Дмитрий Саутин;
- в) Ирина Роднина.

**7.3** *Почему античные Олимпийские игры называли праздником мира?*

- а) В них принимали участие атлеты со всего мира;
- б) в период проведения игр прекращались войны;
- в) игры отличались миролюбивым проведением соревнований.

**1.1 Какой из приёмов больше подходит для контроля над функциональным состоянием организма во время занятий физическими упражнениями?**

- а) Измерение частоты сердечных сокращений (до, во время и после окончания тренировки);
- б) периодическое измерение силы мышц кисти, массы и длины тела, окружности грудной клетки;
- в) подсчёт в покое и во время тренировочной работы частоты дыхания.

**1.2 Что нужно делать для предупреждения переутомления во время занятий физическими упражнениями?**

- а) Правильно дозировать нагрузки и чередовать упражнения, связанные с напряжением и расслаблением;
- б) чередовать упражнения, связанные с напряжением и расслаблением;
- в) измерять пульс.

**1.3 Во время индивидуальных занятий с закаливающими процедурами следует соблюдать ряд правил. Укажите, какой из перечисленных ниже рекомендаций придерживаться не стоит?**

- а. после занятий следует принять холодный душ.
- б. чем выше температура воздуха, тем короче должны быть занятия, так как нельзя допускать перегревания организма;
- в. не рекомендуется тренироваться при интенсивном солнечном излучении;

**1.4 Физическими упражнениями называются...**

- а. двигательные действия, с помощью которых развивают физические качества и укрепляют здоровье;
- б. двигательные действия, дозируемые по величине нагрузки и продолжительности выполнения;
- в. формы двигательных действий, способствующие решению задач физического воспитания.

**1.5 Лучшие условия для развития быстроты реакции создаются во время**

- а - подвижных игр;
- б – прыжков со скакалкой;
- в – прыжков в длину с разбега;

**2.1 При выходе бегуна с низкого старта ошибкой является:**

- а – сильное выталкивание ногами;
- б – разноимённая работа рук;
- в – быстрое выпрямление туловища;

**2.2 Какой ногой выполняется отталкивание в прыжках в высоту способом «перешагивание»?**

- а – ближней к планке;
- б – дальней от планки;
- в – двумя сразу

**2.3 Начальной фазой прыжка в высоту или длину является:**

- а – отталкивание;
- б – разбег;
- в – полёт;

**3.1 Во время штрафного броска первое место по обе стороны трехсекундной зоны может быть занято только:**

- а) соперниками игрока, выполняющего бросок;
- б) партнерами игрока, выполняющего броски;
- в) с одной стороны партнером, с другой стороны соперником

**3.2 Какой должна быть высота от пола до щита (см):**

- а) 270;
- б) 290;

**3.3 Что происходит с командой после получения игроками этой команды четырех фолов?**

- а) За каждый последующий фол соперники выполняют два штрафных броска;
- б) продолжает играть;
- в) выполняется один штрафной бросок.

**3.4 Поднятые большие пальцы рук. Этот жест означает:**

- а) 2 очка;
- б) спорный мяч;
- в) мертвый мяч.

**4.1 Длина лыж при классическом ходе -**

- а) Рост ученика
- б) Рост с вытянутой рукой
- в) Рост + размер обуви ученика

**4.2 Какое главное отличие одновременного одношажного хода (стартовый вариант) от обычного при ходьбе на лыжах?**

- а) Первый шаг с вынесением рук вперед
- б) Постановка палок на снег
- в) Отталкивание палками и приставление ноги

**4.3 Какого поворота на лыжах нет?**

- а) Поворота переступанием
- б) Поворота на месте махом
- в) Поворота «полушлугом»
- г) Поворота упором

**5.1. Сочетания отдельных акробатических элементов и соединений в определенном целостном порядке называется:**

- а) вольные упр-я;
- б) комбинация;
- в) специальные упр-я.

**5.2 Расстояние по фронту между занимающимися, называется**

- А) фланг
- Б) шеренга
- В) интервал
- Г) строй

**5.3 Способ, с помощью которого занимающийся держится за снаряд, в гимнастике называется:**

- А) Захват
- Б) Хват
- В) Удержание

**5.4 Положение занимающегося, при котором согнутые в коленях ноги подтянуты руками к груди и кисти захватывают колени, в гимнастике обозначается как:**

- а) Хват
- б) Захват
- в) Группировка

**6.1 Размер волейбольной площадки и названия линий.**

- а) 18 x 9 м, лицевая, боковая, средняя, нападения;
- б) 24 x 14 м, лицевая, боковая, средняя, нападения, трёхочковая;
- в) 18 x 9 м, средняя, боковая, штрафная, линия защиты;
- г) 18 x 15 м, лицевая, боковая, средняя

**6.2 Партия в волейбол длится....**

- А) 2 партии по 20 минут,
- б) 4 партии по 10 минут,
- в) 5 партий без учета времени.

**6.3 Право на подачу получает игрок зоны №**

- А) 1,
- б) 2,
- в) 6,

**7.1 Термин «Олимпиада» означает...**

- а. синоним Олимпийских игр;
- б. собрание спортсменов в одном городе;
- в. четырехлетний период между Олимпийскими играми;

**7.2 Кто из знаменитых учёных Древней Греции побеждал на Олимпийских играх в соревнованиях кулачных бойцов?**

- а) Платон (философ);
- б) Пифагор (математик);
- в) Архимед (механик).

**7.3 Международный Олимпийский комитет является ....**

- а) международной неправительственной организацией;
- б) генеральной ассоциацией международных федераций;
- в) международным объединением физкультурного движения.