

**Демонстрационный вариант
диагностической работы №1 по физической культуре для учащихся 8 классов**

Тема «Повторение учебного материала, изученного в 8 классе»

1. Назначение работы - проверить соответствие знаний, умений и основных видов учебной деятельности обучающихся требованиям к планируемым результатам обучения по теме «Повторение изученного в 8 классе». Результаты работы могут быть использованы для организации занятий по коррекции предметных и метапредметных результатов, которых достигли обучающиеся по данной теме.

2. Характеристика структуры работы.

Работа состоит из двух частей. В первой части представлены задания базового уровня сложности. Во второй части представлены задания повышенного уровня. В третьей части, контрольные упражнения и тесты по определению уровня физической подготовленности учащихся.

3. Распределение заданий диагностической работы по содержанию.

Работа составлена, исходя из необходимости проверки достижений планируемых предметных результатов обучения по теме «Повторение изученного в 8 классе» курса физической культуры за 8 класс. В работе проверяются предметные планируемые результаты по разделам:

- Знание о физической культуре;
- Способы физкультурной деятельности;
- Физкультурно-оздоровительная деятельность;
- Легкая атлетика;
- Подвижные и спортивные игры.

4. Распределение заданий диагностической работы по уровню сложности

Задания КИМа трех уровней сложности:

Задания №1-16 – задания базового уровня. На вопрос предлагаются три (четыре) варианта ответа, из которых верным может быть только один.

Задания 17-19 – задания повышенного уровня сложности. При выполнении этого задания требуется ответить на вопрос полным развернутым ответом.

Задание 20-22 – задание высокого уровня сложности. При выполнении этого задания требуется показать физические способности на максимальном уровне .

5. Время выполнения работы

Задания 1-16– на каждое задание 2 мин

Задания 17-20– на каждое задание 3 мин.

На выполнение контрольных практический упражнений 30-40 минут.

6. Система оценивания отдельных заданий и работы в целом.

За правильный ответ на задания 1-16 – максимальный балл 1; задание 17-19 – максимальный балл 3; тесты на физическую подготовленность 20-22 – максимальный балл 6 (см. таблицу).

Контрольные задания	Показатели							
	мальчики				девочки			
Учащиеся								
Баллы	6 баллов	4 балла	2 балла	0 баллов	6 баллов	4 балла	2 балла	0 баллов
Челночный бег 4x9 м, сек	8,3-9,0	9,0-9,3	9,3	Больше 9,3	8,7-9,5	9,5-10,3	10,3	Больше 10,3
Бег 30 метров, сек	4,8- 5,2	5,2-5,9	5,9	Больше 5,9	5,0-6,0	6,0-6,2	6,2	Больше 6,2
Штрафные броски, кол-во	10-8	8-5	5	4-0	10-6	6-3	2	1-0

На основе баллов, выставленных за выполнение всех заданий работы, подсчитывается первичный балл, который переводится в отметку по пятибалльной шкале, и определяется уровень достижения планируемых результатов:

Первичный балл	40-45	36-39	35-32	31-25	Ниже 25
Уровень	высокий	повышенный	базовый	пониженный	низкий
Отметка	5	4	3	2	1

7. Проверяемые результаты обучения

№ задания	Предметные	Метапредметные
1	Олимпиады современности: странички истории	<ul style="list-style-type: none"> Понимание физической культуры как явления культуры, способствующего развитию целостной личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств. Применение полученных знаний на практике.
2	Физические упражнения	<ul style="list-style-type: none"> Понимание физической культуры как явления культуры, способствующего развитию целостной личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств. Применение полученных знаний на практике.
3	Утренняя гимнастика (ОФП)	<ul style="list-style-type: none"> Понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека, расширяющего свободу выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего долгую сохранность творческой активности. Применение полученных знаний на практике.
4	Тренировку начинаем с разминки (ЗОЖ)	<ul style="list-style-type: none"> Понимание физической культуры как средства организации здорового образа жизни. Понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека. Применение полученных знаний на практике.
5	Закаливание	<ul style="list-style-type: none"> Понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека, расширяющего свободу выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего долгую сохранность творческой активности. Применение полученных знаний на практике.
6	ОФП	<ul style="list-style-type: none"> Понимание физической культуры как явления культуры, способствующего развитию целостной личности человека, сознания и мышления, физических,

		<p>психических и нравственных качеств.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Понимание физической культуры как средства организации здорового образа жизни. • Применение полученных знаний на практике.
7	Правила подготовки к уроку физической культуры	<ul style="list-style-type: none"> • Понимание физической культуры как явления культуры, способствующего развитию целостной личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств. • Применение полученных знаний на практике.
8	Олимпиады современности: странички истории	<ul style="list-style-type: none"> • Понимание физической культуры как явления культуры, способствующего развитию целостной личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств.
9	Олимпиады современности: странички истории	<ul style="list-style-type: none"> • Понимание физической культуры как явления культуры, способствующего развитию целостной личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств.
10	История футбола на Урале	<ul style="list-style-type: none"> • Понимание физической культуры как явления культуры, способствующего развитию целостной личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств. • Понимание физической культуры как средства организации здорового образа жизни.
11	ОФП	<ul style="list-style-type: none"> • Понимание физической культуры как явления культуры, способствующего развитию целостной личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств. • Применение полученных знаний на практике.
12	Здоровый образ жизни (ЗОЖ)	<ul style="list-style-type: none"> • Понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека, расширяющего свободу выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего долгую сохранность творческой активности. • Понимание физической культуры как средства организации здорового образа жизни. • Применение полученных знаний на практике.
13	Легкая атлетика	<ul style="list-style-type: none"> • Понимание физической культуры как явления культуры, способствующего развитию целостной личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств. • Применение полученных знаний на практике.

14	История спорта	<ul style="list-style-type: none"> Понимание физической культуры как явления культуры, способствующего развитию целостной личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств.
15	Легкая атлетика (дистанции)	<ul style="list-style-type: none"> Понимание физической культуры как явления культуры, способствующего развитию целостной личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств. Применение полученных знаний на практике.
16	История лёгкой атлетики	<ul style="list-style-type: none"> Понимание физической культуры как явления культуры, способствующего развитию целостной личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств.
17	Правила футбола	<ul style="list-style-type: none"> Понимание физической культуры как явления культуры, способствующего развитию целостной личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств. Применение полученных знаний на практике.
18	История футбола	<ul style="list-style-type: none"> понимание физической культуры как явления культуры, способствующего развитию целостной личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств.
19	Правила спортивных игр	<ul style="list-style-type: none"> Понимание физической культуры как явления культуры, способствующего развитию целостной личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств. Применение полученных знаний на практике.
20	Челночный бег	<ul style="list-style-type: none"> понимание физической культуры как средства организации здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и девиантного (отклоняющегося) поведения
21	Бег 30 м.	<ul style="list-style-type: none"> понимание физической культуры как средства организации здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и девиантного (отклоняющегося) поведения
22	Штрафные броски (баскетбол)	<ul style="list-style-type: none"> понимание физической культуры как средства организации здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и девиантного (отклоняющегося) поведения

Часть I

Для заданий с выбором ответа 1-16 обведите номер правильного ответа.

Выбрать правильный ответ из несколько представленных вариантов на тестовые вопросы.

1. Античные олимпийские игры получили свое название потому, что соревнования проводились...

- а. ...у подножия горы Олимп.
- б. ...в местности, называемой Олимпией.
- в. ...в честь олимпийских богов.
- г. ...после зажжения олимпийского огня.

2. Физические упражнения – это...

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

3. Физическая нагрузка упражнений, характеризующаяся увеличением частоты сердечных сокращений до 150 – 180 ударов в минуту оценивается как...

- а. ...легкая.
- б. ...средняя.
- в. ...большая.
- г. ...очень большая.

4. Сложные и многообразные изменения, происходящие в организме человека на протяжении жизни объединены понятием...

- а. ...физическое воспитание.
- б. ...филогенез.
- в. ...физическое развитие.
- г. ...физическое совершенство.

5. Вид человеческой культуры, ориентированный на оптимизацию природных свойств людей, обозначается как...

- а. ...физическое воспитание.
- б. ...физическое упражнение.
- в. ...физическая подготовка.
- г. ...физическая культура.

6. Предметом обучения в физической воспитании являются...

- а. ...физически упражнения.
- б. ...двигательные действия.
- в. ...физкультурные знания.
- г. ...методы воспитания.

7. Основным специфическим средством физического воспитания является...

- а. ...закаливание.
- б. ...соблюдение режима дня.
- в. ...физическое упражнение.
- г. ...солнечная радиация.

8. Двигательными умениями и навыками принято называть...

- а. ...способность выполнить упражнение без активизации внимания.
- б. ...правильное выполнение двигательных действий.
- в. ...уровень владения движениями при активизации внимания.
- г. ...способы управления двигательными действиями.

9. Подготовительные упражнения применяются если...

- а. ...обучающийся недостаточно физически развит.
- б. ...в двигательном фонде отсутствуют опорные элементы.
- в. ...необходимо устранять причины возникновения ошибок.
- г. ...применяется метод целостно-аналитического упражнения.

10. Какие из предложенных определений сформулированы некорректно?

- а. Сила проявляется в способности преодолевать сопротивление посредством мышечных напряжений.
- б. Взрывная сила обуславливает способность достигать максимальный уровень напряжения мышц в минимальное время.
- в. Быстрота является качеством, от которого преимущественно зависит скорость бега.
- г. Уровень проявления общей выносливости определяют аэробные возможности организма.

11. При выполнении упражнений вдох не следует делать во время...

- а. ...прогибания туловища назад.
- б. ...скрещивания рук.
- в. ...вращениях тела.
- г. ...разведения рук в стороны.

Отметьте все позиции.

12. При формировании телосложения не эффективны упражнения, способствующие...

- а. ...способствующие увеличению мышечной массы.
- б. ...способствующие повышению быстроты движений.
- в. ...способствующие снижению веса тела.
- г. ...формированию правильной осанки.

13. Распределите стили плавания по возрастанию скорости передвижения в воде.

1. На спине. 2. Брасс. 3. Баттерфляй. 4. Кроль.
- а. б. в. г.

14. Какой из перечисленных видов спорта не входит в легкую атлетику?

- а. метание копья;

б. прыжки в высоту с шестом;

в. гиревой спорт;

г. спортивная ходьба.

15. Какой вид спорта называют «королевой спорта»?

а. гимнастику;

б. легкую атлетику;

в. тяжелую атлетику.

16. Какая из дистанций является спринтерской?

а. 800 м;

б. 1500 м;

в. 100 м.

Часть II

Задания 17 - 19 требуют написания полного развернутого ответа

17. Сколько игроков в футбольной команде?

18. Через сколько лет проводятся чемпионаты мира по футболу?

19. Как называется вылет мяча за линию?

Часть III

Задания 20 и 23 практического характера

20. Выполните упражнение «Челночный бег» 4х9 м. Ваши результаты будут оцениваться в соответствии с требованиями нормативов.

21. Выполните упражнение «Бег на дистанцию 30 метров». Ваши результаты будут оцениваться в соответствии с требованиями нормативов.

22. Выполните упражнение «Штрафные броски». Вы можете совершить 10 бросков подряд с линии штрафного броска, мяч Вам подает партнёр. Ваши результаты будут оцениваться в соответствии с требованиями нормативов.