

**ФОС**  
**Физическая культура**  
**Контрольная работа**  
**(диагностика предметных результатов 1 полугодие)**  
**по физической культуре для 8 класса**

**Спецификация**

**1. Назначение диагностической работы**

Работа предназначена для проведения процедуры текущей диагностики индивидуальной общеобразовательной физической подготовки обучающихся по предмету «Физическая культура» в 8 классах. Полугодовая аттестация проводится в форме тестов после второй четверти.

**Объект оценивания:** оценивается уровень овладения программным материалом и положительная динамика физической подготовленности тех качеств, над которыми работали в первой половине года (сила, гибкость, координация, скоростно-силовые качества).

**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: 8 класс

	Челночный бег	«3»	«4»	«5»
Девочки	4*9м сек.	12.0	11.1	10.5
Мальчики		11.6	11.2	10.5

	Вставание в сед	«3»	«4»	«5»
Девочки	и.п. лежа на	27	37	44
Мальчики	полу за 1мин (кол-во раз)	33	37	47

	Наклон вперед	«3»	«4»	«5»
Девочки	и.п. сидя на	6	14	18
Мальчики	полу (см)	2	6	10

	Прыжок в	«3»	«4»	«5»
Девочки	длину с места	145	165	180
Мальчики	(см)	155	175	200

	Сгибание и	«3»	«4»	«5»
Мальчики	разгибание рук в	20	24	36
Девочки	упоре Мальчики	8	10	15

**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

