**Структура контрольной работы.**

**Работа по физической культуре для 7 класса.**

**1.Вид и цель работы** для промежуточной аттестации

**2.Перечень** **проверяемых образовательных результатов** (из рабочей программы). Выполнять элементы лёгкой атлетики, соответствии с содержанием учебной программой 7 класса.

выполнять упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации движений)

**3.Перечень проверяемых элементов содержания** (из рабочей программы).

Название разучиваемых упражнений и основы правильной техники их выполнения; правила соревнований в беге; прыжках и метаниях; разминка для выполнения легкоатлетических упражнений. Техника спринтерского бега.

**4.Структура работы.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № задания | Краткое описание задания | Проверяемый результат (можно цифрой из п.2) | Проверяемый элемент содержания (можно цифрой из п.3) | Уровень: базовый (Б), повышенный (П) |
| 1-3 | Дети выполняют задания в зависимости от рекомендаций врача по мед. группе | -Выполнять элементы лёгкой атлетики, соответствии с содержанием учебной программой 7 класса.  -Выполнять упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации движений | Название разучиваемых упражнений и основы правильной техники их выполнения; правила соревнований в беге; прыжках и метаниях; разминка для выполнения лёгкоатлетических упражнений;  Овладение техникой спринтерского бега. | Базовый  Повышенный |

**5. Время, отводимое на выполнение работы** 2 урока (90 мин.)

**6. Дополнительные материалы и оборудование-** секундомер, рулетка, мат**.**

**7. Система оценивания отдельных заданий и работы в целом.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № задания | Количество баллов | Комментарий |
| 1  Практическое  теоретическое | 5 | Мальчики Девочки  «5»- 9,8 «5» - 10,0  «4»- 10,2 «4» -10,7  «3»- 11,1 «3» - 10,3  Правильный развернутый ответ |
| 2  Практическое  теоретическое | 5 | Мальчики Девочки  «5»- 180 «5» - 175  «4»- 170 «4» -165  «3»- 150 «3» - 145  Правильный развернутый ответ |
| 3  Практическое  теоретическое | 5 | Мальчики Девочки  «5»- 40 «5» - 35  «4»- 35 «4» - 30  «3»- 25 «3» - 20  Правильный развернутый ответ |

**Перевод в 5-балльную систему.**

5 – 14-15

4 – 11-13

3 – 8-10

2 – менее 8

**Вариант работы.**

Задания:

1.Упражнение на определения уровня быстроты – бег 60 метров (дети, не допущенные по медицинским противопоказаниям к выполнению данного упражнения отвечают на вопрос «Техника бега на короткие дистанции (старт; стартовое ускорение; бег по дистанции; финиширование.)»

2.Упражнение на определения скоростно-силовых качеств- прыжок в длину с места (дети, не допущенные по медицинским противопоказаниям к выполнению данного упражнения отвечают на вопрос «Виды прыжков в длину. Техника прыжка в длину с места»

3.Упражнение на определения уровня силы -поднимание туловища за 1 минуту (дети, не допущенные по медицинским противопоказаниям к выполнению данного упражнения составляют комплекс утренней гимнастики 10-12 упражнений)