Спецификация
итоговой работы для проведения промежуточной аттестации обучающихся 8 класса
по физической культуре

1. Назначение работы

Работа предназначена для проведения процедуры итогового контроля индивидуальных достижений, обучающихся 8 класса в образовательном учреждении по предмету «Физическая культура».

2. Документы, определяющие содержание работы

Содержание и структура итоговой работы по предмету «Физической культуре» разработаны на основе следующих документов:
Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования с Федеральным законом от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями), приказами Министерства образования и науки РФ от17.12.2010 г. № 1897, от 31.12.2015г. № 1577, приказом Министерства просвещения РФ от 11.12.2020 №712 в соответствии с требованиями к результатам освоения Основной образовательной программы основного общего образования, с учётом Примерной программы по физической культуре.

3. Содержание работы

На основании документов, перечисленных в п.2 Спецификации, разработан кодификатор, определяющий в соответствии с требованиями ФГОС основного общего образования планируемые результаты освоения основной образовательной программы основного общего образования по предмету «Физическая культура» для проведения итогового контроля индивидуальных достижений обучающихся.

Оснбовные разделы курса:
1 « Знания о физической культуре»

2 «Способы двигательной (физкультурной) деятельности»

3 « Физкультурно-оздоровительная деятельность»

4 «Спортивно-оздоровительной деятельность»

Время проведения: 45 минут

Форма промежуточной аттестации: Контрольные тесты

Структура работы:

1) предварительный инструктаж по выполнению работы;
2) выполнение работы;
3) осуществление учащимися проверки собственной работы

Спецификация

№ задания	Требуемые результаты	Знания, умения и навыки	Уровень сложности	Кол – во баллов

			(БУ, ПУ)	
1	Знать о самонаблюдении и самоконтроле	Уметь выполнять измерение пульса и следить за ЧСС	БУ	**1,5**
2	Знать о самонаблюдении и самоконтроле	Уметь выполнять измерение пульса и следить за ЧСС	БУ	**1**
3	Знать о медицинском оборудовании	Уметь применять эти знания в жизни	БУ	**1**
4	Знать гигиенические требования	Уметь применять эти знания в жизни	БУ	**2**
5	Знать типовые травмы	Уметь оказать первую помощь при травмах	БУ	**2**
6	Знать правила спортивных игр	Знать и уметь применять правила спортивных игр	БУ	**1**
7	Знать правила спортивных игр	Знать и уметь применять правила спортивных игр	БУ	**1**
8	Знать упражнения спортивной гимнастики	Уметь выполнять упражнения в спортивной гимнастике	БУ	**1**
9	Знать упражнения по легкой атлетике	Знать технику легкоатлетических упражнений	БУ	**1**
10	Знать виды лыжных гонок	Уметь описывать технику изучаемых лыжных подъемов и спусков	БУ	**1**
11	Изучать понятия о физических качествах (силы, быстроты, выносливости, гибкости, равновесия)	Уметь описывать понятия о физических качествах	**ПУ**	**1**
12	Изучать понятия о физических качествах (силы, быстроты, выносливости, гибкости, равновесия)	Уметь описывать понятия о физических качествах	**ПУ**	**1**
13	Выполнять упражнения - тесты	Выполнять упражнения – тесты и демонстрировать личные достижения	**БУ, ПУ**	

Ключ (правильные ответы и количество баллов)

ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

№ Задания	**Ответы**	**Оценивание**
1	Вариант ответа № А,В,Г.	По 0,5 балла– за каждый правильный ответ; 0 б – ответ неверный.
2	Вариант ответа № В	1 б – дан правильный ответ; 0 б – ответ неверный.
3	Вариант ответа № А	1 б – дан правильный ответ; 0 б – ответ неверный
4	Вариант ответа № 1-В,2-Г 3-Б, 4-А	По 0,5 балла– за каждый правильный

		ответ; 0 б – ответ неверный
5	Вариант ответа № 1-Б,2-В 3-А, 4-Г	По 0,5 балла– за каждый правильный ответ; 0 б – ответ неверный.
6	Вариант ответа № Б	1 б – дан правильный ответ; 0 б – ответ неверный.
7	Вариант ответа № Б	1 б – дан правильный ответ; 0 б – ответ неверный.
8	Вариант ответа № Б,В	По 0,5 балла– за каждый правильный ответ; 0 б – ответ неверный.
9	Вариант ответа № В	1 б – дан правильный ответ; 0 б – ответ неверный.
10	Вариант ответа № Г	1 б – дан правильный ответ; 0 б – ответ неверный.
Максимум возможных баллов за работу 12,5 баллов		
Суммируются набранные баллы		
Процент выполнения заданий базового уровня высчитывается по формуле		**БУ** = кол-во набранных баллов : на макс. возможных баллов Х 100%
Качество выполнения заданий основной части		0ур.- 0-64% 1ур.- 65-100%

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ

№ Задания	**Ответы**	**Оценивание**
11	Вариант ответа № 1-В,2-А 3-Б	По 0,5 балла– за каждый правильный ответ; 0 б – ответ неверный.
12	Сила	1 б – дан правильный ответ; 0 б – ответ неверный.
Максимум возможных баллов за работу 2,5 баллов		
Суммируются набранные баллы		
Процент выполнения заданий повышенного уровня высчитывается по формуле		**ПУ** = кол-во набранных баллов : на макс. возможных баллов Х 100%
Качество выполнения заданий дополнительной части		2ур.- 50-100%

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

№ задания	**ответы**	**Оценивание**
13	Комментарий: Ученик должен выполнить упражнения тесты и продемонстрировать личный результат	Комментарий: Ученик должен выполнить упражнения тесты и продемонстрировать личный результат

Оценка уровня результата по физической подготовке

Тесты

Контрольные - тесты	Мальчики			Девочки		
	0 уровень	1 уровень БУ	2 уровень ПУ	0 уровень	1 уровень БУ	2 уровень ПУ
Бег 30м,сек	5,9 и больше	5,8-4,9	4,8 и меньше	6,1 и больше	5,0-6,0	4,9 и меньше
Подтягивание(мал) и отжимания (дев)	6 и меньше	7-8	9 и больше	11 и меньше	12-18	19 и больше
Прыжок в длину с места, см	135 и меньше	136-185	186 и больше	124 и меньше	125-185	186 и больше
Челночный бег 3×10	9,2 и больше	8,3 -9,1	8,2 и меньше	9,6 и больше	8,8- 9,8	8,7 и меньше
Пресс за 30 сек	23 и меньше	24 -32	33 и больше	13 и меньше	14-28	29 и больше
Наклон вперед из положения, сидя, см	+6 и меньше	+9	+ 11 и больше	+ 7 и меньше	+ 10	+ 14 и больше
Бег 1000м. сек	6.00	5.30	5.00	6.30	6.00	5.30
Уровень физической подготовки						

Критерии оценивания

Задания 1-10 – базовый уровень.

Задания 11-12 – повышенный уровень

Задания- 13 – практическая часть

Общий балл работы 15

65-100% - базовый уровень освоил

Ниже 60% - базовый уровень не освоил

50-100% - повышенный уровень освоил

Расшифровка символов:

БУ – базовый уровень

ПУ – повышенный уровень

ВО – выбор ответа

КО- краткий ответ

РО – развернутый ответ

Контрольные тесты.

ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

1) **Выделите субъективные показатели самоконтроля.**
   а) аппетит б) пульс в) масса тела г) сон
2) **Через сколько минут после нагрузки пульс возвращается к исходной величине у здорового человека?**
   а) 30 сек. б) 2 мин. в)8-10 мин. г) 30 мин.
3) **Как называется анализ, при котором производится исследование функции дыхания?**
   а) Спирометрия б) Томография в) Рентген г) Кардиограмма

4)Соотнесите понятие с определением

1. Гигиена питания	а) Отрасль гигиены направленная на систематическое снятие напряжения максимально работающих органов тела.
2. Гигиена труда	б) Неотъемлемая часть жизни человека, которая изучает, как влияют на здоровье условия жизни и труда.
3. Гигиена человека	в) Отрасль гигиены, изучающая проблемы полноценной пищи и рационального питания здорового человека.
4. Гигиена отдыха	г) Отрасль гигиены, изучающая влияние на организм человека **трудового процесса** и факторов **производственной** среды.

5) Соотнесите понятие с определением

1. Вывих	а) Повреждение связки в результате сильного натяжения или же, разрыв связки.
2. Перелом	б) Смещение суставных концов с повреждением суставной сумки и связочного аппарата.
3. Растяжение	в) Нарушение целости кости под действием травмирующей силы.
4. Ушиб	г) Закрытое повреждение тканей и органов без существенного нарушения их структуры.

6)Сколько минут длится период в баскетболе?
   а) 5 мин. б) 10 мин. в) 15 мин. г) 20 мин.

7) **До которого количества очков продолжается решающая партия в волейболе?**
   а) 11 б) 15 в) 20 г) 25
8) **Какие упражнения относятся к разделу «Гимнастика»?**
   а) ловля и передача мяча б) строевые упражнения в) висы и упоры г) дриблинг

9) **Какой вид упражнений не относится к легкой атлетике?**
   а) метание Б) кувырки В) прыжки Г) ходьба

10) Какой вид не относится к лыжному спорту?

А)лыжные гонки Б) фристайл
В) прыжки с трамплина Г) маунтинбайк

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ

11) **Какие виды спорта обеспечивают наибольший прирост:**

1.силы а. акробатика.
2. гибкость б. бег на короткие дистанции.

3.скорость в. тяжелая атлетика.

12) ***Способность преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему за счёт мышечных усилий называется _____.***

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

13. Выполнять упражнения тесты

№	Контрольные -тесты	Результат на начало года	Результат на конец года	Уровень
	Бег 30м,сек			
	Подтягивание(мал) и отжимания (дев)			
	Прыжок в длину с места, см			
	Челночный бег 3×10			
	Пресс за 30 сек			
	Наклон вперед из положения, сидя, см			
	Бег 1000м. сек			
	Уровень физической подготовки			