МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА ПОС. АЗИАТСКАЯ
624310, Свердловская область, г. Кушва, пос. Азиатская, ул. Стадионная, 1б
тел. (34344) 2-40-04 ИНН/КПП 6620007102/668101001

КОНТРОЛЬНО-ИЗМЕРИТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ОЦЕНКИ ПРЕДМЕТНЫХ И МЕТАПРЕДМЕТНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ В 5-9 КЛАССАХ

Перечень контрольно-измерительных материалов по биологии

№ п/п	Название пособия	Автор	Выходные данные		Класс
			Печатные	Электронные	
1	"Контрольно-измерительные материалы. Биология. 5 класс. ФГОС"	Богданов Н.А.		М.: ВАКО, 2017	5
2	"Контрольно-измерительные материалы. Биология. 6 класс. ФГОС"	Богданов Н.А.		М.: ВАКО, 2017	6
3	"Контрольно-измерительные материалы. Биология. 7 класс. ФГОС"	Богданов Н.А.		М.: ВАКО, 2017	7
4	"Контрольно-измерительные материалы. Биология. 8 класс. ФГОС"	Богданов Н.А.		М.: ВАКО, 2017	8
5	КИМ Биология 5 кл. ФГОС	Богданов Н.А.		М.: ВАКО, 2020	5
6	КИМ Биология 6кл. ФГОС	Богданов Н.А.		М.: ВАКО, 2019	6
7	КИМ Биология 7кл. ФГОС	Богданов Н.А.		М.: ВАКО, 2019	7
8	КИМ Биология 8кл. ФГОС	Богданов Н.А.		М.: ВАКО, 2020	8
9	КИМ Биология 9кл. ФГОС	Богданов Н.А.		М.: ВАКО, 2019	9
10	Контрольно-измерительные материалы. Химия : 8-й	сост. Н.П. Троегубова, Е.Н. Стрельникова		М.: ВАКО, 2020	8

	класс : к учебнику О. С. Габриеляна (соответствует ФГОС)				
11	Контрольно-измерительные материалы. Химия. 9 класс. ФГОС	Стрельникова Е.Н.		М.: ВАКО, 2020	9
12	Основы безопасности жизнедеятельности. Тестовый контроль. 5-6 классы	Смирнов А. Т., Хренников Б. О., Маслов М. В. / Под ред. Смирнова А. Т.		М.: Просвещение, 2018	5-6
13	Основы безопасности жизнедеятельности. Поурочные разработки. 7-9 классы	Смирнов А. Т., Хренников Б. О., Маслов М. В. / Под ред. Смирнова А. Т.		М.: Просвещение, 2018	
14	Олимпиадные задания Сборник заданий с ответами и решениями для олимпиад по ОБЖ			https://olimpiadnye-zadanija.ru/obzh-7-8-klass-shkolnyj-etap-i-etap-g-moskva-2017-2018-uchebnyj-god/	4-11 класс
15	Печатные тесты по ОБЖ			https://www.uchportal.ru/load/85	5-9 класс
16	Контрольно-измерительные материалы по изо 5,6,7,8 класс (Неменский Б.М.)			https://infourok.ru/kontrolno-izmeritelnie-materiali-po-izo-klass-nemenskiy-1473903.html	5-8 класс
17	Тесты по ИЗО			https://kopilkaurokov.ru/izo/testi?class=&count=100	5-8 класс

Перечень контрольно-измерительных материалов по музыке

№	Название пособия	Автор	Входные данные		Класс
			Печатные	Электронные	
1.	Контрольно-измерительные материалы к урокам музыки 5-8 классы по учебнику «Музыка» Т.И. Науменко, В.В. Алеева. ФГОС	Тарханова Н.Л.		Сайт «Методичка» Режим доступа: https://stanicha-metodichka.nethouse.ru/kodifikator;-- ПрофиСтарт - Оценка знаний учащихся - Искусство: ИЗО, МХК, музыка - Сообщество... profistart.ru/ps/blog/27401.html	5-8 класс
2.	Контрольно-измерительные материалы по музыке 5-8 классы по учебнику «Музыка» Е.Д.Критская, Г.П.Сергеева, Т.С. Шмагина	Бабинцева О.В.		- ПрофиСтарт - Оценка знаний учащихся - Искусство: ИЗО, МХК, музыка - Сообщество... profistart.ru/ps/blog/27401.html	5,6,8 класс

Перечень контрольно-измерительных материалов по технологии

№	Название пособия	Автор	Входные данные		Класс
			Печатные	Электронные	
1.	Контрольно-измерительные материалы к урокам технологии 5-9 классы по учебнику «Технология» Казакевич М.В. ФГОС	Еловикова О.Н.		Сайт «Российская Электронная Школа» Режим доступа: https://resh.edu.ru/	5-9 класс

Перечень контрольно-измерительных материалов по математике 5-9 классы

№ п/п	Название пособия	Автор	Выходные данные		Класс
			Печатные	Электронные	
1	Контрольные и самостоятельные работы по математике/К учебнику Н. Я. Виленкина и др. «Математика. 5 класс»	М. А. Попов	М.: Издательство «Экзамен», 2013.	-	5
2	Тесты по математике/ К учебнику Н. Я. Виленкина и др. «Математика. 5 класс»	В. Н. Рудницкая	М.: Издательство «Экзамен», 2013.	-	5
3	Контрольные и самостоятельные работы по математике/К учебнику Н. Я. Виленкина и др. «Математика. 6 класс»	М. А. Попов	М.: Издательство «Экзамен», 2012.	-	6
4	Алгебра. Дидактические материалы. 7 класс/Учебное пособие для общеобразовательных организаций	М. В. Ткачёва, Н. Е. Фёдорова, М. И. Шабунин	-	М.: Просвещение, 2012	7
5	Алгебра. Дидактические материалы. 8 класс/Учебное пособие для общеобразовательных организаций	М. В. Ткачёва, Н. Е. Фёдорова, М. И. Шабунин	-	М.: Просвещение, 2013	8
6	Алгебра. Дидактические материалы. 9 класс/Учебное пособие для общеобразовательных организаций	М. В. Ткачёва, Н. Е. Фёдорова, М. И. Шабунин	-	М.: Просвещение, 2016	9
7	Геометрия. Дидактические материалы. 7 класс	В. Ф. Бутузов, С. Б. Кадомцев, В. В. Прасолов	-	М.: Просвещение, 2011	7
8	Геометрия. Дидактические материалы. 8 класс	В. Ф. Бутузов, С. Б. Кадомцев, В. В. Прасолов	-	М.: Просвещение, 2011	8
9	Геометрия. Дидактические материалы. 9 класс	В. Ф. Бутузов, С. Б. Кадомцев, В. В. Прасолов	-	М.: Просвещение, 2012	9

Перечень контрольно-измерительных материалов по <u>информатике</u>

№ п/п	Название пособия	Автор	Выходные данные		Класс
			Печатные	Электронные	
1	Информатика. 7 класс: самостоятельные и контрольные работы	Л. Л. Босова, А. Ю. Босова	-	М.: БИНОМ. Лаборатория знаний, 2017	7
2	Информатика. 8 класс: самостоятельные и контрольные работы	Л. Л. Босова, А. Ю. Босова	-	М.: БИНОМ. Лаборатория знаний, 2018	8
3	Информатика. 9 класс: самостоятельные и контрольные работы	Л. Л. Босова, А. Ю. Босова	-	М.: БИНОМ. Лаборатория знаний, 2017	9

Перечень контрольно-измерительных материалов по <u>основам графики и черчения</u>

№ п/п	Название пособия	Автор	Выходные данные		Класс
			Печатные	Электронные	
1	*Черчение: учебник для общеобразовательных учреждений	А. Д. Ботвинников, В. Н. Виноградов, И. С. Вышнепольский	М.: АСТ: Астрель, 2019	-	8-9

*Практические и графические работы содержатся в учебнике

Перечень контрольно-измерительных материалов по русскому языку 5-9 классы

№ п/п	Название пособия	Автор	Выходные	данные		Класс
			Печатные	Электронные		
1.	Контрольно-измерительные материалы. Русский язык	Н.В.Егорова	Москва: ВАКО, 2013			5
2.	Контрольно-измерительные материалы. Русский язык	Н.В.Егорова	Москва: ВАКО, 2013			6
3.	Контрольно-измерительные материалы. Русский язык	Н.В.Егорова	Москва: ВАКО, 2013			7
4.	Контрольно-измерительные материалы. Русский язык	Н.В.Егорова	Москва: ВАКО, 2013			8
5.	Контрольно-измерительные материалы. Русский язык	Н.В.Егорова	Москва: ВАКО, 2013			9
6.	Дидактические материалы. Русский язык. Разноуровневые задания	Сост. Л.Н.Федосеева	Москва: ВАКО, 2012			5
7.	Дидактические материалы. Русский язык. Разноуровневые задания	Сост..М.Казбек-Казиева	Москва: ВАКО, 2013			6
8.	Дидактические материалы. Русский язык. Разноуровневые задания	Сост.Б.А.Макарова	Москва: ВАКО, 2014			7
9.	Дидактические ма-	Сост.Б.А.Макарова	Москва: ВАКО, 2014			8

	териалы. Русский язык. Разноуровневые задания				
10.	Универсальные учебные умения. Русский язык. Рабочая тетрадь	С.М.Вовк		Москва,Экзамен,2017	5
11.	Универсальные учебные умения. Русский язык. Рабочая тетрадь	С.М.Вовк		Москва,Экзамен,2018	6
12.	Универсальные учебные умения. Русский язык. Рабочая тетрадь	С.М.Вовк		Москва,Экзамен,2018	7
13.	Универсальные учебные умения. Русский язык. Рабочая тетрадь	С.М.Вовк		Москва,Экзамен,2021	8
14.	Универсальные учебные умения. Русский язык. Рабочая тетрадь	С.М.Вовк		Москва,Экзамен,2020	9
15.	Русский язык. Готовимся к ГИА. Тесты, творческие работы, проекты	А.Г.Нарушевич, И.В.Голубева	Москва:Просвещение,2013		5
16.	Русский язык. Готовимся к ГИА. Тесты, творческие работы, проекты	А.Г.Нарушевич, И.В.Голубева	Москва:Просвещение,2013		6
17.	Русский язык. Готовимся к ГИА. Тесты, творческие работы, проекты	А.Г.Нарушевич, И.В.Голубева	Москва:Просвещение,2016		7
18.	Русский язык. Готовимся к ГИА. Тесты,	А.Г.Нарушевич, И.В.Голубева	Москва: Просвещение,2018		8

	творческие работы, проекты				
20.	Русский язык. Готовимся к ГИА. Тесты, творческие работы, проекты	А.Г.Нарушевич, И.В.Голубева	Москва :Просвещение,2017		9
21.	Русский язык. Тесы с комментированными ответами для подготовки к ОГЭ.	А.Г.Нарушевич	Москва, Просвещение,2016		8-9

Перечень контрольно-измерительных материалов по литературе

№ п/п	Название пособия	Автор	Выходные	данные		Класс
			Печатные	Электронные		
1.	Контрольно-измерительные материалы. Литература.	Сос.Л.В.Антонова	Москва: ВАКО, 2013			5
2.	Контрольно-измерительные материалы. Литература	Сост.Н.С.Королёва	Москва: ВАКО, 2013			6
3.	Контрольно-измерительные материалы. Литература	Сост.Е.Н.Зубова	Москва: ВАКО, 2013			7
4.	Контрольно-измерительные материалы. Литература	Сост. Е.Н.Зубова	Москва: ВАКО, 2011			8
5.	Контрольно-измерительные материалы. Литера-	Сост. Е.С.Ершова	Москва: ВАКО, 2011			9

	тура				
6.	Дидактические материалы по литературе	Е.В.Иванова	Москва: «Экзамен», 2015		5
7.	Проверочные работы по литературе	Л.Н.Гороховская, О.Б.Марьина	Москва: «Экзамен»,2015		5
8.	Тесты по литературе	Е.Л.Ляшенко	Москва: «Экзамен»,2018		6
9.	Тесты по литературе	Е.Л.Ляшенко	Москва: «Экзамен»,2018		7
10.	Тесты по литературе	Е.Л.Ерохина	Москва: «Экзамен»,2019		8
11.	Тесты по литературе	Е.Л.Ляшенко	Москва: «Экзамен»,2018		9

Перечень контрольно-измерительных материалов по **истории /5-9класс**

№ п/п	Название пособия	Автор	Выходные данные		Класс
			Печатные	Электронные	
1.	Проверочные материалы по всеобщей истории за 5 класс: история Древнего мира	А.А. Алебастрова		Ростов- на- Дону: Феникс, 2010	5
2.	Проверочные материалы по всеобщей истории 7 кл.: история Нового времени	А.А. Алебастрова		Ростов- на- Дону: Феникс, 2010	7
3.	Промежуточное тестирование. Всеобщая история. История Древне го мира. 5 класс. ФГОС	М.Н. Чернова		Москва, Издательство «Экзамен», 2015.	5
4.	История Средних веков. 6 класс. Итоговая аттестация. Типовые тестовые задания. ФГОС	М.Н. Чернова		Москва, Издательство «Экзамен», 2013	6
5.	История Средних веков. 6 класс. Контрольные измерительные материалы. ФГОС	М.Н. Чернова		Москва, Издательство «Экзамен», 2013	6
6.	Всеобщая история. История Средних веков. 6 класс: Контрольно-измерительные материалы. ФГОС	К.В. Волкова		Москва: «Вако», 2020	6
7.	История Древнего мира. 5 класс: Контрольно- измерительные материалы. ФГОС	К.В. Волкова		Москва: «Вако», 2020	5
8.	История России. 7 класс: Контрольно-измерительные материалы. ФГОС	К.В. Волкова		Москва: «Вако», 2020	7
9.	История России. 8 класс: Контрольно-измерительные материалы. ФГОС	К.В. Волкова		Москва: «Вако», 2020	8
10.	История России. 6 класс: контрольные измерительные материалы.	Ю.А. Смирнов		М.: Издательство «Экзамен», 2014	6
11.	История России XVII-XVIII вв. 7 класс: контрольные измерительные материалы.	Ю.А. Смирнов		М.: Издательство «Экзамен», 2014	7
12.	История России XIX в. 8 класс: контрольные измерительные материалы.	Ю.А. Смирнов		М.: Издательство «Экзамен», 2014	8
13.	История России. 6 класс: Контрольно-измерительные материалы. ФГОС	К.В. Волкова		Москва: «Вако», 2020	6

14.	История Нового времени1800-1900. 8 класс: Контрольно- измерительные материалы. ФГОС	К.В. Волкова		Москва: «Вако», 2014	8
15.	История Нового времени 1500-1800. 7 класс: Контрольно- измерительные материалы. ФГОС	К.В. Волкова		Москва: «Вако», 2014	7
16	История России. Контрольные работы. 6 класс.	И.А. Артасов		М.: Просвещение, 2016	6
17.	История России. Контрольные работы. 7 класс.	И.А. Артасов		М.: Просвещение, 2016	7
18.	История России. Контрольные работы. 8 класс.	И.А. Артасов		М.: Просвещение, 2016	8
19.	История России. Контрольные работы. 9 класс.	И.А. Артасов		М.: Просвещение, 2016	9
20.	Рабочая тетрадь по истории Нового времени 7класс Универсальные учебные действия	М.Н. Чернова В.Я.Румянцев		М.: Просвещение, 2020	7
21.	Рабочая тетрадь по истории Древнего мира 5 класс Универсальные учебные действия	М.Н. Чернова		М.: Просвещение, 2019	5
22.	Рабочая тетрадь по истории Нового времени 7класс Универсальные учебные действия	М.Н. Чернова В.Я. Румянцев		М.: Просвещение, 2020	7
23.	Рабочая тетрадь по истории России 6кл. Универсальные учебные действия	Е.А. Гевуркова		М.: Просвещение, 2018	6
24.	Рабочая тетрадь по истории России 7кл. Универсальные учебные действия	Е.А. Гевуркова		М.: Просвещение, 2018	7
25	Рабочая тетрадь по истории России 8 кл. Универсальные учебные действия	Е.А. Гевуркова		М.: Просвещение, 2018	8
26.	Сборник метапредметных заданий. История. Обществознание. География 5-9 кл.	Институт стратегии развития образования Российской академии образования		М.: Издательство «Экзамен», 2018	5-9

Перечень контрольно-измерительных материалов по физике 7-9 классы

№ п/п	Название пособия	Автор	Выходные данные		Класс
			Печатные	Электронные	
1	Тесты по физике. 7 класс: к учебнику А. В. Перышкина «Физика. 7 класс». ФГОС (к новому учебнику)	А. В. Чеботарева	12-е изд., перераб. и доп. — М.: Издательство «Экзамен», 2017. — 176 с. (Серия «Учебно-методический комплект»)		7
2	Контрольные и самостоятельные работы по физике. 7 класс: к учебнику А. В. Перышкина «Физика. 7 класс». ФГОС (к новому учебнику)	О. И. Громцева	11-е изд., перераб. и доп.— М.: Издательство «Экзамен», 2020. — 112 с. (Серия «Учебно-методический комплект»)		7
3	Тесты по физике. 8 класс: к учебнику А. В. Перышкина «Физика. 8 класс». ФГОС (к новому учебнику)	А. В. Чеботарева	12-е изд., перераб. и доп. — М.: Издательство «Экзамен», 2017.— 222, [2] с. (Серия «Учебно-методический комплект»)		8
4	Контрольные и самостоятельные работы по физике. 8 класс: к учебнику А. В. Перышкина «Физика. 8 класс». ФГОС (к новому учебнику)	О. И. Громцева	9-е изд., перераб. и доп. — М. : Издательство «Экзамен», 2020. — 128 с. (Серия «Учебно-методический комплект»)		8
5	Тесты по физике. 9 класс: к учебнику А. В. Перышкина, Е. М. Гутник «Физика. 9 класс». ФГОС (к новому учебнику)	О. И. Громцева	9-е изд., перераб. и доп. — М.: Издательство «Экзамен», 2017. — 173, [3] с. (Серия «Учебно-методический комплект»)		9
6	Контрольные и самостоятельные работы по физике. 9 класс: к	О. И. Громцева	7-е изд., перераб. и доп. — М.: Издательство «Экзамен», 2020. — 159,		9

	учебнику А. В. Перышкина, Е. М. Гутник «Физика. 9 класс». ФГОС (к новому учебнику)		[1] с. (Серия «Учебно-методический комплект»)		
7	ОГЭ. Физика : типовые экзаменационные варианты : 0-39 30 вариантов	под ред. Е.Е. Камзеевой	М. : Издательство «Национальное образование», 2020. — 352 с. : ил. — (ОГЭ. ФИЛИ — школе).		9
8	ОГЭ 2021. Физика. 10 вариантов. Типовые тестовые задания от разработчиков ОГЭ	Е. Е. Камзеева	М. : Издательство «Экзамен», 2021. — 136 с. (Серия «ОГЭ. Тесты от разработчиков»)		9

Перечень контрольно-измерительных материалов по **обществознанию /5-9класс**

№ п/п	Название пособия	Автор	Выходные данные		Класс
			Печатные	Электронные	
1.	Обществознание. 6 класс: Контрольно-измерительные материалы. ФГОС	А.В. Поздеев	Москва: «Вако», 2016		6
2.	Обществознание. 7 класс: Контрольно-измерительные материалы. ФГОС	К.В. Волкова	Москва: «Вако», 2013		7
3.	Обществознание. 8 класс: Контрольно-измерительные материалы. ФГОС	А.В. Поздеев	Москва: «Вако», 2013		8
4.	Обществознание. 9 класс: Контрольно-измерительные материалы. ФГОС	А.В. Поздеев	Москва: «Вако», 2013		9
5.	Контрольно-измерительные материалы по географии ФГОС	Жижина Е.А.	Контрольно-измерительные материалы. География: 9 класс / Сост. Е.А. Жижина. – М.: ВАКО, 2012. – 112 с		9 класс
6.	Сборник интерактивных тестов по географии	Центр Электронного Тестирования		https://lecta.rosuchebnik.ru/mybooks/book/1526676	9 класс
7.	Текущий и итоговый контроль по курсу «ГЕОГРАФИЯ. НАСЕЛЕНИЕ И ХОЗЯЙСТВО РОССИИ» для 9 класса общеобразовательных организаций	С.В. Банников Д.В. Молодцов	Контрольно-измерительные материалы / С.В. Банников, Д.В. Молодцов. — М.: ООО «Русское слово — учебник», 2017. — 80 с. — (Инновационная школа). Пособие включает задания в формате ОГЭ и ЕГЭ по всем разделам курса географии 9 класса.		9 класс
8.	Тесты по обществознанию 5 класс ФГОС	Р.Н. Лебедева		М.: Издательство «Экзамен», 2016	5
9.	Тесты по обществознанию 6 класс ФГОС	Т.В. Коваль		М.: Издательство «Экзамен», 2016	6
10.	Тесты по обществознанию 7 класс ФГОС	Т.В. Коваль		М.: Издательство «Экзамен», 2018	7
11.	Тесты по обществознанию 8 класс ФГОС	С.В. Краюшкина		М.: Издательство «Экзамен», 2017	8
12.	Тесты по обществознанию 9 класс ФГОС	С.В. Краюшкина		М.: Издательство «Экзамен», 2017	9

	Сборник метапредметных заданий. История. Обществознание. География 5-9 кл.	Институт стратегии развития образования Российской академии образования		М.: Издательство «Экзамен», 2018	5-9

Перечень контрольно-измерительных материалов по **географии** /**5-8класс**

№ п/п	Название пособия	Автор	Выходные данные		Класс
			Печатные	Электронные	
1.	География. 6 класс: Контрольно-измерительные материалы. ФГОС	Е. А.Жижина	Москва: «Вако», 2012		6
2.	География 7 класс: Контрольно-измерительные материалы. ФГОС	Е.А. Жижина	Москва: «Вако», 2013		7
3.	География 8 класс: Контрольно-измерительные материалы. ФГОС	Е. А. Жижина	Москва: «Вако», 2012		8
4.	Сборник заданий и упражнений по географии 7 класс	В.И. Евдокимов		М.: Издательство «Экзамен», 2011	7
5.	Сборник заданий и упражнений по географии 7 класс	Е.В. Баранчиков		М.: Издательство «Экзамен», 2013	6
6.	Сборник метапредметных заданий. История. Обществознание. География 5-9 кл.	Институт стратегии развития образования Российской академии образования		М.: Издательство «Экзамен», 2018	5-9
7.	Текущий и итоговый контроль по курсу «География»7 класс КИМ	Л.В. Пацукова Д.В. Молодцов		Москва, «Русское слово», 2016	7

Перечень контрольно-измерительных материалов по английскому языку 5-9 классы

№ п/п	Название пособия	Автор	Выходные данные		Класс
			Печатные	Электронные	
1	Английский язык. Контрольные задания. 5 класс	Ваулина Ю.Г., Дули Дж., Подоляко О.Г.		Издательство Express Publishing «Просвещение», Москва, 2010	5
2	Грамматика английского языка. Проверочные работы. 5 класс	Барашкова Е.А.		Издательство «Экзамен», 2020	5
3	Английский язык. Контрольные задания. 6 класс	Ваулина Ю.Г., Дули Дж., Подоляко О.Г.		Издательство Express Publishing «Просвещение», Москва, 2016	6
4	Грамматика английского языка. Проверочные работы. 6 класс	Барашкова Е.А.		Издательство «Экзамен», 2020	6
5	Грамматика английского языка. Проверочные работы. 7 класс	Барашкова Е.А.		Издательство «Экзамен», 2012	7
6	Грамматика английского языка. Проверочные работы. 8 класс	Барашкова Е.А.		Издательство «Экзамен», 2016	8
7	Английский язык. Контрольные задания. 9 класс	Ваулина Ю.Г., Дули Дж., Подоляко О.Г.		Издательство Express Publishing «Просвещение», Москва, 2009	9
8	Грамматика английского языка. Проверочные работы. 9 класс	Барашкова Е.А.		Издательство «Экзамен», 2019	9
9	Английский язык. Тренировочные упражнения в формате ГИА. 9 класс	Ваулина Ю.Е., Подоляко О.Е.		Издательство «Просвещение», 2015	9

КОНТРОЛЬНО – ИЗМЕРИТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

по физической культуре 5-9 классы

Результаты освоения содержания предмета «Физическая культура»

«Результаты освоения содержания предмета «Физическая культура» определяют те итоговые результаты, которые должны демонстрировать школьники по завершении обучения в основной школе.

Требования к результатам изучения учебного предмета выполняют двоякую функцию. Они, с одной стороны, предназначены для оценки успешности овладения программным содержанием, а с другой стороны, устанавливают минимальное содержание образования, которое в обязательном порядке должно быть освоено каждым ребенком, оканчивающим основную школу.

Результаты освоения программного материала по предмету «Физическая культура» в основной школе оцениваются по трем базовым уровням, исходя из принципа «общее — частное — конкретное», и представлены соответственно метапредметными, предметными и личностными результатами.

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей учащихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. Приобретенные на базе освоения содержания предмета «Физическая культура», в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательного процесса (умение учиться), так и в реальной повседневной жизни учащихся.

Оценка достижения планируемых результатов освоения учебной программы.

Педагогический контроль имеет много сторон. Это и тестирование, и наблюдение за деятельностью учащихся, и оценка овладения ими программным материалом.

Критериями оценки по физической культуре являются качественные и количественные показатели.

Качественные показатели успеваемости — это степень овладения программным материалом: знаниями, двигательными умениями и навыками, способами физкультурно-оздоровительной деятельности.

Количественные показатели успеваемости — это сдвиги в физической подготовленности, складывающиеся обычно из показателей развития основных физических способностей: силовых, скоростных, координационных; выносливости, гибкость и их сочетаний (силовой выносливости, скоростно-силовых качеств и т. п.). Отметка по физической культуре будет играть стимулирующую и воспитывающую роль только в том случае, если учитель будет оценивать показатели физической подготовленности, достигнутые учеником не в данный момент, а за определённое время. Иначе говоря, ориентироваться надо не на наличный уровень развития физических качеств, а на темп (динамику) изменения их за определённый период.

В отличие от других общеобразовательных предметов особенностями оценки успеваемости по физической культуре являются:

• необходимость более полного и глубокого учёта не только психических качеств, свойств и состояний, но и особенностей телосложения, физического развития, физических способностей и состояния здоровья учащихся;

• более широкий диапазон критериев, где учитываются не только знания, но и конкретные двигательные умения и навыки, способы осуществления физкультурно-оздоровительной деятельности, способности использовать знания и физические упражнения, изученные в школе, в нестандартных условиях;

• наличие объективных количественных слагаемых оценки, которые позволяют более объективно и точно вести контроль за ходом индивидуального физического развития и подготовленности.

Оценивая успехи по физической культуре, учитель должен принимать во внимание индивидуальные особенности учащихся, значимость которых в физическом воспитании особенно велика.

Индивидуальные особенности, которые необходимо учитывать, можно разделить на две большие группы: телесные и психические.

Телесные — это особенности физического развития (длина и масса тела), тип телосложения (астеноидный, дигестивный, торакальный и мышечный). При учёте индивидуальных особенностей учителю необходимо быть максимально тактичным, внимательным, не унижать достоинство учащегося, использовать оценку таким образом, чтобы она способствовала повышению и дальнейшему развитию интереса учащихся к физической культуре.

В соответствии с процессами обучения двигательным действиям, развитием физических способностей оценка успеваемости включает в себя следующие виды учёта: предварительный, текущий и итоговый.

Предварительный учёт проводится на первых уроках учебного года, в начале изучения отдельных тем или разделов программы.
Данные предварительного учёта следует фиксировать в специальных протоколах или рабочих тетрадях учителя. То же самое, как показывает опыт школ, целесообразно осуществлять самим учащимся в дневниках самоконтроля, паспортах здоровья.

Текущий учёт позволяет учителю получить сведения о ходе овладения учащимся программным материалом. Это даёт возможность оценить правильность выбранной методики обучения.

В процессе урока текущая отметка может быть выставлена за любые слагаемые программного материала: усвоение знаний и контрольного двигательного умения, достигнутый уровень в развитии двигательных способностей, выполнение домашних, самостоятельных заданий, умение осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность. В отдельных случаях учитель суммирует все полученные за занятие оценки в один поурочный балл.

Текущая оценка на разных этапах обучения двигательному действию имеет свои особенности. При начальном разучивании техники предъявляется меньше требований, а само движение выполняется в облегчённых условиях. На этапе повторения двигательного действия оно выполняется в более сложных, специально созданных условиях. Наконец, на этапе совершенствования — в условиях соревнований, игры или в усложнённых комбинациях.
Итоговая оценка выставляется за усвоение темы, раздела, за четверть (в старших классах — за полугодие), учебный год. Она включает в себя текущие оценки, полученные учащимися за усвоение программного материала, темпы прироста физических способностей, умения осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность, учитывая универсиальные учебные действия ученика.

По окончании основной школы учащийся должен показать уровень физической подготовленности не ниже результатов, приведенных в разделе «Демонстрировать», что соответствует обязательному минимуму содержания образования. При оценивании обучающихся с ОВЗ и для лиц, относящихся к различным медицинским группам (Приложение № 2 к Порядку проведения профилактических медицинских осмотров несовершеннолетних, утвержденному приказом Министра здравоохранения Российской Федерации), учитываются индивидуальные возможности, уровень физического развития и двигательные возможности, последствия заболеваний учащихся. Важнейшим требованием проведения современного урока по физической культуре является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учётом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенности развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

Формы контроля и возможные варианты его проведения.

Для отслеживания результатов предусматриваются следующие формы контроля;

- **входной,** позволяющий определить исходный уровень развития учащихся;
- **тематический;**
- **промежуточный и итоговый** контроль планируется по четвертям по текущим оценкам, а также по результатам тестирования

Критерии оценивания успеваемости по базовым составляющим физической подготовки учащихся.

I. Знания

При оценивании знаний по предмету «Физическая культура» учитываются такие показатели: глубина, полнота, аргументированность, умение использовать их применительно к конкретным случаям и занятиям физическими упражнениями.

С целью проверки знаний используются следующие методы: опрос, проверочные беседы (без вызова из строя), тестирование.

Оценка 5	***Оценка 4***	***Оценка 3***	***Оценка 2***
За ответ, в котором учащийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала; логично его излагает, используя в деятельности	*За тот же ответ, если в нём содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки*	*За ответ, в котором отсутствует логическая последовательность, имеются проблемы в знании материала, нет должной аргументации и умения использовать знания на практике*	*За не понимание и незнание материала программы*

II. Техника владения двигательными умениями и навыками

Для оценивания техники двигательными умениями и навыками используются следующие методы: наблюдение, вызов из строя для показа, выполнение упражнений и комбинированный метод

Оценка 5	**Оценка 4**	**Оценка 3**	**Оценка 2**
Движение или отдельные его элементы выполнены правильно, с соблюдением всех требований, без ошибок, легко, свободно, чётко, с отличной осанкой, в надлежащем ритме; ученик понимает сущность движения, его назначение, может разобраться в движении, объяснить, как оно выполняется, и продемонстрировать в нестандартных условиях; может определить и исправить ошибки, допущенные другим учеником; уверенно выполнять учебный норматив	При выполнении ученик действует так же, как и в предыдущем случае, но допустил не более двух незначительных ошибок	Двигательное действие в основном выполнено правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к скованности движений, неуверенности. Учащийся не может выполнить движение в нестандартных и сложных в соревновании с уроком условиях	Движение или отдельные его элементы выполнены неправильно, допущено более двух значительных или одна грубая ошибка

III. Владение способами и умениями осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность

Оценка 5	**Оценка 4**	**Оценка 3**	**Оценка 2**
Учащийся умеет: - самостоятельно организовать место занятий; - подбирать средства и инвентарь и применять их в конкретных условиях; - контролировать ход	Учащийся: - организует место занятий в основном самостоятельно, лишь с незначительной помощью; - допускает незначительные ошибки в подборе средств;	Более половины видов самостоятельной деятельности выполнены с помощью учителя или не выполняется один из пунктов	Учащийся не может выполнить самостоятельно ни один из пунктов

выполнения деятельности и оценивать итоги	- контролирует ход выполнения деятельности и оценивает итоги		

IV. Уровень физической подготовленности учащихся

Оценка 5	Оценка 4	Оценка 3	Оценка 2
Исходный показатель соответствует высокому уровню подготовленности, предусмотренному обязательным минимумом подготовки и программой физического воспитания, которая отвечает требованиям государственного стандарта и обязательного минимума содержания обучения по физической культуре, и высокому приросту ученика в показателях физической подготовленности за определённый период времени	Исходный показатель соответствует среднему уровню подготовленности и достаточному темпу прироста	Исходный показатель соответствует низкому уровню подготовленности и незначительному приросту	Учащийся не выполняет государственный стандарт, нет темпа роста показателей физической подготовленности

При оценке физической подготовленности приоритетным показателем является темп прироста результатов. Задание учителя по улучшению показателей физической подготовленности (темп прироста) должны представлять определённую трудность для каждого учащегося, но быть реально выполнимыми. Достижение этих сдвигов при условии систематических занятий даёт основание учителю для выставления высокой оценки.

Общая оценка успеваемости складывается по видам программ: по гимнастике, баскетболу, лёгкой атлетике, лыжной подготовке – путём сложения конечных оценок, полученных учеником по всем видам движений, и оценок за выполнение контрольных упражнений.

Оценка успеваемости за учебный год производится на основании оценок за учебные четверти с учётом общих оценок по отдельным разделам программы. При том преимущественное значение имеют оценки за умения и навыки осуществлять собственно двигательную, физкультурно-оздоровительную деятельность.

Реализация физкультурного комплекса «Готов к труду и обороне»

Основными формами подготовки к сдаче нормативов Комплекса ГТО являются учебные занятия по физической культуре, самостоятельные занятия физическими упражнениями, соревнования по видам спорта. В образовательном учреждении выполнение нормативов комплекса ГТО осуществляется в рамках реализуемых учебных программ по физической культуре в течение учебного года. Контрольная сдача нормативов проводится с 5 по 9 классы.

К сдаче нормативов комплекса ГТО допускаются учащиеся, посещающие уроки физической культуры, не имеющие справку об освобождении от занятий физической культурой, выданную медицинским учреждением.

От сдачи нормативов Комплекса ГТО освобождаются учащиеся, освобожденные от занятий физической культурой или отнесенные по состоянию здоровья к специальной медицинской группе.

Контрольная сдача нормативов комплекса ГТО осуществляется на уроках физической культуры два раза в год (осень, весна)

3 ступень - Нормы ГТО для школьников 11-12 лет

- бронзовый значок - серебряный значок - золотой значок

№ п/п	Виды испытаний (тесты)	Возраст 11-12 лет					
		Мальчики			Девочки		
		3	4	5	3	4	5
Обязательные испытания (тесты)							
1.	Бег на 60 м (сек.)	11,0	10,8	9,9	11,4	11,2	10,3
2.	Бег на 1,5 км (мин., сек.)	8.35	7.55	7.10	8.55	8.35	8.00
	или на 2 км (мин., сек.)	10.25	10.00	9.30	12.30	12.00	11.30
3.	Прыжок в длину с разбега (см)	280	290	330	240	260	300
	или прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	150	160	175	140	145	165
4.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)	3	4	7			
	или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (кол-во раз)				9	11	17
	или сгибание и разгибание рук упоре лежа на полу (кол-во раз)	12	14	20	7	8	14
Испытания (тесты) по выбору							
5.	Метание мяча весом 150 г (м)	25	28	34	14	18	22
6.	Бег на лыжах на 2 км (мин., сек.)	14.10	13.50	13.00	14.50	14.30	13.50
	или на 3 км	Без учета времени					
	или кросс на 3 км по пресеченной местности*	Без учета времени					
7.	Плавание 50 м (мин., сек.)	Без учета времени		0.50	Без учета времени		1.05
8.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу (достать пол)	Пальцами		Ладонями	Пальцами		Ладонями
9.	Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция - 5 м (очки)	10	15	20	10	15	20
10.	Туристический поход с проверкой туристических навыков	В соответствии с возрастными требованиями					
Кол-во видов испытаний видов (тестов) в возрастной группе		10	10	10	10	10	10
Кол-во испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для получения знака отличия Комплекса**		5	6	7	5	6	7

* Для бесснежных районов страны
** При выполнении нормативов для получения знаков отличия Комплекса обязательны испытания (тесты) на силу, быстроту, гибкость и выносливость.

4 ступень - Нормы ГТО для школьников 13-15 лет

- бронзовый значок - серебряный значок - золотой значок

№ п/п	Виды испытаний (тесты)	Возраст 13-15 лет					
		Мальчики			Девочки		
		3	4	5	3	4	5
Обязательные испытания (тесты)							
1.	Бег на 60 м (сек.)	10,0	9,7	8,7	10,9	10,6	9,6
2.	Бег на 2 км (мин., сек.)	9.55	9.30	9.00	12.10	11.40	11.00
	или на 3 км (мин., сек.)	Без учета времени			-	-	-
3.	Прыжок в длину с разбега (см)	330	350	390	280	290	330
	или прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	175	185	200	150	155	175
4.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)	4	6	10			
	или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (кол-во раз)	-	-	-	9	11	18
	или сгибание и разгибание рук упоре лежа на полу (кол-во раз)	-	-	-	7	9	15
5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз 1 мин.)	30	36	47	25	30	40
6.	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу (достать пол)	Пальцами		Ладонями	Пальцами		Ладонями
Испытания (тесты) по выбору							
7.	Метание мяча весом 150 г (м)	30	35	40	18	21	26
8.	Бег на лыжах на 3 км (мин., сек.)	18.45	17.45	16.30	22.30	21.30	19.30
	или на 5 км (мин., сек.)	28.00	27.15	26.00	-	-	-
	или кросс на 3 км по пересеченной местности*	Без учета времени					
9.	Плавание на 50 м (мин., сек.)	Без учета		0.43	Без учета		1.05
10.	Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция - 10 м (очки)	15	20	25	15	20	25
	или из электронного оружия из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция - 10 м (очки)	18	25	30	18	25	30
11.	Туристический поход с проверкой туристических навыков	В соответствии с возрастными требованиями					

Кол-во видов испытаний видов (тестов) в возрастной группе	11	11	11	11	11	11
Кол-во испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для получения знака отличия Комплекса**	6	7	8	6	7	8
* Для бесснежных районов страны						
** При выполнении нормативов для получения знаков отличия Комплекса обязательны испытания (тесты) на силу, быстроту, гибкость и выносливость.						

Промежуточный тест по физической культуре для 5 класса
1 вариант

Ф.И_____ класс _____

1. В какой стране зародились Олимпийские игры?
а) в России;
б) в Англии;
в) в Греции;
г) в Италии.
2. Как часто проводятся Олимпийские игры?
а) один раз в год
б) один раз в два года
в) один раз в четыре года
г) один раз в десять лет
3. Где проходили зимние Олимпийские игры 2014 года?
а) Солт-Лейт-Сити (США)
б) Саппоро (Япония)
в) Сочи (Россия)
г) Инсбрук (Австрия)
4. Освоение двигательного действия следует начинать с...
а) формирования представления об общем смысле данного способа решения двигательной задачи.
б) выполнения двигательного действия в упрощенной
форме и в замедленном темпе.
в) устранения ошибок при выполнении подготовительных и подводящих упражнений.
5. Упражнения, из какого вида спорта помогают стать быстрым и выносливым?
а) шахматы;
б) фигурное катание;
в) гимнастика;
г) лёгкая атлетика.
6. Какие дистанции относятся к спринтерским (коротким)?
А. 800м.,1500м.
Б. 60м.,100м.,200м.,400м.
В. 2000м.,3000м.,5000м.
7. Сколько попыток используется при прыжках?

А. одна.
Б. пять.
В. три.

8. Сколько и какие команды даются для бега с низкого старта?

а) две команды – «Становись!» и «Марш!»;
б) три команды – «На старт!», «Внимание!», «Марш!»;
в) две команды – «На старт!» и «Марш!».
г) две команды – «Внимание!», «Марш!».

9. Русская игра с битой и мячом

А) Бейсбол
Б) Крикет
В) Лапта
Г) Теннис

10. Какова цель утренней гимнастики?

а) вовремя успеть на первый урок в школе
б) совершенствовать силу воли
в) выступить на Олимпийских играх
г) ускорить полное пробуждение организма

11. Первые лыжи появились:

а) в песках Африки;
б) у охотников северных стран;
в) у погонщиков слонов в Индии;
г) у собирателей кокосов.

12. С какой периодичностью следует стирать спортивную одежду, прилегающую к телу?

а) каждый день
б) после каждой тренировки
в) один раз в месяц
г) один раз в 10 дней

13. Закаливающие процедуры следует начинать с обливания …?

а) горячей водой.
б) теплой водой.
в) водой, имеющей температуру тела.
г) прохладной водой.

14. Физкультминутка это…?

а) способ преодоления утомления;
б) возможность прервать урок;
в) время для общения с одноклассниками;
г) спортивный праздник.

15. Главная причина травматизма
а) невнимательность
б) нарушение дисциплины
в) нарушение формы одежды

Ключи:1-в;2-в;3-в;4-б;5-г;6-б;7-в;8-б;9-в;10-г;11-б;12-а;13-в;14-а;15-б.

Критерии оценивания:
100% – 90% правильных ответов - оценка «5»
80% – 60% правильных ответов - оценка «4»
50% – 40% правильных ответов – оценка «3»
30% – ниже правильных ответов – оценка «2»
Критерии оценивания для обучающихся с ОВЗ:
100% – 80% правильных ответов - оценка «5»
70% – 50% правильных ответов - оценка «4»
40% – 30% правильных ответов – оценка «3»
20% – ниже правильных ответов – оценка «2»

Промежуточный тест по физической культуре для 5 класса

2 вариант

Ф.И_____ класс _____

1. Что такое физическая культура?:

а) регулярные занятия физическими упражнениями, играми и спортом;

б) прогулка на свежем воздухе;

в) культура движений;

г) выполнение упражнений.

2. В какой стране зародились Олимпийские игры?

а) в России; б) в Англии; в) в Греции; г) в Италии.

3. Как звучит девиз Олимпийских игр?

а) «Быстрее, выше, сильнее»;

б) «О, спорт! Ты – мир!»;

в) «Будь всегда первым!».

4. Сколько и какие команды даются для бега с низкого старта?

а) две команды – «Становись!» и «Марш!»;

б) три команды – «На старт!», «Внимание!», «Марш!»;

в) две команды – «На старт!» и «Марш!».

г) две команды – «Внимание!», «Марш!».

5. Упражнения из какого вида спорта помогают стать быстрым и выносливым?

а) шахматы;

б) фигурное катание;

в) гимнастика;

г) лёгкая атлетика.

6. Как называется вид спорта, сочетающий в себе лыжные гонки и стрельбу из винтовки?

А) Скиатлон

Б) Дуатлон

В) Биатлон

Г) Арчитлон

7.Сколько игроков-футболистов одной команды может находиться на площадке во время игры?

а) 10 человек;

б) 11 человек;

в) 20 человек.

8. Что такое режим дня?

а) выполнение поручений учителя;

б) подготовка домашних заданий;

в) распределении основных дел в течение всего дня;
г) завтрак, обед и ужин каждый день в одно и то же время.

9. Под осанкой понимается…

а) привычное положение тела, когда человек сидит, стоит и передвигается;
б) силуэт человека;
в) привычка к определённым позам;
г) качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие и настроение

10.Как проверить правильность своей осанки?

а) лечь на ровный пол, вытянуть руки, прижать к туловищу;
б) принять строевую стойку (положение по команде «Смирно!»);
в) встать у стены, касаясь её пятками, икрами, ягодицами, лопатками, затылком.

11. Первые лыжи появились:

а) в песках Африки;
б) у охотников северных стран;
в) у погонщиков слонов в Индии;
г) у собирателей кокосов.

12. Что может являться причиной травматизма во время занятий на гимнастических снарядах?

а) выполнение упражнений без страховки;
б) выполнение упражнений на самодельной перекладине;
в) выполнение упражнений без присутствия врача;
г) выполнение упражнения без присутствия товарища

13. Что делать при ушибе?

а) намазать ушибленное место мазью;
б) положить холодный компресс;
в) перевязать ушибленное место бинтом;
г) намазать ушибленное место йодом.

14. Укажите последовательность процедур при общем закаливании водой по возрастающей:

а) обливание, купание, обтирание;
б) купание, обтирание, обливание;
в) обтирание, обливание, купание.

15. Здоровый образ жизни — это способ жизнедеятельности, направленный на...

а) Развитие физических качеств людей.
б) Поддержание высокой работоспособности людей.
в) Сохранение и улучшение здоровья людей.
г) Подготовку к профессиональной деятельности.

Ключи:1-а;2-в;3-а;4-б;5-г;6-в;7-б;8-в;9-а;10-в;11-б;12-а;13-б;14-в;15-в.

Критерии оценивания:
100% – 90% правильных ответов - оценка «5»
80% – 60% правильных ответов - оценка «4»
50% – 40% правильных ответов – оценка «3»
30% – ниже правильных ответов – оценка «2»
Критерии оценивания для обучающихся с ОВЗ:
100% – 80% правильных ответов - оценка «5»
70% – 50% правильных ответов - оценка «4»
40% – 30% правильных ответов – оценка «3»
20% – ниже правильных ответов – оценка «2»

Итоговый тест по физической культуре для 5 класса

1 вариант

Ф.И_____ класс _____

1.Какие основные показатели физического развития вы знаете?

а) по личным показателям - роста, массы тела, окружности тела и по осанке.

б) по физической подготовленности.

в) по состоянию позвоночника.

2. Что называется осанкой человека?

а) положение тела при движении.

б) правильное положение тела в пространстве.

в) привычное положение тела в пространстве.

3. Одной из главной причин нарушения осанки является?

а) травма.

б) слабая мускулатура тела.

в) неправильное питание.

4. Как лучше всего спать, чтобы не было искривления позвоночника?

а) на мягком матрасе.

б) на матрасе и высокой подушке.

в) на жестком матрасе и небольшой подушке.

5. Личная гигиена включает в себя?

а) умываться каждый день, ухаживать за телом и полостью рта, делать утреннюю гимнастику.

б) организацию рационального суточного режима, закаливание организма, занятия физической культурой, утреннюю гимнастику; уход за телом и полостью рта.

в) водные процедуры, домашние дела, прогулки на свежем воздухе.

6. Почему так важно соблюдать режим дня?

а) придает жизни четкий ритм, помогает выработать силу воли, настойчивость, аккуратность.

б) организует рационального режима питания.

в) высвобождения времени на отдых и снятие нервных напряжений.

7. Здоровый образ жизни - это способ жизнедеятельности, направленный на?

а) сохранение и укрепление здоровья.

б) развитие физических качеств человека.

в) поддержание высокой работоспособности людей.

8. Бег на короткие дистанции – это?

а) 200 и 400 метров;

б) 30 и 60 метров;

в) 800 и 1000 метров;

9. Спуску на лыжах надо начинать учиться:
а) на пологих склонах в основной стойке с палками; б) на пологих склонах в низкой стойке без палок;
в) на крутых склонах в низкой стойке без палок; г) на пологих склонах в основной стойке без палок.
10. Требования безопасности перед занятиями гимнастикой.
а) надеть спортивный костюм и спортивную обувь с нескользкой подошвой.
б) через несколько минут измерять частоту сердечных сокращений.
в) хорошо на перемене побегать по коридорам.
11. Первой ступенью закаливания организма является закаливание…
а) водой,
б) солнцем,
в) воздухом,
г) холодом.
12. Умственную работу следует прерывать физкультурными паузами через каждые …мин.
а) 25-30,
б) 40-45,
в) 55-60,
г) 70-75.
13. Вероятность травм при занятиях физическими упражнениями снижается, если учащиеся…
а) переоценивают свои возможности,
б) следует указаниям преподавателя,
в) владеют навыками выполнения движений,
г) не умеют владеть своими эмоциями.
14. Вращательное движение через голову с последовательным касанием опорой поверхности отдельными частями тела в гимнастике обозначается как…
а) акробатика,
б) «колесо»,
в) кувырок,
г) сальто.
15. Атлетов, нанесших смертельные раны сопернику во время Игр Олимпиады судьи Эллады:
а) признавали победителем,
б) секли лавровым веником,
в) объявляли героем,
г) изгоняли со стадиона.

Ключи: 1-а; 2-б; 3-б; 4-в; 5-б; 6-а; 7-а; 8-б; 9-б; 10-а; 11-в; 12-б; 13-б; 14-в; 15-г.

Критерии оценивания:
100% – 90% правильных ответов - оценка «5»

80% – 60% правильных ответов - оценка «4»
50% – 40% правильных ответов – оценка «3»
30% – ниже правильных ответов – оценка «2»

Критерии оценивания для обучающихся с ОВЗ:

100% – 80% правильных ответов - оценка «5»
70% – 50% правильных ответов - оценка «4»
40% – 30% правильных ответов – оценка «3»
20% – ниже правильных ответов – оценка «2»

Итоговый тест по физической культуре для 5 класса

2 вариант

Ф.И_____ класс _____

1.Что понимают под термином «средства физической культуры»?

а) лекарства;

б) санитарные нормы;

в) туризм;

г) физические упражнения, силы природы.

2. Как часто проходят Олимпийские игры?

а) каждый год;

б) один раз в два года;

в) один раз в три года;

г) один раз в четыре года.

3. Олимпийский девиз – это:

а) «Быстрее, выше, сильнее»;

б) «Сильнее, выше, быстрее»;

в) «Выше, точнее, быстрее»;

г) «Выше, сильнее, дальше».

4. Строевые упражнения – это:

а) попеременно двухшажный ход;

б) низкий старт;

в) повороты на месте, перестроения;

г) верхняя подача.

5. Акробатика – это:

а) прыжок через козла;

б) повороты, перестроения;

в) кувырки, перевороты;

г) упражнения с гантелями.

6.При проведении соревнований по баскетболу разрешается:

а) играть без судьи;

б) сидеть в раздевалке;

в) быть в спортивной форме и снять все украшения;

г) быть в школьной форме.

7. Назовите количество человек в баскетбольной команде на площадке:

а) 10;

б) 5;

в) 12;
г) 8.

8.Упражнения из какого вида спорта помогают стать быстрым и выносливым?

а) шахматы;
б) фигурное катание;
в) гимнастика;
г) лёгкая атлетика.

9. Как называется вид спорта, сочетающий в себе лыжные гонки и стрельбу из винтовки?

а) Скиатлон
б) Дуатлон
в) Биатлон
г) Арчитлон

10.Здоровье – это…

а) состояние полного физического, психического и социального благополучия;
б) отсутствие болезней и физических недостатков;
в) показатель силы, быстроты, выносливости человека.

11. Упражнения, содействующие развитию выносливости целесообразно выполнять в…

а) в конце подготовительной части занятия,
б) в начале основной части занятия,
в) в середине основной части занятия,
г) в конце основной части занятия.

12. Какой вид старта применяется в беге на короткие дистанции?

а) высокий,
б) средний,
в) низкий,
г) любой.

13. Сколько попыток дается участнику соревнований по прыжкам в высоту?

а) две попытки на каждой высоте,
б) три попытки на каждой высоте,
в) одна попытка на каждой высоте,
г) четыре попытки на каждой высоте.

14. Какой из способов спортивного плавания самый бесшумный?

а) кроль на спине,
б) кроль на груди,
в) баттерфляй (дельфин),
г) брасс.

15. Как дословно переводится слово «волейбол» с английского языка?

а) летающий мяч,

б) прыгающий мяч,
в) игра через сетку,
г) парящий мяч.

Ключи: 1-г;2-г;3-а;4-в;5-в;6-в;7-б;8-г;9-в;10-а;11-г;12-в;13-б;14-г;15-а.

Критерии оценивания:
100% – 90% правильных ответов - оценка «5»
80% – 60% правильных ответов - оценка «4»
50% – 40% правильных ответов – оценка «3»
30% – ниже правильных ответов – оценка «2»
Критерии оценивания для обучающихся с ОВЗ:
100% – 80% правильных ответов - оценка «5»
70% – 50% правильных ответов - оценка «4»
40% – 30% правильных ответов – оценка «3»
20% – ниже правильных ответов – оценка «2»

Промежуточный тест по физической культуре для 6 класса
1 вариант

Ф.И_____ класс _____

1. В какой стране зародились Олимпийские игры?
а) в России;
б) в Англии;
в) в Греции;
г) в Италии.
2. Как часто проводятся Олимпийские игры?
а) один раз в год
б) один раз в два года
в) один раз в четыре года
г) один раз в десять лет
3. Где проходили зимние Олимпийские игры 2014 года?
а) Солт-Лейт-Сити (США)
б) Саппоро (Япония)
в) Сочи (Россия)
г) Инсбрук (Австрия)
4. Освоение двигательного действия следует начинать с...
а) формирования представления об общем смысле данного способа решения двигательной задачи.
б) выполнения двигательного действия в упрощенной
форме и в замедленном темпе.
в) устранения ошибок при выполнении подготовительных и подводящих упражнений.
5. Упражнения, из какого вида спорта помогают стать быстрым и выносливым?
а) шахматы;
б) фигурное катание;
в) гимнастика;
г) лёгкая атлетика.
6. Какие дистанции относятся к спринтерским (коротким)?
А. 800м.,1500м.
Б. 60м.,100м.,200м.,400м.
В. 2000м.,3000м.,5000м.
7. Сколько попыток используется при прыжках?
А. одна.
Б. пять.
В. три.
8. Сколько и какие команды даются для бега с низкого старта?

а) две команды – «Становись!» и «Марш!»;
б) три команды – «На старт!», «Внимание!», «Марш!»;
в) две команды – «На старт!» и «Марш!».
г) две команды – «Внимание!», «Марш!».

9. Русская игра с битой и мячом

А) Бейсбол
Б) Крикет
В) Лапта
Г) Теннис

10. Какова цель утренней гимнастики?

а) вовремя успеть на первый урок в школе
б) совершенствовать силу воли
в) выступить на Олимпийских играх
г) ускорить полное пробуждение организма

11. Первые лыжи появились:

а) в песках Африки;
б) у охотников северных стран;
в) у погонщиков слонов в Индии;
г) у собирателей кокосов.

12. С какой периодичностью следует стирать спортивную одежду, прилегающую к телу?

а) каждый день
б) после каждой тренировки
в) один раз в месяц
г) один раз в 10 дней

13. Закаливающие процедуры следует начинать с обливания …?

а) горячей водой.
б) теплой водой.
в) водой, имеющей температуру тела.
г) прохладной водой.

14. Физкультминутка это…?

а) способ преодоления утомления;
б) возможность прервать урок;
в) время для общения с одноклассниками;
г) спортивный праздник.

15. Главная причина травматизма

а) невнимательность
б) нарушение дисциплины
в) нарушение формы одежды

Ключи:1-в;2-в;3-в;4-б;5-г;6-б;7-в;8-б;9-в;10-г;11-б;12-а;13-в;14-а;15-б.

Критерии оценивания:
100% – 90% правильных ответов - оценка «5»
80% – 60% правильных ответов - оценка «4»
50% – 40% правильных ответов – оценка «3»
30% – ниже правильных ответов – оценка «2»
Критерии оценивания для обучающихся с ОВЗ:
100% – 80% правильных ответов - оценка «5»
70% – 50% правильных ответов - оценка «4»
40% – 30% правильных ответов – оценка «3»
20% – ниже правильных ответов – оценка «2»

Промежуточный тест по физической культуре для 6 класса

2 вариант

Ф.И_____ класс _____

1. Что такое физическая культура?:

а) регулярные занятия физическими упражнениями, играми и спортом;

б) прогулка на свежем воздухе;

в) культура движений;

г) выполнение упражнений.

2. В какой стране зародились Олимпийские игры?

а) в России; б) в Англии; в) в Греции; г) в Италии.

3. Как звучит девиз Олимпийских игр?

а) «Быстрее, выше, сильнее»;

б) «О, спорт! Ты – мир!»;

в) «Будь всегда первым!».

4. Сколько и какие команды даются для бега с низкого старта?

а) две команды – «Становись!» и «Марш!»;

б) три команды – «На старт!», «Внимание!», «Марш!»;

в) две команды – «На старт!» и «Марш!».

г) две команды – «Внимание!», «Марш!».

5. Упражнения из какого вида спорта помогают стать быстрым и выносливым?

а) шахматы;

б) фигурное катание;

в) гимнастика;

г) лёгкая атлетика.

6. Как называется вид спорта, сочетающий в себе лыжные гонки и стрельбу из винтовки?

А) Скиатлон

Б) Дуатлон

В) Биатлон

Г) Арчитлон

7.Сколько игроков-футболистов одной команды может находиться на площадке во время игры?

а) 10 человек;

б) 11 человек;

в) 20 человек.

8. Что такое режим дня?

а) выполнение поручений учителя;

б) подготовка домашних заданий;

в) распределении основных дел в течение всего дня;
г) завтрак, обед и ужин каждый день в одно и то же время.

9. Под осанкой понимается…

а) привычное положение тела, когда человек сидит, стоит и передвигается;
б) силуэт человека;
в) привычка к определённым позам;
г) качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие и настроение

10.Как проверить правильность своей осанки?

а) лечь на ровный пол, вытянуть руки, прижать к туловищу;
б) принять строевую стойку (положение по команде «Смирно!»);
в) встать у стены, касаясь её пятками, икрами, ягодицами, лопатками, затылком.

11. Первые лыжи появились:

а) в песках Африки;
б) у охотников северных стран;
в) у погонщиков слонов в Индии;
г) у собирателей кокосов.

12. Что может являться причиной травматизма во время занятий на гимнастических снарядах?

а) выполнение упражнений без страховки;
б) выполнение упражнений на самодельной перекладине;
в) выполнение упражнений без присутствия врача;
г) выполнение упражнения без присутствия товарища

13. Что делать при ушибе?

а) намазать ушибленное место мазью;
б) положить холодный компресс;
в) перевязать ушибленное место бинтом;
г) намазать ушибленное место йодом.

14. Укажите последовательность процедур при общем закаливании водой по возрастающей:

а) обливание, купание, обтирание;
б) купание, обтирание, обливание;
в) обтирание, обливание, купание.

15. Здоровый образ жизни — это способ жизнедеятельности, направленный на...

а) Развитие физических качеств людей.
б) Поддержание высокой работоспособности людей.
в) Сохранение и улучшение здоровья людей.
г) Подготовку к профессиональной деятельности.

Ключи:1-а;2-в;3-а;4-б;5-г;6-в;7-б;8-в;9-а;10-в;11-б;12-а;13-б;14-в;15-в.

Критерии оценивания:
100% – 90% правильных ответов - оценка «5»
80% – 60% правильных ответов - оценка «4»
50% – 40% правильных ответов – оценка «3»
30% – ниже правильных ответов – оценка «2»
Критерии оценивания для обучающихся с ОВЗ:
100% – 80% правильных ответов - оценка «5»
70% – 50% правильных ответов - оценка «4»
40% – 30% правильных ответов – оценка «3»
20% – ниже правильных ответов – оценка «2»

Итоговый тест по физической культуре для 6 класса

1 вариант

Ф.И_____ класс _____

1.Какие основные показатели физического развития вы знаете?

а) по личным показателям - роста, массы тела, окружности тела и по осанке.

б) по физической подготовленности.

в) по состоянию позвоночника.

2. Что называется осанкой человека?

а) положение тела при движении.

б) правильное положение тела в пространстве.

в) привычное положение тела в пространстве.

3. Одной из главной причин нарушения осанки является?

а) травма.

б) слабая мускулатура тела.

в) неправильное питание.

4. Как лучше всего спать, чтобы не было искривления позвоночника?

а) на мягком матрасе.

б) на матрасе и высокой подушке.

в) на жестком матрасе и небольшой подушке.

5. Личная гигиена включает в себя?

а) умываться каждый день, ухаживать за телом и полостью рта, делать утреннюю гимнастику.

б) организацию рационального суточного режима, закаливание организма, занятия физической культурой, утреннюю гимнастику; уход за телом и полостью рта.

в) водные процедуры, домашние дела, прогулки на свежем воздухе.

6. Почему так важно соблюдать режим дня?

а) придает жизни четкий ритм, помогает выработать силу воли, настойчивость, аккуратность.

б) организует рационального режима питания.

в) высвобождения времени на отдых и снятие нервных напряжений.

7. Здоровый образ жизни - это способ жизнедеятельности, направленный на?

а) сохранение и укрепление здоровья.

б) развитие физических качеств человека.

в) поддержание высокой работоспособности людей.

8. Бег на короткие дистанции – это?

а) 200 и 400 метров;

б) 30 и 60 метров;

в) 800 и 1000 метров;

9. Спуску на лыжах надо начинать учиться:
а) на пологих склонах в основной стойке с палками; б) на пологих склонах в низкой стойке без палок;
в) на крутых склонах в низкой стойке без палок; г) на пологих склонах в основной стойке без палок.
10. Требования безопасности перед занятиями гимнастикой.
а) надеть спортивный костюм и спортивную обувь с нескользкой подошвой.
б) через несколько минут измерять частоту сердечных сокращений.
в) хорошо на перемене побегать по коридорам.
11. Первой ступенью закаливания организма является закаливание…
а) водой,
б) солнцем,
в) воздухом,
г) холодом.
12. Умственную работу следует прерывать физкультурными паузами через каждые …мин.
а) 25-30,
б) 40-45,
в) 55-60,
г) 70-75.
13. Вероятность травм при занятиях физическими упражнениями снижается, если учащиеся…
а) переоценивают свои возможности,
б) следует указаниям преподавателя,
в) владеют навыками выполнения движений,
г) не умеют владеть своими эмоциями.
14. Вращательное движение через голову с последовательным касанием опорой поверхности отдельными частями тела в гимнастике обозначается как…
а) акробатика,
б) «колесо»,
в) кувырок,
г) сальто.
15. Атлетов, нанесших смертельные раны сопернику во время Игр Олимпиады судьи Эллады:
а) признавали победителем,
б) секли лавровым веником,
в) объявляли героем,
г) изгоняли со стадиона.

Ключи: 1-а;2-б;3-б;4-в;5-б;6-а;7-а;8-б;9-б;10-а;11-в;12-б;13-б;14-в;15-г.

Критерии оценивания:
100% – 90% правильных ответов - оценка «5»

80% – 60% правильных ответов - оценка «4»
50% – 40% правильных ответов – оценка «3»
30% – ниже правильных ответов – оценка «2»

Критерии оценивания для обучающихся с ОВЗ:

100% – 80% правильных ответов - оценка «5»
70% – 50% правильных ответов - оценка «4»
40% – 30% правильных ответов – оценка «3»
20% – ниже правильных ответов – оценка «2»

Итоговый тест по физической культуре для 6 класса

2 вариант

Ф.И_____ класс _____

1.Что понимают под термином «средства физической культуры»?

а) лекарства;
б) санитарные нормы;
в) туризм;
г) физические упражнения, силы природы.

2. Как часто проходят Олимпийские игры?

а) каждый год;
б) один раз в два года;
в) один раз в три года;
г) один раз в четыре года.

3. Олимпийский девиз – это:

а) «Быстрее, выше, сильнее»;
б) «Сильнее, выше, быстрее»;
в) «Выше, точнее, быстрее»;
г) «Выше, сильнее, дальше».

4. Строевые упражнения – это:

а) попеременно двухшажный ход;
б) низкий старт;
в) повороты на месте, перестроения;
г) верхняя подача.

5. Акробатика – это:

а) прыжок через козла;
б) повороты, перестроения;
в) кувырки, перевороты;
г) упражнения с гантелями.

6.При проведении соревнований по баскетболу разрешается:

а) играть без судьи;
б) сидеть в раздевалке;
в) быть в спортивной форме и снять все украшения;
г) быть в школьной форме.

7. Назовите количество человек в баскетбольной команде на площадке:

а) 10;
б) 5;

в) 12;
г) 8.

8.Упражнения из какого вида спорта помогают стать быстрым и выносливым?

а) шахматы;
б) фигурное катание;
в) гимнастика;
г) лёгкая атлетика.

9. Как называется вид спорта, сочетающий в себе лыжные гонки и стрельбу из винтовки?

а) Скиатлон
б) Дуатлон
в) Биатлон
г) Арчитлон

10.Здоровье – это…

а) состояние полного физического, психического и социального благополучия;
б) отсутствие болезней и физических недостатков;
в) показатель силы, быстроты, выносливости человека.

11. Упражнения, содействующие развитию выносливости целесообразно выполнять в…

а) в конце подготовительной части занятия,
б) в начале основной части занятия,
в) в середине основной части занятия,
г) в конце основной части занятия.

12. Какой вид старта применяется в беге на короткие дистанции?

а) высокий,
б) средний,
в) низкий,
г) любой.

13. Сколько попыток дается участнику соревнований по прыжкам в высоту?

а) две попытки на каждой высоте,
б) три попытки на каждой высоте,
в) одна попытка на каждой высоте,
г) четыре попытки на каждой высоте.

14. Какой из способов спортивного плавания самый бесшумный?

а) кроль на спине,
б) кроль на груди,
в) баттерфляй (дельфин),
г) брасс.

15. Как дословно переводится слово «волейбол» с английского языка?

а) летающий мяч,

б) прыгающий мяч,
в) игра через сетку,
г) парящий мяч.

Ключи: 1-г;2-г;3-а;4-в;5-в;6-в;7-б;8-г;9-в;10-а;11-г;12-в;13-б;14-г;15-а.

Критерии оценивания:
100% – 90% правильных ответов - оценка «5»
80% – 60% правильных ответов - оценка «4»
50% – 40% правильных ответов – оценка «3»
30% – ниже правильных ответов – оценка «2»
Критерии оценивания для обучающихся с ОВЗ:
100% – 80% правильных ответов - оценка «5»
70% – 50% правильных ответов - оценка «4»
40% – 30% правильных ответов – оценка «3»
20% – ниже правильных ответов – оценка «2»

Промежуточная контрольная работа по физической культуре для 7 класса
1 Вариант

Ф.И_____ класс _____

1. Первой ступенью закаливания организма является закаливание…
а) водой,
б) солнцем,
в) воздухом,
г) холодом.

2. Умственную работу следует прерывать физкультурными паузами через каждые …мин.
а) 25-30,
б) 40-45,
в) 55-60,
г) 70-75.

3. Вероятность травм при занятиях физическими упражнениями снижается, если учащиеся…
а) переоценивают свои возможности,
б) следует указаниям преподавателя,
в) владеют навыками выполнения движений,
г) не умеют владеть своими эмоциями.

4. Вращательное движение через голову с последовательным касанием опорой поверхности отдельными частями тела в гимнастике обозначается как…
а) акробатика,
б) «колесо»,
в) кувырок,
г) сальто.

5. Атлетов, нанесших смертельные раны сопернику во время Игр Олимпиады судьи Эллады:
а) признавали победителем,
б) секли лавровым веником,
в) объявляли героем,
г) изгоняли со стадиона.

6. Упражнения, содействующие развитию выносливости целесообразно выполнять в…
а) в конце подготовительной части занятия,
б) в начале основной части занятия,
в) в середине основной части занятия,
г) в конце основной части занятия.

7. Какой вид старта применяется в беге на короткие дистанции?
а) высокий,
б) средний,

в) низкий,
г) любой.

8. Сколько попыток дается участнику соревнований по прыжкам в высоту?

а) две попытки на каждой высоте,
б) три попытки на каждой высоте,
в) одна попытка на каждой высоте,
г) четыре попытки на каждой высоте.

9. Какой из способов спортивного плавания самый бесшумный?

а) кроль на спине,
б) кроль на груди,
в) баттерфляй (дельфин),
г) брасс.

10. Как дословно переводится слово «волейбол» с английского языка?

а) летающий мяч,
б) прыгающий мяч,
в) игра через сетку,
г) парящий мяч.

11. Сколько игроков играют в волейбол на одной стороне площадки?

а) 5,
б) 10,
в) 6,
г) 7.

12. Какой частью тела футболист не может останавливать мяч во время игры?

а) головой,
б) ногой,
в) рукой,
г) туловищем.

13. В какой стране зародились Олимпийские игры?

а) в Древней Греции,
б) в Риме,
в) в Олимпии,
г) во Франции.

14. Что, прежде всего, следует сделать при оказании первой помощи пострадавшему от ушиба какой-либо части тела о твердую поверхность?

а) охладить ушибленное место,
б) приложить тепло на ушибленное место,
в) наложить шину,
г) обработать ушибленное место йодом.

15. Во время этой игры на площадке находятся две команды по 5 человек:

а) футбол,
б) волейбол,
в) хоккей,
г) баскетбол.
Ответы: 1-в,2 –б, 3-б, 4-в, 5-г, 6-г, 7-в, 8-б, 9-г, 10-а, 11-в, 12-в, 13-а, 14-а, 15-г,

Критерии оценивания:
100% – 90% правильных ответов - оценка «5»
80% – 60% правильных ответов - оценка «4»
50% – 40% правильных ответов – оценка «3»
30% – ниже правильных ответов – оценка «2»
Критерии оценивания для обучающихся с ОВЗ:
100% – 80% правильных ответов - оценка «5»
70% – 50% правильных ответов - оценка «4»
40% – 30% правильных ответов – оценка «3»
20% – ниже правильных ответов – оценка «2»

Промежуточная контрольная работа по физической культуре для 7 класса
2 Вариант

Ф.И_____ класс _____

1. Под физической культурой понимается:
а) часть культуры общества и человека;
б) процесс развития физических способностей;
в) вид воспитания, направленный на обучение движениям и развитие физических качеств;
г) развитие естественных сил природы и воспитание гигиенических качеств.

2. Результатом физической подготовки является:
а) физическое развитие;
б) физическое совершенство;
в) физическая подготовленность;
г) способность правильно выполнять двигательные действия.

3. Международный Олимпийский комитет был создан в:
а) Олимпии;
б) Париже;
в) Люцерне;
г) Лондоне.

4. Бег с остановками и изменением направления по сигналу преимущественно способствует формированию:
а) координации движений;
б) техники движений;
в) быстроты реакции;
г) скоростной силы.

5. Солнечные ванны лучше всего принимать:
а) с 12 до 16 часов дня;
б) до 12 и после 16 часов дня;
в) в любое время дня при соблюдении необходимых мер предосторожности;
г) с 10 до 14 часов.

6. К циклическим видам спорта относятся...:
а) борьба, бокс, фехтование;
б) баскетбол, волейбол, футбол;
в) ходьба, бег, лыжные гонки, плавание;
г) метание мяча, диска, молота.

7.Что надо делать для профилактики избыточного веса?
а)Заниматься физическими упражнениями по воскресениям.
б)в рационе питания было больше жиров и сладких блюд
в) регулярно заниматься физическими упражнениями

г) как можно дольше лежать в постели и смотреть спортивные передачи.

8.Через сколько времени после занятий физическими упражнениями можно принимать пищу?

а)5-10 мин.

б)30-45 мин

в)1-2 часа

г)3-4часа

9.Какие виды упражнений входят в лёгкую атлетику?

а) Бег, прыжки (в длину и высоту), метание

б) Метание, лазание по канту.

в) Бег, прыжки

г) Прыжки в высоту

10. Сколько фаз в прыжках?

а) Четыре

б) Одна

в) Шесть

г) Две

11.Сколько основных игроков входят в состав команды по баскетболу?

а)шесть

б) семь

в)пять

г)один

12.Где впервые зародилась игра в баскетбол?

а) Америке

б) Франции

в) Италии

г) России

13.Какие способы передвижений применяются в баскетболе?

а)бег

б)ведения

в) ходьба

г)прыжки

14.Какая страна считается родиной футбола?

а)Америка

б) Россия

в)Финляндия

г) Англия

15.В каком году и где будет проходить Олимпиада в России?

а) 2011 в Москве

б) 2014 в Сочи
в) 2012 в Саратове
г) 2013 в Санкт- Петербурге
Ответы: 1-а, 2-в, 3-б, 4-в, 5-б, 6-в, 7-в, 8-б, 9-а,10-а, 11-в, 12-а, 13-б, 14-г, 15-б,
Критерии оценивания:
100% – 90% правильных ответов - оценка «5»
80% – 60% правильных ответов - оценка «4»
50% – 40% правильных ответов – оценка «3»
30% – ниже правильных ответов – оценка «2»
Критерии оценивания для обучающихся с ОВЗ:
100% – 80% правильных ответов - оценка «5»
70% – 50% правильных ответов - оценка «4»
40% – 30% правильных ответов – оценка «3»
20% – ниже правильных ответов – оценка «2»

Итоговая контрольная работа по физической культуре для 7 класса
1 Вариант

Ф.И_____ класс _____

1. Начальная фаза прыжка в длину с разбега?
а) разбег;
б) полет и приземление;
в) отталкивание.
2. Длина марафонского бега составляет:
а) 42 км 196 м;
б) 42 км 195 м;
в) 42 км 192 м.
3. Исходным положением для метания является?
а) разбег;
б) скрестный шаг;
в) выпад.
4. Вид спорта, известный как «королева спорта»:
а) лёгкая атлетика
б) стрельба из лука;
в) художественная гимнастика.
5.Размер баскетбольной площадки:
а) 13 х 26м;
б) 15 х 28;
в) 14 х 29;
г) 15 х 30.
6. Высота кольца от уровня пола составляет:
а) 2 м 00 см;
б) 2 м 30 см;
в) 3м 05 см;
г) 3 м 30 см.
7. При каком количестве фолов игрок удаляется с площадки:
а) 7;
б) 3;
в) 6;
г) 5.
8. Игровое время в баскетболе состоит из:
а) 4 периода по 10 мин;
б) 4 периода по 12 мин;

в) 4 периода по 8 мин;
г) 4 периода по 5 мин.

9. Количество игроков на площадке одной команды в волейболе:

а) 5 человек;
б) 6 человек;
в) 7 человек;
г) 8 человек.

10. Сколько игроков-волейболистов могут одновременно находиться на волейбольной площадке во время проведения соревнований:

а) шесть;
б) десять;
в) двенадцать.

11.Какой подачи не существует в волейболе:

а) одной рукой снизу;
б) двумя руками снизу;
в) верхней прямой;
г) верхней боковой;

12.Экстренное торможение на лыжах:

а) «плугом»;
б) на параллельных лыжах
в) лечь на бок или сесть (падением).

13. Самый распространённый лыжный ход:

а) попеременный четырехшажный ход;
б) одновременный бесшажный ход;
в) попеременный двушажный ход.

14. Самый быстрый лыжный ход:

а) одновременный бесшажный ход;
б) одновременный одношажный ход;
в) одновременный двушажный ход.

15. Что такое дистанция:

а) расстояние между учащимися, стоящими в колонне по одному;
б) расстояние между двумя стоящими рядом колоннами учащихся;
в) расстояние между учащимися, стоящими боком друг к другу.

Ответы: 1-а, 2-б, 3-а, 4-а,5-б, 6-в, 7-г. 8-а, 9-б,10-в, 11-б, 12-в, 13-в. 14-в, 15-а.

Критерии оценивания:

100% – 90% правильных ответов - оценка «5»
80% – 60% правильных ответов - оценка «4»

50% – 40% правильных ответов – оценка «3»
30% – ниже правильных ответов – оценка «2»

Критерии оценивания для обучающихся с ОВЗ:

100% – 80% правильных ответов - оценка «5»
70% – 50% правильных ответов - оценка «4»
40% – 30% правильных ответов – оценка «3»
20% – ниже правильных ответов – оценка «2»

Итоговая контрольная работа по физической культуре для 7 класса
2 Вариант

Ф.И_____ класс _____

1. Осанкой называется:
а) силуэт человека,
б) привычная поза человека в вертикальном положении,
в) качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие,
г) пружинные характеристики позвоночника и стоп.
2. Кто имел право принимать участие в Древнегреческих олимпийских играх?
а) только свободные греки мужчины,
б) греки мужчины и женщины,
в) только греки мужчины,
г) все желающие.
3. Чем отличается кроссовый бег от длительного бега?
а) техникой бега,
б) скоростью бега,
в) местом проведения занятий,
г) работой рук.
4. Гибкость не зависит от:
а) анатомического строения суставов,
б) ростовых показателей,
в) эластичности мышц и связок,
г) температуры тела.
5. Ценности Олимпийских игр.
а) дружба, совершенство, уважение;
б) равенство, богатство, единство;
в) верность, дружба, любовь;
г) дружба, уважение, верность.
6. Когда и где зародились Олимпийские игры?
а) 673г. до н.э в России
б)776г до н.э. в Древней Греции
в)367г до н.э. в Америке
г) 700г. до н.э. в Англии
7. Какой олимпийский девиз на Олимпиадах?
а) «Быстрее! Выше! Сильнее!
б) «Самый сильный и выносливый»
в) «Быстрее! Сильнее! Выше!

г) «Я -победитель»

8.Кто являлся организатором возрождения Олимпийских игр?

а)Пьер де Кубертен

б)Николай Панин

в)Эдита Пьеха

г)Виктор Цой

9.сколько существуют основных двигательных способностей?

а)6,

б)5

в)7

г)8

10.Какие виды спорта включают в спортивные игры?

а)футбол, ручной мяч, баскетбол, волейбол

б)футбол

в) прыжки в высоту

г)баскетбол, волейбол

11.Что такое интервал:

а) расстояние между направляющим и замыкающим в колонне;

б) расстояние между двумя учащимися, стоящими в одной шеренге;

в) расстояние между правым и левым флангом в колонне.

12.Определите ошибку при выполнении кувырка вперед в группировке:

а) энергичное отталкивание ногами;

б) опора головой о мат;

в) прижимание к груди согнутых ног;

г) «круглая» спина.

13.Что является ошибкой при выполнении стойки на лопатках:

а) перекат с «откидыванием» плеч и головы назад;

б) локти широко расставлены;

в) туловище в вертикальном положении, носки оттянуты; г) сгибание в тазобедренных суставах.

14.Олимпийский символ представляет собой пять переплетенных колец, расположенных слева направо в следующем порядке:

а) вверху—синее, черное, красное; внизу—желтое, зеленое;

б) вверху—зеленое, черное, красное; внизу—синее, желтое;

в) вверху—красное, синие, черное; внизу—желтое, зеленое;

г) вверху—синее, черное, красное; внизу—зеленое, желтое.

15. Термин «олимпиада» означает:

а) четырехлетний период между Олимпийскими играми;

б) первый год четырехлетия, наступление которого празднуют Олимпийские игры;

в) синоним Олимпийских игр;

г) соревнования, проводимые во время Олимпийских игр.

Ответы:1-б, 2-а, 3-в, 4-б, 5-а. 6-б, 7-а, 8-а, 9-б, 10-а. 11-в, 12-б, 13- б, 14-а, 15-а.

Критерии оценивания:
100% – 90% правильных ответов - оценка «5»
80% – 60% правильных ответов - оценка «4»
50% – 40% правильных ответов – оценка «3»
30% – ниже правильных ответов – оценка «2»

Критерии оценивания для обучающихся с ОВЗ:
100% – 80% правильных ответов - оценка «5»
70% – 50% правильных ответов - оценка «4»
40% – 30% правильных ответов – оценка «3»
20% – ниже правильных ответов – оценка «2»

Промежуточная контрольная работа по физической культуре для 8 класса
1 Вариант

Ф.И_____ класс _____

1. Первой ступенью закаливания организма является закаливание…
а) водой,
б) солнцем,
в) воздухом,
г) холодом.

2. Умственную работу следует прерывать физкультурными паузами через каждые …мин.
а) 25-30,
б) 40-45,
в) 55-60,
г) 70-75.

3. Вероятность травм при занятиях физическими упражнениями снижается, если учащиеся…
а) переоценивают свои возможности,
б) следует указаниям преподавателя,
в) владеют навыками выполнения движений,
г) не умеют владеть своими эмоциями.

4. Вращательное движение через голову с последовательным касанием опорой поверхности отдельными частями тела в гимнастике обозначается как…
а) акробатика,
б) «колесо»,
в) кувырок,
г) сальто.

5. Атлетов, нанесших смертельные раны сопернику во время Игр Олимпиады судьи Эллады:
а) признавали победителем,
б) секли лавровым веником,
в) объявляли героем,
г) изгоняли со стадиона.

6. Упражнения, содействующие развитию выносливости целесообразно выполнять в…
а) в конце подготовительной части занятия,
б) в начале основной части занятия,
в) в середине основной части занятия,
г) в конце основной части занятия.

7. Какой вид старта применяется в беге на короткие дистанции?
а) высокий,
б) средний,

в) низкий,
г) любой.

8. Сколько попыток дается участнику соревнований по прыжкам в высоту?

а) две попытки на каждой высоте,
б) три попытки на каждой высоте,
в) одна попытка на каждой высоте,
г) четыре попытки на каждой высоте.

9. Какой из способов спортивного плавания самый бесшумный?

а) кроль на спине,
б) кроль на груди,
в) баттерфляй (дельфин),
г) брасс.

10. Как дословно переводится слово «волейбол» с английского языка?

а) летающий мяч,
б) прыгающий мяч,
в) игра через сетку,
г) парящий мяч.

11. Сколько игроков играют в волейбол на одной стороне площадки?

а) 5,
б) 10,
в) 6,
г) 7.

12. Какой частью тела футболист не может останавливать мяч во время игры?

а) головой,
б) ногой,
в) рукой,
г) туловищем.

13. В какой стране зародились Олимпийские игры?

а) в Древней Греции,
б) в Риме,
в) в Олимпии,
г) во Франции.

14. Что, прежде всего, следует сделать при оказании первой помощи пострадавшему от ушиба какой-либо части тела о твердую поверхность?

а) охладить ушибленное место,
б) приложить тепло на ушибленное место,
в) наложить шину,
г) обработать ушибленное место йодом.

15. Во время этой игры на площадке находятся две команды по 5 человек:

а) футбол,
б) волейбол,
в) хоккей,
г) баскетбол.
Ответы: 1-в,2 –б, 3-б, 4-в, 5-г, 6-г, 7-в, 8-б, 9-г, 10-а, 11-в, 12-в, 13-а, 14-а, 15-г,

Критерии оценивания:
100% – 90% правильных ответов - оценка «5»
80% – 60% правильных ответов - оценка «4»
50% – 40% правильных ответов – оценка «3»
30% – ниже правильных ответов – оценка «2»
Критерии оценивания для обучающихся с ОВЗ:
100% – 80% правильных ответов - оценка «5»
70% – 50% правильных ответов - оценка «4»
40% – 30% правильных ответов – оценка «3»
20% – ниже правильных ответов – оценка «2»

Промежуточная контрольная работа по физической культуре для 8 класса
2 Вариант

Ф.И_____ класс _____

1. Под физической культурой понимается:
а) часть культуры общества и человека;
б) процесс развития физических способностей;
в) вид воспитания, направленный на обучение движениям и развитие физических качеств;
г) развитие естественных сил природы и воспитание гигиенических качеств.

2. Результатом физической подготовки является:
а) физическое развитие;
б) физическое совершенство;
в) физическая подготовленность;
г) способность правильно выполнять двигательные действия.

3. Международный Олимпийский комитет был создан в:
а) Олимпии;
б) Париже;
в) Люцерне;
г) Лондоне.

4. Бег с остановками и изменением направления по сигналу преимущественно способствует формированию:
а) координации движений;
б) техники движений;
в) быстроты реакции;
г) скоростной силы.

5. Солнечные ванны лучше всего принимать:
а) с 12 до 16 часов дня;
б) до 12 и после 16 часов дня;
в) в любое время дня при соблюдении необходимых мер предосторожности;
г) с 10 до 14 часов.

6. К циклическим видам спорта относятся...:
а) борьба, бокс, фехтование;
б) баскетбол, волейбол, футбол;
в) ходьба, бег, лыжные гонки, плавание;
г) метание мяча, диска, молота.

7.Что надо делать для профилактики избыточного веса?
а)Заниматься физическими упражнениями по воскресениям.
б)в рационе питания было больше жиров и сладких блюд
в) регулярно заниматься физическими упражнениями

г) как можно дольше лежать в постели и смотреть спортивные передачи.

8.Через сколько времени после занятий физическими упражнениями можно принимать пищу?

а)5-10 мин.

б)30-45 мин

в)1-2 часа

г)3-4часа

9.Какие виды упражнений входят в лёгкую атлетику?

а) Бег, прыжки (в длину и высоту), метание

б) Метание, лазание по канту.

в) Бег, прыжки

г) Прыжки в высоту

10. Сколько фаз в прыжках?

а) Четыре

б) Одна

в) Шесть

г) Две

11.Сколько основных игроков входят в состав команды по баскетболу?

а)шесть

б) семь

в)пять

г)один

12.Где впервые зародилась игра в баскетбол?

а) Америке

б) Франции

в) Италии

г) России

13.Какие способы передвижений применяются в баскетболе?

а)бег

б)ведения

в) ходьба

г)прыжки

14.Какая страна считается родиной футбола?

а)Америка

б) Россия

в)Финляндия

г) Англия

15.В каком году и где будет проходить Олимпиада в России?

а) 2011 в Москве

б) 2014 в Сочи
в) 2012 в Саратове
г) 2013 в Санкт- Петербурге

Ответы: 1-а, 2-в, 3-б, 4-в, 5-б, 6-в, 7-в, 8-б, 9-а,10-а, 11-в, 12-а, 13-б, 14-г, 15-б,
Критерии оценивания:
100% – 90% правильных ответов - оценка «5»
80% – 60% правильных ответов - оценка «4»
50% – 40% правильных ответов – оценка «3»
30% – ниже правильных ответов – оценка «2»
Критерии оценивания для обучающихся с ОВЗ:
100% – 80% правильных ответов - оценка «5»
70% – 50% правильных ответов - оценка «4»
40% – 30% правильных ответов – оценка «3»
20% – ниже правильных ответов – оценка «2»

Итоговая контрольная работа по физической культуре для 8 класса
1 Вариант

Ф.И_____ класс _____

1. **Начальная фаза прыжка в длину с разбега?**
а) разбег;
б) полет и приземление;
в) отталкивание.
2. Длина марафонского бега составляет:
а) 42 км 196 м;
б) 42 км 195 м;
в) 42 км 192 м.
3. Исходным положением для метания является?
а) разбег;
б) скрестный шаг;
в) выпад.
4. Вид спорта, известный как «королева спорта»:
а) лёгкая атлетика
б) стрельба из лука;
в) художественная гимнастика.
5.Размер баскетбольной площадки:
а) 13 х 26м;
б) 15 х 28;
в) 14 х 29;
г) 15 х 30.
6. **Высота кольца от уровня пола составляет:**
а) 2 м 00 см;
б) 2 м 30 см;
в) 3м 05 см;
г) 3 м 30 см.
7. При каком количестве фолов игрок удаляется с площадки:
а) 7;
б) 3;
в) 6;
г) 5.
8. Игровое время в баскетболе состоит из:
а) 4 периода по 10 мин;
б) 4 периода по 12 мин;

в) 4 периода по 8 мин;
г) 4 периода по 5 мин.

9. Количество игроков на площадке одной команды в волейболе:

а) 5 человек;
б) 6 человек;
в) 7 человек;
г) 8 человек.

10. Сколько игроков-волейболистов могут одновременно находиться на волейбольной площадке во время проведения соревнований:

а) шесть;
б) десять;
в) двенадцать.

11.Какой подачи не существует в волейболе:

а) одной рукой снизу;
б) двумя руками снизу;
в) верхней прямой;
г) верхней боковой;

12.Экстренное торможение на лыжах:

а) «плугом»;
б) на параллельных лыжах
в) лечь на бок или сесть (падением).

13. Самый распространённый лыжный ход:

а) попеременный четырехшажный ход;
б) одновременный бесшажный ход;
в) попеременный двушажный ход.

14. Самый быстрый лыжный ход:

а) одновременный бесшажный ход;
б) одновременный одношажный ход;
в) одновременный двушажный ход.

15. Что такое дистанция:

а) расстояние между учащимися, стоящими в колонне по одному;
б) расстояние между двумя стоящими рядом колоннами учащихся;
в) расстояние между учащимися, стоящими боком друг к другу.

Ответы: 1-а, 2-б, 3-а, 4-а,5-б, 6-в, 7-г. 8-а, 9-б,10-в, 11-б, 12-в, 13-в. 14-в, 15-а.

Критерии оценивания:

100% – 90% правильных ответов - оценка «5»
80% – 60% правильных ответов - оценка «4»

50% – 40% правильных ответов – оценка «3»
30% – ниже правильных ответов – оценка «2»

Критерии оценивания для обучающихся с ОВЗ:

100% – 80% правильных ответов - оценка «5»
70% – 50% правильных ответов - оценка «4»
40% – 30% правильных ответов – оценка «3»
20% – ниже правильных ответов – оценка «2»

Итоговая контрольная работа по физической культуре для 8 класса
2 Вариант

Ф.И_____ класс _____

1. Осанкой называется:
а) силуэт человека,
б) привычная поза человека в вертикальном положении,
в) качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие,
г) пружинные характеристики позвоночника и стоп.
2. Кто имел право принимать участие в Древнегреческих олимпийских играх?
а) только свободные греки мужчины,
б) греки мужчины и женщины,
в) только греки мужчины,
г) все желающие.
3. Чем отличается кроссовый бег от длительного бега?
а) техникой бега,
б) скоростью бега,
в) местом проведения занятий,
г) работой рук.
4. Гибкость не зависит от:
а) анатомического строения суставов,
б) ростовых показателей,
в) эластичности мышц и связок,
г) температуры тела.
5. Ценности Олимпийских игр.
а) дружба, совершенство, уважение;
б) равенство, богатство, единство;
в) верность, дружба, любовь;
г) дружба, уважение, верность.
6. Когда и где зародились Олимпийские игры?
а) 673г. до н.э в России
б)776г до н.э. в Древней Греции
в)367г до н.э. в Америке
г) 700г. до н.э. в Англии
7. Какой олимпийский девиз на Олимпиадах?
а) «Быстрее! Выше! Сильнее!
б) «Самый сильный и выносливый»
в) «Быстрее! Сильнее! Выше!

г) «Я -победитель»

8.Кто являлся организатором возрождения Олимпийских игр?

а)Пьер де Кубертен

б)Николай Панин

в)Эдита Пьеха

г)Виктор Цой

9.сколько существуют основных двигательных способностей?

а)6,

б)5

в)7

г)8

10.Какие виды спорта включают в спортивные игры?

а)футбол, ручной мяч, баскетбол, волейбол

б)футбол

в) прыжки в высоту

г)баскетбол, волейбол

11.Что такое интервал:

а) расстояние между направляющим и замыкающим в колонне;

б) расстояние между двумя учащимися, стоящими в одной шеренге;

в) расстояние между правым и левым флангом в колонне.

12.Определите ошибку при выполнении кувырка вперед в группировке:

а) энергичное отталкивание ногами;

б) опора головой о мат;

в) прижимание к груди согнутых ног;

г) «круглая» спина.

13.Что является ошибкой при выполнении стойки на лопатках:

а) перекат с «откидыванием» плеч и головы назад;

б) локти широко расставлены;

в) туловище в вертикальном положении, носки оттянуты; г) сгибание в тазобедренных суставах.

14.Олимпийский символ представляет собой пять переплетенных колец, расположенных слева направо в следующем порядке:

а) вверху—синее, черное, красное; внизу—желтое, зеленое;

б) вверху—зеленое, черное, красное; внизу—синее, желтое;

в) вверху—красное, синие, черное; внизу—желтое, зеленое;

г) вверху—синее, черное, красное; внизу—зеленое, желтое.

15. Термин «олимпиада» означает:

а) четырехлетний период между Олимпийскими играми;

б) первый год четырехлетия, наступление которого празднуют Олимпийские игры;

в) синоним Олимпийских игр;

г) соревнования, проводимые во время Олимпийских игр.

Ответы:1-б, 2-а, 3-в, 4-б, 5-а. 6-б, 7-а, 8-а, 9-б, 10-а. 11-в, 12-б, 13- б, 14-а, 15-а.

Критерии оценивания:
100% – 90% правильных ответов - оценка «5»
80% – 60% правильных ответов - оценка «4»
50% – 40% правильных ответов – оценка «3»
30% – ниже правильных ответов – оценка «2»

Критерии оценивания для обучающихся с ОВЗ:
100% – 80% правильных ответов - оценка «5»
70% – 50% правильных ответов - оценка «4»
40% – 30% правильных ответов – оценка «3»
20% – ниже правильных ответов – оценка «2»

Промежуточный тест по физической культуре для 9 класса
1 вариант

Ф.И_____ класс _____

1. Где зародились Олимпийские игры?
а) в Киевской Руси;
б) в Древней Греции;
в) в Римской империи.
2.Как звучит девиз Олимпийских игр?
а) «Быстрее, выше, сильнее»;
б) «О, спорт! Ты – мир!»;
в) «Будь всегда первым!».
3.Как проверить правильность своей осанки?
а) лечь на ровный пол, вытянуть руки, прижать к туловищу;
б) принять строевую стойку (положение по команде «Смирно!»);
в) встать у стены, касаясь её пятками, икрами, ягодицами, лопатками, затылком/
4.Главной опорой человека при движении являются…
а) мышцы и кожа;
б) позвоночник и стопы;
в) внутренние органы;
г) скелет.
5.Здоровье – это…
а) состояние полного физического, психического и социального благополучия;
б) отсутствие болезней и физических недостатков;
в) показатель силы, быстроты, выносливости человека.
6Лыжная гонка со стрельбой из винтовки называется…
а) брасс;
б) биатлон;
в) бобслей.
7.Чтобы утром после сна перейти от пассивного состояния к активному, необходимо…
а) выполнить утреннюю гимнастику;
б) поваляться в постели;
в) посмотреть телевизор.
8.Нужна ли разминка перед занятием физическими упражнениями?
а) нет, потому что во время занятий мышцы и так устают;
б) нужна только для людей неподготовленных;
в) нужна обязательно, чтобы подготовить организм к работе.
9.Укажите последовательность процедур при общем закаливании водой по возрастающей:

а) обливание, купание, обтирание;
б) купание, обтирание, обливание;
в) обтирание, обливание, купание.

10.Сколько игроков-футболистов одной команды может находиться на площадке во время игры?

а) 10 человек;
б) 11 человек;
в) 20 человек.

11. Олимпийские игры состоят из …

а) Соревнований между странами
б) Соревнований по летним и зимним видам спорта
в) Игр Олимпиады и зимних олимпийских игр
г) Открытия, награждения участников и закрытия

12. В соответствии с Олимпийской хартией на Олимпийских играх страну представляет …

а) Правительство страны.
б) Национальный олимпийский комитет
в) Министерство спорта и туризма и молодежной политики
г) Национальные спортивные федерации

13. С 1994 года Зимние Олимпийские игры проводятся…

а) В зависимости от решения Международного олимпийского комитета
б) Как дополнительные к летним олимпийским играм
в) Для рейтинговой оценки квалификации спортсменов
г) Со сдвигом в 2 года от летних Олимпийских игр

14. Пять олимпийских колец символизируют…

а) Пять принципов олимпийского движения
б) Основные цвета флагов стран-участниц Игр Олимпиады
в) Союз континентов и встречу спортсменов на Олимпийских играх
г) Пять основных видов спорта, входящих в состав Древних олимпийских игр

15. Слово "атлетика" в переводе с греческого означает…

а) Борьба
б) Бег
в) Метание
г) Прыжки

Ключи: 1-б;2-а;3-в;4-б;5-а;6-б;7-а;8-в;9-в;10-б;11-б;12-б;13-г;14-в;15-а.

Критерии оценивания:

100% – 90% правильных ответов - оценка «5»

80% – 60% правильных ответов - оценка «4»
50% – 40% правильных ответов – оценка «3»
30% – ниже правильных ответов – оценка «2»

Критерии оценивания для обучающихся с ОВЗ:
100% – 80% правильных ответов - оценка «5»
70% – 50% правильных ответов - оценка «4»
40% – 30% правильных ответов – оценка «3»
20% – ниже правильных ответов – оценка «2»

Промежуточный тест по физической культуре для 9 класса
2 вариант

Ф.И_____ класс _____

1.В каких видах спорта соревнуются только женщины?
а) спортивная гимнастика и теннис;
б) биатлон и прыжки в воду;
в) синхронное плавание и художественная гимнастика
2.Какая страна является родиной баскетбола?
а) Россия;
б) США;
в) Англия
3.Назовите талисманы XI Паралимпийских игр в Сочи.
а) Солнышко, снеговик
б) Лучик, снежинка
в)Радуга, леопард
4.Строевые упражнения служат…
а) средством развития внимания и координации;
б) средством управления строем;
в) средством организации учащихся вначале урока.
5.Что такое кросс?
а) бег с препятствиями;
б) полоса препятствий;
в) бег по пересечённой местности.
6.Правильное ведение баскетбольного мяча обуславливается…
а) толчками мяча вперёд;
б) шлепками ладони по мячу;
в) пружинящими движениями руки.
7.При выполнении ловли мяча в баскетболе, руки…
а) держат опущенными вниз;
б) вытягивают навстречу мячу, а кисти держат «воронкой»;
в) поднимают вверх.
8.Игрок, остановившийся после ведения мяча, не имеет права…
а) повторить ведение мяча;
б) выполнить бросок в кольцо;
в) выполнить передачу мяча партнёру.
9. Какое физическое качество развивается при длительном беге в медленном темпе?

а) сила
б) выносливость
в) быстрота

10. Укажите вид спорта, который обеспечивает наибольший эффект в развитии гибкости:
а) тяжелая атлетика
б) гимнастика
в) современное пятиборье
г) легкая атлетика

11. В Древней Греции пятиборье называлось…
а) Апноэ
б) Блицспринт
в) Панкратион
г) Пентатлон

12. Состояние организма, характеризующееся прогрессивными функциональными изменениями, произошедшими под влиянием повторения двигательных действий, обозначается как:
а) Развитие
б) Закаленность
в) Тренированность
г) Подготовленность

13. Исторически обусловленный уровень физического развития и результат полноценного использования физической культуры – это …
а) Физическое воспитание
б) Физическое совершенство
в) Физическая подготовленность
г) Физическая культура

14. Какое понятие характеризует переход представления о движении мышц в реальное выполнение этого движения и активизацию идеомоторных представлений посредством словесной инструкции?
а) Идеомоторный акт
б) Содержание упражнения
в) Техника физических упражнений
г) Характеристика упражнения

15. Поведение, основанное на санитарно-гигиенических нормах и направленное на сохранение здоровья, называется:
а) Закаливание
б) Гигиена
в) Аутогенная тренировка
г) Культура здоровья

Ключи: 1-в;2-б;3-б;4-б;5-в;6-в;7-б;8-а;9-б;10-б;11-г;12-в;13-б;14-а;15-а.

Критерии оценивания:
100% – 90% правильных ответов - оценка «5»
80% – 60% правильных ответов - оценка «4»
50% – 40% правильных ответов – оценка «3»
30% – ниже правильных ответов – оценка «2»

Критерии оценивания для обучающихся с ОВЗ:
100% – 80% правильных ответов - оценка «5»
70% – 50% правильных ответов - оценка «4»
40% – 30% правильных ответов – оценка «3»
20% – ниже правильных ответов – оценка «2»

Итоговый тест по физической культуре для 9 класса

1вариант

Ф.И_____ класс _____

1. Что понимается под закаливанием:
а) процесс повышения сопротивляемости организма к простудным заболеваниям;
б) процесс совершенствования иммунных свойств организма;
в) процесс совершенствования обмена веществ и энергии;
г) процесс повышения устойчивости организма к действию физических факторов внешней среды.
2. Первой ступенью закаливания организма является закаливание...
а) водой.
б) солнцем.
в) воздухом.
г) холодом.
3. Где проходили зимние Олимпийские игры 2014 года?
а) Солт-Лейт-Сити (США)
б) Саппоро (Япония)
в) Сочи (Россия)
г) Инсбрук (Австрия)
4. При групповом старте на короткие дистанции
а) бежать кратчайшим путём
б) бежать только по своей дорожке
в) бежать к учителю
5. Порядок выполнения сложных физических упражнений на гимнастических снарядах?
а) только с преподавателем
б) самостоятельно
в) со страховщиком
6.При появлении во время занятий боли, а также при плохом самочувствии
а) продолжить занятия со страховкой
б) прекратить занятия и сообщить об этом учителю
в) уйти с занятия к врачу
7.Отметьте вид спорта, который обеспечивает наибольший эффект при развитии гибкости.
а) гимнастика;
б) акробатика;
в) гребля.
8.Отметьте вид спорта, который обеспечивает наибольший эффект при развитии выносливости.

а) бег на средние дистанции;
б) бег на длинные дистанции;
в) десятиборье.

9.Назовите, частоту сердечных сокращений (пульс) в состоянии покоя у здорового человека:

а) 50-60 ударов в минуту; б) 70-80 ударов в минуту;
в) 90-100 ударов в минуту; г) 100-110 ударов в минуту.

10. Спуску на лыжах надо начинать учиться:

а) на пологих склонах в основной стойке с палками; б) на пологих склонах в низкой стойке без палок;
в) на крутых склонах в низкой стойке без палок; г) на пологих склонах в основной стойке без палок.

11. В футболе иностранного игрока клубной команды называют…

а) Страйкер
б) Легионер
в) Буер
г) Трейсер

12. Результатом выполнения упражнений с отягощением является…

а) Увеличение объёма латеральных мышц
б) Повышение уровня функциональных возможностей организма
в) Опорно-двигательного аппарата
г) Рост абсолютной силы

13. При физической нагрузке боли в мышцах, вызванные накоплением в них токсинов (молочной кислоты), называют…

а) Крепатура
б) Метаболизм
в) Патогенез
г) Актин

14. Резкое кратковременное увеличение темпа движения как тактический прием в скоростных видах спорта (бег, гребля, велогонка и др.) называют …

а) Синтагм
б) Спурт
в) Модерато
г) Драй

15. Правила баскетбола при ничейном счете в основное время предусматривают дополнительный период продолжительностью…

а) 3 минуты
б) 5 минут
в) 7 минут
г) 10 минут

Ключи: 1-г;2-в;3-в;4-б;5-а;6-б;7-а;8-б;9-б;10-б ;11-б ;12-г ;13-а ;14-б ;15-б .

Критерии оценивания:
100% – 90% правильных ответов - оценка «5»
80% – 60% правильных ответов - оценка «4»
50% – 40% правильных ответов – оценка «3»
30% – ниже правильных ответов – оценка «2»

Критерии оценивания для обучающихся с ОВЗ:
100% – 80% правильных ответов - оценка «5»
70% – 50% правильных ответов - оценка «4»
40% – 30% правильных ответов – оценка «3»
20% – ниже правильных ответов – оценка «2»

Итоговый тест по физической культуре для 9 класса
2 вариант

Ф.И_____ класс _____

1. Вероятность травм при занятиях физическими упражнениями снижается, если занимающиеся:
а) переоценивают свои возможности;
б) владеют навыками выполнения движений;
в) следуют указаниям преподавателя;
г) не умеют владеть своими эмоциями.
2. Физическая культура ориентирована на совершенствование:
а) работоспособности человека;
б) физических и психических качеств учащихся;
в) природных и физических свойств человека;
г) техники двигательных действий
3. Олимпийский девиз, выражается устремлением олимпийского движения, звучит так:
а) «Быстрее, выше, сильнее»;
б) «Главное не победа, а участие»;
в) « О спорт – ты мир»;
г) «Ум, часть и слава».
4. Лучшие условия для развития быстроты реакции создаются во время ...
а) Подвижных и спортивных игр;
б) "Челночного" бега;
в)Прыжка в высоту.
5. Физическими упражнениями принято называть...
а) Действия, вызывающие функциональные сдвиги в организме.
б) Многократное повторение двигательных действий.
в) Определенным образом организованные двигательные действия.
6. Первой ступенью закаливания организма является закаливание…
а) водой.
б) солнцем.
в) воздухом.
г) холодом.
7. При групповом старте на короткие дистанции
а) бежать кратчайшим путём
б) бежать только по своей дорожке
в) бежать к учителю
8. Освоение двигательного действия следует начинать с...
а) формирования представления об общем смысле данного способа решения двигательной задачи.

б.) выполнения двигательного действия в упрощенной
форме и в замедленном темпе.
в) устранения ошибок при выполнении подготовительных и подводящих упражнений.

9. Умение выбрать место и держать игрока с мячом и без мяча в баскетболе формируется при обучении тактическим действиям в...

а) нападении;
б) защите;
в) противодействии.

10. Для сохранения и поддержания правильной осанки необходимо исключить…

а) ходьбу - обычную, на носках, пятках;
б) ходьбу по гимнастической скамейке, бревну;
в) ходьбу с большим весом в одной и той же руке;
г) поднимание на носки, приседания, повороты, выпады.

11. В пляжном волейболе партия продолжается до…

а) 12 очков
б) 15 очков
в) 21 очка
г) 25 очков

12. Проштрафившейся команде футболистов судья назначает…

а) Штрафной удар
б) Штрафные санкции
в) Красную карточку
г) Штрафное очко

13. Волейболист, пасующий мяч партнерам и выбирающий для них направление атаки обозначается как…

а) Ведущий
б) Принимающий
в) Атакующий
г) Разводящий

14. Гигиенические факторы, естественные силы природы и физические упражнения относятся к категории…

а) Задач физического воспитания
б) Средств физического воспитания
в) Принципов физического воспитания
г) Форм физического воспитания

15. Искривление позвоночника в правую или левую сторону называют…

а) Кифоз
б) Сколиоз
в) Спондилез
г) Остеопороз

Ключи: 1-в;2-б;3-а;4-а;5-в;6-б;7-а;8-б;9-б;10-б;11-в;12-а;13-г;14-б;15-б.

Критерии оценивания:
100% – 90% правильных ответов - оценка «5»
80% – 60% правильных ответов - оценка «4»
50% – 40% правильных ответов – оценка «3»
30% – ниже правильных ответов – оценка «2»

Критерии оценивания для обучающихся с ОВЗ:
100% – 80% правильных ответов - оценка «5»
70% – 50% правильных ответов - оценка «4»
40% – 30% правильных ответов – оценка «3»
20% – ниже правильных ответов – оценка «2»

Перечень контрольно-измерительных материалов для мониторинга метапредметных результатов в 5-9 классов

№ п/п	Название пособия	Автор	Выходные данные		Класс
			Печатные	Электронные	
1	Метапредметные результаты. Стандартизированные материалы для промежуточной аттестации. 5 класс. Варианты 3,4	Ковалева Г.С. и др.	Издательство «Просвещение», 2020 г.		5
2	Метапредметные результаты. Стандартизированные материалы для промежуточной аттестации. 6 класс. Варианты 1,2	Ковалева Г.С. и др.	Издательство «Просвещение», 2020 г.		6
3	Метапредметные результаты. Стандартизированные материалы для промежуточной аттестации. 6 класс. Варианты 3,4	Ковалева Г.С. и др.	Издательство «Просвещение», 2020 г.		6
4	Метапредметные результаты. Стандартизированные материалы для промежуточной аттестации. 7 класс. Варианты 1-4	Ковалева Г.С. и др.	Издательство «Просвещение», 2020 г.		7
5	Метапредметные результаты. Стандартизированные материалы для оценки читательской грамотности. 8 класс. Варианты 1-4	Ковалева Г.С. и др.	Издательство «Просвещение», 2021 г.		8