

ФОС
Физическая культура
Входная диагностика 5 класс

Спецификация

1. Назначение диагностической работы

Работа предназначена для проведения процедуры текущей диагностики индивидуальной общеобразовательной физической подготовки обучающихся по предмету «Физическая культура» в 5 классе.

Объект оценивания: уровень физической подготовленности учащихся на момент принятия контрольных нормативов, повторение изученного в предыдущем классе.

Вид работы: выполнение контрольных нормативов по определению уровня физической Подготовленности.

2. Проверяемые планируемые результаты.

Умение выполнить контрольный норматив в соответствии с возрастными нормами.

Умение выполнять предложенный норматив технически правильно.

В тестировании проверяется учебный материал по физической культуре по следующим разделам: **5 класс**

	Челночный бег 4*9м сек.	«3»	«4»	«5»
Мальчики		12.4	11.7	10.7
Девочки		12.7	12.0	11.0

	Вставание в сед и.п. лежа на полу за 1мин (кол-во раз)	«3»	«4»	«5»
Мальчики		27	37	45
Девочки		27	32	35

	Наклон вперед и.п. сидя на полу (см)	«3»	«4»	«5»
Мальчики		1	5	6
Девочки		6	8	12

	Прыжок в длину с места (см)	«3»	«4»	«5»
Мальчики		145	155	165
Девочки		130	145	155

	Сгибание и разгибание рук в упоре Мальчики	«3»	«4»	«5»
Мальчики		13	18	28
Девочки		7	9	14

	6 мин. Бег.	«3»	«4»	«5»
Мальчики		Без учета		
Девочки		Без учета		

Оценка:

За выполнение каждого практического задания обучающийся получает от 3-5 баллов.

«3 балла» - ученик получает за выполнение задание соответствующее низкому уровню физического развития
двигательного качества (базовый уровень физической подготовки);

«4 балла» - ученик получает за выполнение задание соответствующее среднему уровню физического развития
двигательного качества (повышенный уровень физической подготовки);

«5 баллов» - ученик получает за выполнение задание соответствующее высокому уровню физического развития
двигательного качества (высокому уровню физической подготовки);
максимальный балл-25

Нормы оценки	
Отметка	Технически правильное выполнение норматива
«5»	23-25 баллов
«4»	22-18 баллов
«3»	17-12 баллов
«2»	Не выполнение норматива, нарушение техники

Качество освоения программы	Уровень достижений	Отметка в балльной шкале
90-100%	высокий	«5»
77-89%	повышенный	«4»
51-76%	базовый	«3»
менее 50%	не достиг базового уровня	«2»

№	Проверяемые умения	
1	Уровень развития координационных качеств	Технически правильно выполненный норматив Набрано необходимое количество баллов
2	Уровень развития силовых качеств	Технически правильно выполненный норматив Набрано необходимое количество баллов
3	Уровень развития гибкости	Технически правильно выполненный норматив Набрано необходимое количество баллов
4	Уровень развития скоростно-силовых качеств	Технически правильно выполненный норматив Набрано необходимое количество баллов

5	Уровень развития выносливости	Технически правильно выполненный норматив Набрано необходимое количество баллов
---	-------------------------------	--