

Паспорт комплекта контрольно-оценочных средств. 10 класс

Данный ФОС разработан для 10-11х классов по учебному предмету «Физическая культура» и соответствует Федеральному государственному образовательному стандарту, учебному плану школы, рабочей программе учебного предмета, реализуемым в соответствии с ФГОС, образовательным технологиям, используемым в преподавании данного учебного предмета. Оценочные средства разработаны для проверки качества формирования знаний, умений, навыков (УУД и компетенций) и являются действенным средством не только оценки, но и обучения.

Структурными элементами фонда оценочных средств являются комплекты контрольно-оценочных средств (нормативов), разработанных по данному учебному предмету.

Комплект ККОС является общим на 5-9х классов, обучающихся по данному УМК и разработан на основании «Примерной государственной программы по физической культуре» и «Программы по Физической культуре» Физическая культура 1-11 кл. Авторы: (В. И. Лях, А. А. Зданевич), рекомендованной министерством Образования и Науки РФ.

1. Нормы оценивания знаний по физкультуре

Оценка "5" - упражнение выполнено в соответствии с заданием, правильно, без напряжения, уверенно; в играх учащийся показал знание правил игры, умение пользоваться изученными упражнениями для быстрого достижения индивидуальных и коллективных целей в игре.

Точное соблюдение всех технических требований, предъявляемых к выполняемому двигательному действию.

Двигательное действие выполняется слитно, уверенно, свободно.

Оценка "4" - упражнение выполнено в соответствии с заданием, правильно, но недостаточно уверенно, в играх учащийся показал знание правил игры, но недостаточно уверенно умеет пользоваться изученными движениями для быстрого достижения результатов в игре.

Двигательное действие выполняется в соответствии с предъявленными требованиями, слитно, свободно, но при этом было допущено не более двух незначительных ошибок

Оценка "3" - упражнение выполнено правильно, но недостаточно точно, с большим напряжением, допущены незначительные ошибки; в играх учащийся не всегда умеет пользоваться изученными движениями.

Двигательное действие выполняется в своей основе верно, но с одной значительной или не более чем с тремя незначительными ошибками.

Оценка "2" - упражнение выполнено неправильно, с грубыми ошибками; в играх учащийся показал слабое знание правил, неумение пользоваться изученными упражнениями.

При выполнении двигательного действия допущена грубая ошибка или число незначительных ошибок более трёх.

Оценка успеваемости за четверть выставляется на основании данных текущего учета. Преимущественное значение следует придавать выполнению основных упражнений, изучаемых в течение четверти, а не общим показателям физического развития.

Оценка за год выставляется на основании четвертных оценок в соответствии с общепедагогическими требованиями.

10 класс
Легкая атлетика

| Контрольные упражнения | Девушки | | |
|-----------------------------------|---------|------|------|
| | «5» | «4» | «3» |
| Бег 30м (сек.) | 4,8 | 5,5 | 6,2 |
| Бег 60м (сек.) | 9,6 | 10,4 | 11,0 |
| Бег 100м (сек.) | 16,5 | 17,5 | 18,5 |
| Прыжки: в длину с места (см.) | 190 | 165 | 145 |
| Метание т/мяча на дальность; (м.) | 30 | 24 | 20 |

Легкая атлетика

| Контрольные упражнения | Юноши | | |
|----------------------------------|-------|------|------|
| | «5» | «4» | «3» |
| Бег 30м (сек.) | 4,3 | 4,8 | 5,4 |
| Бег 60м (сек.) | 8,3 | 9,0 | 9,8 |
| Бег 100м (сек.) | 13,5 | 14,0 | 15,0 |
| Прыжки: в длину с места (см.) | 250 | 230 | 190 |
| Метание т/мяча на дальность (м.) | 46 | 38 | 30 |

Баскетбол - девушки

| Содержание учебного материала | Уровень учебных достижений учащихся | | |
|---|-------------------------------------|-----|-----|
| | «5» | «4» | «3» |
| 10 бросков изученным способом (2х5) с дистанции 4,5м на равном расстоянии между пятью точками (раз) | 4-5 | 2 | 1 |
| 10 штрафных бросков на точность (раз): | 4-5 | 2 | 1 |

Баскетбол - юноши

| Содержание учебного материала | Уровень учебных достижений учащихся | | |
|--|-------------------------------------|-----|-----|
| | «5» | «4» | «3» |
| 10 бросков изученным способом (2х5) с дистанции 4,5м на равном расстоянии между пятью точками (раз): | 5-6 | 3 | 1 |
| 10 штрафных бросков на точность (раз): | 5-6 | 3 | 2 |

Волейбол - девушки

| Содержание учебного материала | Уровень учебных достижений учащихся | | |
|---|-------------------------------------|-----|-----|
| | «5» | «4» | «3» |
| 10 верхних (юноши); нижних (девушки) прямых подач на попадание в указанную преподавателем зону: | 6-8 | 6 | 5 |
| 6 передач на точность через сетку из зон 2, 3, 4 (в указанную зону) | 5-6 | 3 | 2 |

Волейбол – юноши

| Содержание учебного материала | Уровень учебных достижений учащихся | | |
|---|-------------------------------------|-----|-----|
| | «5» | «4» | «3» |
| 10 верхних (юноши); нижних (девушки) прямых подач на попадание в указанную преподавателем зону: | 7 - 9 | 8 | 6 |
| 6 передач на точность через сетку из зон 2, 3, 4 (в указанную зону) | 6 - 7 | 5 | 3 |

Кроссовая подготовка

| Контрольные упражнения | ПОКАЗАТЕЛИ | | | | | |
|------------------------|------------|-------|-------|---------|-------|-------|
| | Юноши | | | Девушки | | |
| Учащиеся | | | | | | |
| Оценка | “5” | “4” | “3” | “5” | “4” | “3” |
| Бег 3000м, мин. | 14.00 | 15.00 | 16.00 | | | |
| Бег 2000м, мин. | | | | 10.30 | 11.30 | 12.30 |

Гимнастика

| Контрольные упражнения | ПОКАЗАТЕЛИ | | | | | |
|--|------------|-----|-----|---------|-----|-----|
| | Юноши | | | Девушки | | |
| Учащиеся | | | | | | |
| Оценка | “5” | “4” | “3” | “5” | “4” | “3” |
| Подтягивание на высокой перекладине (м) | 13 | 10 | 8 | 19 | 13 | 11 |
| на низкой перекладине (д) кол - раз | | | | | | |
| Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье (ниже уровня скамьи - (см) | +13 | +8 | +6 | +16 | +9 | +7 |
| Подъем туловища за 1 мин. из положения лежа (кол – раз) | 50 | 40 | 30 | 40 | 30 | 20 |

Критерии оценивания обучающихся по физической культуре

Система контроля и оценки по предмету «Физическая культура» направлена на выявление уровня освоения знаний обучающихся, форсированности умений и навыков по предмету. Критерии оценивания по физической культуре являются качественными и количественными.

Качественные критерии успеваемости характеризуют степень овладения программным материалом: знаниями, двигательными умениями и навыками, способами физкультурно-оздоровительной деятельности, включенными в обязательный минимум содержания образования и в школьный образовательный стандарт.

Количественные критерии успеваемости определяют сдвиги в физической подготовленности, складывающиеся из показателей развития основных физических способностей: силовых, скоростных, координационных, выносливости, гибкости и их сочетаний, что отражает направленность и уровни реализуемых образовательных программ.

Осуществляя оценивание подготовленности по физической культуре, учителя реализуют не только собственно оценочную, но и стимулирующую и воспитывающую функции, учитывая темп (динамику изменения развития физических качеств за определенный период времени, а не в данный момент) и индивидуальные особенности учащихся (типы телосложения, психические и физиологические особенности). При этом учителю необходимо быть максимально тактичным, внимательным, не унижать человеческое достоинство обучающегося, заботясь о повышении и дальнейшем развитии интереса к физической культуре.

Итоговая оценка выставляется учащимся за овладение темы, раздела, за четверть (в старших классах - за полугодие), за учебный год. Она включает в себя текущие оценки, полученные учащимися за овладение всеми составляющими успеваемости: знаниями, двигательными умениями и навыками, а также отражает сдвиги в развитии физических способностей, умений осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность.

Оценивание учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к подготовительной медицинской группе, осуществляется на общих основаниях, за исключением тех видов двигательных действий, которые им противопоказаны по состоянию здоровья, и они их не выполняют.

Оценивание учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе, осуществляется на основе методических рекомендаций «Медико-педагогический контроль за организацией занятий физической культурой обучающихся с отклонением в состоянии здоровья» (письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.05.2012 № МД-583/19).

Выполнения нормативов испытаний (тестов) Комплекса ГТО на золотой, серебряный и бронзовый знаки Комплекса ГТО являются качественным показателем решения поставленной перед обучающимся задачи в соответствии с ФГОС и может соответствовать оценке «отлично».

I. Знания

При оценивании знаний по предмету «Физическая культура» учитываются такие показатели: глубина, полнота, аргументированность, умение использовать их применительно к конкретным случаям и занятиям физическими упражнениями.

С целью проверки знаний используются следующие методы: опрос, проверочные беседы (без вызова из строя), тестирование.

| Оценка 5 | Оценка 4 | Оценка 3 | Оценка 2 |
|--|---|--|---|
| За ответ, в котором учащийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала; логично его излагает, используя в деятельности | За тот же ответ, если в нем содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки | За ответ, в котором отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в знании материала, нет должной аргументации и умения использовать знания на практике | За непонимание и незнание материала программы |

II. Техника владения двигательными умениями и навыками

Для оценивания техники владения двигательными умениями и навыками используются следующие методы: наблюдение, вызов из строя для показа, выполнение упражнений и комбинированный метод.

| Оценка 5 | Оценка 4 | Оценка 3 | Оценка 2 |
|--|--|--|--|
| Движение или отдельные его элементы выполнены правильно, с соблюдением всех требований, без ошибок, легко, свободно, четко, уверенно, слитно, с отличной осанкой, в надлежащем ритме; ученик понимает сущность движения, его назначение, может разобраться в движении, объяснить, как оно выполняется, и продемонстрировать в нестандартных условиях; может определить и исправить ошибки, допущенные другим учеником; уверенно выполняет учебный норматив | При выполнении ученик действует так же, как и в предыдущем случае, но допустил не более двух незначительных ошибок | Двигательное действие в основном выполнено правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к скованности движений, неуверенности. Учащийся не может выполнить движение в нестандартных и сложных в сравнении с уроком условиях | Движение или отдельные его элементы выполнены неправильно, допущено более двух значительных или одна грубая ошибка |

III. Владение способами и умение осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность

| Оценка 5 | Оценка 4 | Оценка 3 | Оценка 2 |
|---|---|--|---|
| Учащийся умеет: - самостоятельно организовать место занятий; - подбирать средства и инвентарь и применять их в конкретных условиях; - контролировать ход выполнения деятельности и оценивать итоги | Учащийся: - организует место занятий в основном самостоятельно, лишь с незначительной помощью; - допускает незначительные ошибки в подборе средств; - контролирует ход выполнения деятельности и оценивает итоги | Более половины видов самостоятельной деятельности выполнены с помощью учителя или не выполняется один из пунктов | Учащийся не может выполнить самостоятельно ни один из пунктов |

IV. Уровень физической подготовленности учащихся

| Оценка 5 | Оценка 4 | Оценка 3 | Оценка 2 |
|---|--|--|---|
| Исходный показатель соответствует высокому уровню подготовленности, предусмотренному обязательным минимумом подготовки и программой физического воспитания, которая отвечает требованиям государственного стандарта и обязательного минимума содержания обучения по физической культуре, и высокому приросту ученика в показателях физической подготовленности за определенный период времени | Исходный показатель соответствует среднему уровню подготовленности и достаточному темпу прироста | Исходный показатель соответствует низкому уровню подготовленности и незначительному приросту | Учащийся не выполняет государственный стандарт, нет темпа роста показателей физической подготовленности |

(При оценке физической подготовленности приоритетным показателем является темп прироста результатов. Задание учителя по улучшению показателей физической подготовленности (темп прироста) должны представлять определенную трудность для каждого учащегося, но быть реально выполнимыми. Достижение этих сдвигов при условии систематических занятий дает основание учителю для выставления высокой оценки.)