

СПЕЦИФИКАЦИЯ

ИТОГОВОЙ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ ЗА КУРС (10 класса) на темы:
«Правовые основы физической культуры и спорта. Олимпийское движение.
Физическая культура и организация самостоятельной деятельности. Лыжная
подготовка. Волейбол. Плавание. Техника безопасности и оказание первой помощи на
занятиях физической культурой. Комплекс ГТО. НРЭО»

1. Назначение контрольной работы – определение уровня (степени) сформированности планируемых результатов по предмету «Физическая культура» у учащихся 10 класса.

2. Проверяемые планируемые результаты:

Обучающийся научится:

- Знать историю Олимпийского движения
- Знать великих спортсменов, принесших славу российскому спорту
- Руководствоваться правилами оказания первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями
- Осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта
- Рассматривать физическую культуру как явление культуры, характеризовать основные направления и формы ее организации в современном обществе
- Излагать с помощью базовых понятий физической культуры особенности развития физических качеств
- Выполнять волейбольные комбинации на спортивной площадке из числа хорошо освоенных упражнений

Обучающийся на базовом уровне получит возможность научиться:

- Характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием
- Знать историю появления физической культуры и спорта, развитие видов спорта в России и на Урале.

Документы, определяющие содержание контрольной работы

Содержание контрольной работы определяется на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (приказ Минобрнауки России от 17 мая 2012г. № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования»).

3. Характеристика структуры и содержания контрольной работы

Контрольная работа содержит 22 задания, различающихся формой и уровнем сложности.

Задания №№1-4, №8-№10, №12-№15, №17-№20 с выбором одного варианта ответа в виде одной буквы, соответствующей правильному ответу. (Закрытая форма, с предложенными вариантами ответов).

Задания №5 с выбором и записью трех верных ответов.

Задания №6, №7с выбором и записью двух верных ответов.

Задание №11, №22 - с кратким ответом. Краткий ответ должен быть представлен в виде слов

Задания №16 с определением и записью ответа к каждой картинке. Краткий ответ должен быть представлен в виде слов.

Задание №21 на определение последовательности действий при оказании первой помощи.

Задание №8 с учетом *НРЭО*.

4. Распределение заданий контрольной работы по уровням сложности

В контрольной работе представлены задания разных уровней сложности: базового,

повышенного.

Задания базового уровня сложности (№1-№15, №17-№19) – это задания, проверяющие способность обучающихся применять наиболее важные понятия физической культуры, а также умение работать с информацией спортивного содержания (текст, рисунок, фотография).

Задания повышенного уровня сложности направлены (№16, №20-№22):

на проверку умения обучающимися использовать приобретённые знания на других предметах, в практической деятельности и повседневной жизни.

В таблице 1 представлено распределение заданий по уровням сложности.

Таблица 1

Распределение заданий по уровням сложности

Уровень сложности задания	Количество заданий	Максимальный первичный балл	Процент первичного балла за задания данного уровня сложности от максимального первичного балла за всю работу, равного 31
Базовый	18	18	58
Повышенный	4	13	42
Итого	22	31	100

5. Критерии оценивания контрольной работы.

Задание с выбором одного ответа считается выполненным, если выбранный обучающимся номер ответа совпадает с верным ответом. Если экзаменуемый указывает в ответе больше символов, чем в правильном ответе, то за каждый лишний символ снижается 1 балл (до 0 баллов включительно). Задание с кратким ответом считается выполненным, если обучающимся представлен ответ, совпадающий с верным ответом по формулировке или по смыслу. В задании на установление соответствия правильность определения всех соответствий оценивается в 1 балл. Задание на множественный выбор оценивается в 6 баллов, если верно указаны все элементы ответа; в 4 балла, если допущена одна ошибка, в 2 балл, если допущены две ошибки; в 0 баллов, если три элемента указаны неверно. За решение заданий повышенного уровня сложности (задания с кратким ответом) – 2 балла. Максимальный балл за задание с развернутым ответом составляет 3 балла.

Максимальный балл за выполнение работы составляет – 31. На основе баллов, выставленных за выполнение всех заданий работы, подсчитывается первичный балл, который переводится в отметку по пятибалльной шкале (таблица 2).

Таблица 2

Перевод баллов в отметку по пятибалльной шкале

Количество баллов	Рекомендуемая оценка
25-30	5
18-24	4
11-17	3
Менее 10	2

6. Продолжительность контрольной работы

Примерное время на выполнение заданий составляет:

- для заданий базового уровня сложности – от 1 до 2 мин;
- для заданий повышенного уровня сложности – от 2 до 4 мин;

На выполнение всей контрольной работы отводится 40 минут.

ОБОБЩЕННЫЙ ПЛАН ВАРИАНТА КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ

Обозначение	Проверяемые	Коды	Коды	Уровень	Макс.
-------------	-------------	------	------	---------	-------

задания в работе	элементы содержания	элементов содержания	проверяемых умений	сложности задания	балл за выполнение задания
1	Правовые основы физической культуры и спорта	1.2	1.1	Б	1
2	Современное олимпийское и физкультурно-массовое движение	1.1	1.1, 1.2	Б	1
3	Физическая культура и здоровый образ жизни	1.3	1.2, 1.3	Б	1
4	Физическая культура и здоровый образ жизни	1.3	1.1	Б	1
5	Физическая культура и здоровый образ жизни	1.3	1.4, 2.5	Б	1
6	Физкультурно-оздоровительная деятельность	3.1.3, 2.1	1.2, 2.1, 2.3, 2.6	Б	1
7	Комплексы упражнений и питание при регулировании массы тела	3.1.2	2.1	Б	1
8	Исторические сведения о ФК и современное олимпийское движение. НРЭО	1.1, 3.4	1.2, 2.1	Б	1
9	Лыжные гонки	3.2.4.3	2.1	Б	1
10	Лыжные гонки	3.2.4.4	2.1	Б	1
11	Лыжные гонки	3.2.4.1	2.1, 2.6	Б	1
12	Оказание первой помощи на занятиях физической культурой	2.3	1.4, 2.5	Б	1
13	Спортивные игры. Волейбол	3.2.2.2.2	2.1, 2.2	Б	1
14	Спортивные игры. Волейбол	3.2.2.2.4	2.2	Б	1
15	Спортивные игры. Волейбол	3.2.2.2.4	2.2	Б	1
16	Спортивные игры. Волейбол	3.2.2.2.4	2.2, 2.4	П	6

17	Плавание	3.2.3	2.1	Б	1
18	Плавание	3.2.3, 2.3	2.1, 2.5	Б	1
19	Плавание	3.2.3	2.1	Б	1
20	Прикладно-ориентированная физкультурная деятельность	3.3	2.7	П	2
21	Оказание первой помощи	2.3	2.5	П	3
22	Лыжные гонки	3.2.4, 1.1	1.1, 1.2, 2.1	П	2

КОДИФИКАТОР ЭЛЕМЕНТОВ СОДЕРЖАНИЯ И ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ

Кодификатор элементов содержания и планируемых результатов по биологии является одним из документов, определяющих структуру и содержание контрольной работы. Кодификатор является систематизированным перечнем планируемых результатов, в котором каждому объекту соответствует определенный код.

Кодификатор составлен на базе Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (приказ Минобрнауки России от 17 мая 2012г. № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования»).

РАЗДЕЛ 1 Перечень элементов содержания, проверяемых на контрольной работе

Код	Элементы содержания, проверяемые заданиями контрольной работы
1.1	Современное олимпийское и физкультурно-массовое движение
1.2	Правовые основы физической культуры и спорта
1.3	Физическая культура и здоровый образ жизни
2.1	Организация самостоятельных занятий физической культурой
2.3	Оказание первой помощи на занятиях физической культурой
3.1.2	Комплексы упражнений и питание при регулировании массы тела
3.1.3	Физкультурно-оздоровительная деятельность
3.2.2.2	Волейбол
3.2.2.2.4	Игра по упрощённым правилам волейбола.
3.2.4	Лыжные гонки
3.2.4.1	Освоение техники лыжных ходов
3.2.4.3	Преодоление подъёмов и препятствий.
3.2.4.4	Прохождение дистанции до 5 км (девушки), и до 6 км (юноши)
3.3	Общеразвивающие упражнения из базовых видов спорта для развития физических качеств, необходимых для выполнения требований комплекса ГТО.

РАЗДЕЛ 2 Перечень планируемых результатов

Код	Планируемые результаты
1	ЗНАТЬ/ПОНИМАТЬ
1.1	базовые понятия и термины физической культуры.
1.2	исторические сведения и этапы развития олимпийского движения в России.
1.3	Понятие «Здоровый образ жизни» и характеризовать его основные признаки
1.4	Требования безопасности к режиму физической нагрузки во время выполнения физических упражнений
1.5	Знать строение мышечной системы человека.
2.	УМЕТЬ

2.1	Раскрывать базовые понятия и термины базовых видов спорта
2.2	Объяснять термины, технические характеристики и правила спортивных, подвижных игр
2.3	описывать способы планирования современных оздоровительных систем
2.4	распознавать и описывать на рисунках жесты судей
2.5	Выполнять правила первой помощи при ушибах, переломах, обморожениях и пр.
2.6	Определять эффективность тренировочных занятий
2.7	Осуществлять судейство в избранном виде спорта
2.8	Раскрывать роль и назначение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО в Российской Федерации

ОТВЕТЫ К КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЕ № 2 (10 КЛАСС)

№ задания	Ответ
1	В
2	Б
3	А
4	Б
5	А, В, Г
6	В, Г
7	В, Г
9	В
10	Г
11	Коньковый ход

№ задания	Ответ
12	А
13	В
14	А
15	В
16	А-Конец партии, Б-Замена игрока, В-Двойное касание
17	А
18	Б
19	В
20	прежде всего необходимо освободить желудок и дыхательные пути пострадавшего от воды, для этого надо положить его животом на свое колено и надавить ему на спину
21	прыжки с трамплина и гонка на 15 км

*За отсутствующий или не соответствующий указанным критериям ответ задание оценивается в 0 баллов.