

УТВЕРЖДЕНО  
решением педагогического совета  
от 09 января 2024 года протокол № 6  
Председатель \_\_\_\_\_ А.А. Блохина

**Спецификация  
итоговой работы для учащихся 7 класса  
по физической культуре  
2022-2023 учебный год**

**Назначение КИМ**

Определить уровень достижения планируемых результатов по физической культуре в 7 а классе за 2023- 2024 учебный год.

**Документы, определяющие содержание КИМ**

Содержание и структура контрольной работы по предмету разработаны на основе следующих документов и методических материалов:

- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования

**Подходы к отбору содержания, разработке структуры КИМ**

Итоговая работа по физической культуре включает в себя контролируемые элементы содержания следующих разделов: «Физическая культура как область знаний», «Способы двигательной (физкультурной) деятельности», «Физическое совершенствование».

Предлагаются задания базового и повышенного уровней усвоения учебного материала. Соотношение числа заданий по контролируемым элементам содержания определяется учебным временем, отводимым на изучение разделов в соответствии с рабочей программой. План, по которому конструируется вариант контрольной работы, обеспечивает диагностику освоения всех содержательных элементов.

**Структура КИМ.**

Вариант работы по физической культуре для 7 класса состоит из 3 частей и включает в себя 13 заданий, различающихся формой и уровнем сложности.

*Таблица 1. Распределение заданий по частям работы*

№	Части работы	Количество заданий	Максимальный балл	Тип задания
1	Основная часть А	10	10	С выбором ответа
2	Основная часть В	2	4	С кратким ответом
3	Дополнительная часть С	1	5	Задание повышенного уровня сложности
Итого		13	19	

**Распределение заданий по частям работы**

*Таблица №2 Распределение заданий по содержанию*

Разделы, включенные в работу	Вся работа	Часть 1	Часть 2	Часть 3	По рабочей программе
«Физическая культура как область знаний»	3	2		1	Материал используется в процессе уроков
«Способы двигательной	2	2			Материал

(физкультурной деятельности)					используется в разделе «Физическое совершенствование».
«Физическое совершенствование»	8	6	2		70
Итого	13	10	2	1	70

### Распределение заданий по уровням сложности

В работе представлены задания двух уровней сложности: базового и повышенного. Задания базового уровня включены в часть работы А и представляют собой 10 тестовых заданий с выбором ответа. Они проверяют знание и понимание содержания материала, изучающегося в течение года. Задания повышенного уровня включены в части В и С.

Таблица №3 Распределение заданий по уровню сложности

Уровень сложности заданий	Количество заданий	Максимальный балл
Базовый	10	10
Повышенный	3	9
Итого	13	19

### Проверяемые предметные умения

Работа составлена, исходя из необходимости проверки достижения планируемых предметных результатов обучения (**требований к уровню подготовки обучающихся**) по разделам: «Физическая культура как область знаний», «Способы двигательной (физкультурной) деятельности», «Физическое совершенствование».

### Перечень планируемых результатов

Код контролируемого умения	Планируемые результаты	Уровень
	1 Физическая культура как область знаний	
1.1	История и современное развитие физической культуры. Учащийся научится:	
1.1.1	рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы ее развития, характеризовать основные направления и формы ее организации в современном обществе.	Б
	Учащийся получит возможность научиться	П
1.1.2	характеризовать цель возрождения Олимпийских игр и роль Пьера де Кубертена в становлении современного олимпийского движения, объяснять смысл символики и ритуалов Олимпийских игр;	П
1.1.3	характеризовать исторические вехи развития отечественного спортивного движения, великих спортсменов, принесших славу российскому спорту;	П
1.2	Современное представление о физической культуре (основные понятия).	

	Учащийся научится	
1.2.1	раскрывать базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств	Б
1.3	Физическая культура человека.	
	Учащийся научится	
1.3.1	характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;	Б
1.3.2	руководствоваться правилами оказания первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями; использовать занятия физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций	Б
	Учащийся получит возможность научиться	
1.3.3	определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма;	П
2. Способы двигательной (физкультурной) деятельности.		
2.1	Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой.	
	Учащийся научится	
2.1.1	разрабатывать содержание самостоятельных занятий с физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать режим дня и учебной недели;	Б
2.1.2	руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;	Б
2.1.3	составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учетом функциональных особенностей и возможностей собственного организма.	Б
2.1.4	выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности.	
	Учащийся получит возможность научиться	
2.1.5	вести дневник по физкультурной деятельности, включать в него оформление планов проведения самостоятельных занятий с физическими упражнениями разной функциональной	П

	направленности.	
2.2	Оценка эффективности занятий физической культурой.	
	Учащийся научится	
2.2.1	самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;	Б
2.2.2	тестировать показатели физического развития и основных физических качеств, сравнивать их с возрастными стандартами, контролировать особенности их динамики в процессе самостоятельных занятий физической подготовкой;	Б
	Учащийся получит возможность научиться	
2.2.3	вести дневник по физкультурной деятельности, включать в него данные контроля динамики индивидуального физического развития и физической подготовленности;	П
<b>3. Физическое совершенствование.</b>		
3.1	Физкультурно-оздоровительная деятельность.	
	Учащийся научится	
3.1.1	классифицировать физические упражнения по их функциональной направленности, планировать их последовательность и дозировку в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств;	Б
	Учащийся получит возможность научиться	
3.1.2	проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, лыжных прогулок и туристических походов, обеспечивать их оздоровительную направленность;	П
3.1.3	выполнять комплексы упражнений лечебной физической культуры с учетом имеющихся индивидуальных отклонений в показателях здоровья;	П
3.1.4	проводить восстановительные мероприятия с использованием банных процедур и сеансов оздоровительного массажа	П
3.2	Спортивно-оздоровительная деятельность.	
	Учащийся научится	
3.2.1	выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений, гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений	Б
3.2.2	выполнять легкоатлетические упражнения в беге и в прыжках (в длину и высоту);	Б
3.2.3	выполнять спуски и торможения на лыжах с пологого склона; передвижения на лыжах различными способами, демонстрировать технику последовательного чередования	Б

	ихв процессе прохождения тренировочных дистанций	
3.2.4	выполнять основные технические действия и приемы игры в футбол, волейбол, баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;	Б
3.2.5	выполнять передвижения на лыжах различными способами	Б
	Учащийся получит возможность научиться	
3.2.6	осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта.	П
3.2.7	проплывать учебную дистанцию вольным стилем	П
3.3	Прикладно-ориентированная физкультурная деятельность.	
	Учащийся научится	
3.3.1.	выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации движений);	Б
3.3.2	выполнять тестовые упражнения для оценки уровня индивидуального развития основных физических качеств.	Б
	Учащийся получит возможность научиться	
3.3.3	преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазания, прыжков и бега;	П
	выполнять тестовые нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»	П

### План варианта КИМ

Обозначение задания в работе	Проверяемые элементы содержания (выделены курсивом)	Коды проверяемых умений	Уровень сложности задания	Макс. балл за выполнение задания
А-1	Раздел 1.1. История и современное развитие физической культуры. <i>Олимпийское движение в России. Организация и проведение пеших туристических походов.</i>	1.1.1 1.1.2	Б	1
А-2	Раздел 1.2.Современные представления о физической культуре (основные понятия). <i>Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств.</i>	1.2.1	Б	1
А-3	Раздел 1.3.Физическая культура человека. <i>Коррекция осанки и телосложения.</i>	1.3.1 1.3.2 3.1.3	Б	1

А-4	Раздел 2.1. Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой. <i>Коррекции осанки и телосложения. Подготовка к занятиям физической культурой (выбор мест занятий).</i>	2.1.2	Б	1
А-5	Раздел 1.2. Оценка эффективности занятий физической культурой. <i>Оценка эффективности занятий.</i>	2.2.2	Б	1
А-6	Раздел 3.1. Физкультурно-оздоровительная деятельность. <i>Комплексы упражнений для оздоровительных форм занятий физической культурой.</i>	3.1.2 3.1.4	Б	1
А-7	Раздел 3.2.4. Гимнастика с основами акробатики. <i>Гимнастические упражнения и комбинации на спортивных снарядах (опорные прыжки).</i>	3.2.1	Б	1
А-8	Раздел 3.2.1. Легкая атлетика. <i>Прыжковые упражнения.</i>	3.2.2	Б	1
А-9	Раздел 3.2.2. Спортивные игры. <i>Спортивные игры: технико-тактические действия и приемы игры в футбол, мини-футбол, баскетбол.</i>	3.2.4 3.2.6	Б	1
А-10	Раздел 3.2.3. Лыжные гонки. <i>Передвижение на лыжах разными способами. Выполнение поворотов.</i>	3.2.3 3.2.5	Б	1
В-1	Раздел 3.3. Прикладно-ориентированная подготовка. <i>Передвижение в висах и упорах.</i>	3.1.1 3.2.7	П	2
В-2	Раздел 3.3. Прикладно-ориентированная подготовка <i>Упражнения, ориентированные на развитие основных физических качеств (выносливости). Специальная физическая подготовка.</i>	3.1.1 3.3.1.	П	2
С-1	Раздел 1.2. История и современное развитие физической культуры. <i>Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне».</i>	3.3.4	П	5

#### **Система оценивания выполнения отдельных заданий и итоговой работы в целом**

За каждый верный ответ при выполнении заданий с выбором ответа части А обучающийся получает 1 балл. Максимальный балл за выполнение задания части А составляет 10 баллов.

За каждый верный ответ при выполнении заданий части В обучающийся получает 2 балла. Максимальный балл за выполнение задания части В составляет 4 балла.

За верное выполнение задания части С обучающийся получает 5 баллов. Максимальный балл за выполнение задания части С составляет 5 баллов.

Выполнение обучающимися работы в целом определяется суммарным баллом, полученным ими по результатам выполнения всех заданий работы. Максимальный балл за выполнение всей работы – 19 баллов, за задания базового уровня сложности – 10 баллов, повышенного уровня – 9 баллов.

#### **Схема перевода суммарного первичного балла за выполнение всех заданий итоговой работы в отметку по пятибалльной шкале:**

Баллы	менее 10 (менее 50%)	10 – 14 (50%-69%)	15- 17 (70%-86%)	18 – 20 (87%-100%)
Отметка	2	3	4	5
Уровень обученности	недостаточный	базовый	повышенный	

### **Продолжительность итоговой работы**

На выполнение итоговой работы по физической культуре дается 40 минут.

### **Дополнительные материалы и оборудование**

Дополнительные материалы и оборудование: бланк ответа, простой карандаш, линейка, ластик, ручка, рулетка.

### **Условия проведения**

Работа проводится в кабинете и спортивном зале в присутствии учителя физической культуры. При выполнении работы, обучающиеся записывают ответы в бланк. Практическое задание части С выполняется в спортивной форме.

### **Рекомендации по подготовке к работе**

Специальная подготовка к итоговой работе не требуется.

## **КИМ**

### **итоговой работы для учащихся 7а класса по физической культуре 2023-2024 учебный год**

### **Инструкция по выполнению работы**

Дорогие ребята!

Вам предлагается ответить на вопросы по физической культуре и выполнить практическое задание. В вопросах, где даны четыре варианта ответа, нужно выбрать верный или верные, результат записать. В других вопросах необходимо дать краткий ответ, записав его на линии или соединить стрелочками правильные ответы.

Выполнять задания можно в любом порядке. Для экономии времени можно пропускать задание, которое не удастся выполнить сразу, и переходить к следующему. Если после выполнения всей работы останется время, можно будет вернуться к пропущенным заданиям. При выполнении заданий можно использовать черновик.

Время выполнения теоретической части 30 минут.

Для выполнения практического задания необходимо перейти в спортивный зал и выполнить разминку.

Время выполнения практического задания – 10 мин

### **Содержание итоговой работы**

#### **I вариант**

#### **А-1. Олимпийские игры проводят через каждые ...**

- а) 5 лет;
- б) 4 года;
- в) 6 лет;
- г) 2 года.

#### **А-2. К основным физическим качествам относятся...**

- а) рост, вес, объём бицепсов;
- б) бег, прыжки, метания;
- в) сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость.

**А-3. При определении правильной осанки касаться стены должны:**

- а) затылок, лопатки, пятки
- б) лопатки, ягодицы, пятки
- в) шея, лопатки, ягодицы, пятки
- г) затылок, лопатки, ягодицы, пятки

**А-4. Самое безопасное место проведения самостоятельных занятий физической культурой**

- а) дворовая площадка
- б) оборудованная спортивная площадка
- в) лесной массив
- г) пляж

**А-5. Наиболее эффективно развивается чувство равновесия при занятиях на...**

- а) брусьях;
- б) высокой перекладине;
- в) гимнастическом бревне.

**А-6. К закаливающим процедурам относят:**

- а) подвижные игры;
- б) походы;
- в) спортивные игры;
- г) плавание и загорание.

**А-7. Опорные прыжки, акробатические упражнения, упражнения на снарядах - виды ...**

- а) легкой атлетики;
- б) подвижных игр;
- в) спортивных игр;
- г) гимнастики.

**А-8. Какие основные физические качества нужны для прыжковых упражнений?**

- а) сила, быстрота, координация;
- б) ловкость;
- в) гибкость;
- г) выносливость.

**А-9. С какой целью применяется ведение мяча с изменением направления, скорости и высоты отскока мяча?**

- а) для того, чтобы обвести соперника справа и слева;
- б) чтобы продемонстрировать свои умения;
- в) так удобнее передвигаться по площадке.

**А-10. Вероятность травм при падении на спуске если учащиеся выполняют...**

- а) умышленное падение набок;
- б) глубокий присед;
- в) торможение палками сбоку;
- г) выставление палок кольцами вперед;

**В-1. Назовите самый быстрый способ передвижения на лыжах**

---

**В-2. Назовите 2 упражнения для развития общей выносливости**

---

---

**С-1. Выполнить прыжок в длину с места в соответствии с требованиями ВФСК «ГТО»**