

Критерии и нормы оценивания обучающихся по физической культуре с 1 по 11 класс.

1. Оценивание нормативов уровня физической подготовки.

Уровень физической подготовленности учащегося:

Оценка «5»- 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 определённый период времени;

Оценка «4»- Исходный показатель соответствует среднему уровню подготовленности и достаточному темпу прироста;

Оценка «3»- Исходный показатель соответствует низкому уровню подготовленности и незначительному приросту;

Оценка «2»- Учащийся не выполняет государственный стандарт, нет темпа роста показателей физической подготовленности. Отказ от выполнения задания учителя.

Девушки

Класс	Возраст	Бег 30 м (сек).			Прыжок в длину с места (см).			6 - мин бег (м)			Челночный бег 4 по 9 м (сек)			Поднимание за 1 мин (кол-во раз)			Наклон вперед (см)			Прыжки ч/з скакалку за 1 мин (кол-во раз).			Подтягивание (кол-во раз).		
		3	4	5	3	4	5	3	4	5	3	4	5	3	4	5	3	4	5	3	4	5	3	4	5
1	7	7.5	7.4	6.6	85	104	123	800	890	980	13.0	12.8	12.0	13	15	18	4	6	9	15	30	50	3	4	6
2	8	7.3	7.2	6.4	89	103	126	850	950	1050	13.0	12.4	12.0	15	18	20	5	7	10	20	35	80	3	5	8
3	9	7.2	7.1	6.2	106	118	139	970	1070	1160	12.2	11.8	11.5	17	20	25	6	9	11	25	40	90	5	8	12
4	10	6.6	6.5	5.8	114	127	150	960	1040	1170	12.0	11.8	11.4	18	24	28	6	9	12	30	50	100	6	11	13
5	11	6.2	6.1	5.6	125	138	161	920	1020	1170	12.0	11.6	11.0	20	28	30	6	9	12	40	60	100	7	10	11
6	12	6.1	6.0	5.5	134	147	170	1000	1110	1200	11.5	11.0	10.8	25	30	35	6	9	13	45	70	100	11	15	19
7	13	6.0	5.9	5.2	142	155	178	980	1080	1130	11.5	11.0	10.0	20	30	35	8	12	16	50	80	125	12	16	19
8	14	5.9	5.8	5.1	137	154	183	910	1010	1100	11.3	10.3	10.4	20	25	30	11	14	18	60	90	130	4	8	14
9	15	5.9	5.8	5.1	128	148	181	960	1080	1180	11.0	10.8	10.4	20	25	35	11	15	18	70	110	135	4	9	15
10	16	5.8	5.7	5.0	133	148	175	1020	1100	1240	11.0	10.8	10.4	25	37	40	10	13	17	80	110	140	4	10	15
11	17	5.8	5.7	4.9	133	147	175	1020	1100	1240	11.0	10.7	10.3	25	37	40	10	13	17	85	115	140	6	10	16

Юноши

Класс	Возраст	Бег 30 м (сек).			Прыжок в длину с места (см).			6 - мин бег (м)			Челночный бег 4 по 9 м (сек)			Поднимание за 1 мин (кол-во раз)			Наклон вперёд из положения, сидя (см)			Прыжки ч/з скакалку за 1 мин (кол-во раз).			Подтягивание (кол-во раз).		
		3	4	5	3	4	5	3	4	5	3	4	5	3	4	5	3	4	5	3	4	5	3	4	5
1	7	7.0	6.9	6.1	85	103	132	830	930	1030	13.2	12.8	12.4	18	26	30	3	4	5	20	30	40	1	2	3
2	8	6.8	6.7	6.0	99	113	136	1000	1100	1200	12.7	12.4	11.8	20	28	34	3	4	6	30	40	50	1	2	4
3	9	6.5	6.4	5.9	114	126	147	1070	1160	1250	11.6	11.4	11.2	24	30	36	3	5	9	40	50	60	2	3	5
4	10	6.2	6.1	5.6	120	134	157	1070	1200	1320	11.4	11.2	11.0	26	32	38	4	6	9	55	60	70	3	4	6
5	11	6.0	5.9	5.4	130	143	166	960	1100	1230	11.2	11.0	10.8	30	36	40	4	6	9	70	80	90	4	5	7
6	12	5.8	5.7	5.2	137	152	177	1090	1200	1310	11.0	10.7	10.4	35	40	45	5	8	10	85	95	100	4	5	8
7	13	5.6	5.5	5.1	141	158	185	1190	1290	1400	10.8	10.3	10.0	35	40	48	6	9	10	100	105	110	5	7	9
8	14	5.5	5.4	5.0	151	174	213	1150	1260	1570	10.5	10.2	9.9	35	45	50	6	9	11	110	115	120	7	8	10
9	15	5.4	5.2	4.8	169	191	226	1330	1430	1630	10.3	10.0	9.8	35	45	50	6	9	11	120	125	130	8	9	11
10	16	5.1	5.0	4.5	183	200	227	1330	1430	1690	9.9	9.7	9.5	40	45	50	6	9	13	125	130	135	8	10	11
11	17	5.1	5.0	4.5	185	200	227	1330	1430	1690	9.9	9.7	9.5	40	45	50	6	9	15	130	135	140	8	10	12

Девушки.

Класс.	Возраст.	Метания набивного мяча весом в 1 кг. (от плеча)(м, см).			Метания набивного мяча весом в 1 кг. (от груди)(м, см).		
		3	4	5	3	4	5
1	7	260	290	340	210	240	290
2	8	275	315	345	225	265	295
3	9	300	320	380	250	270	330
4	10	315	355	440	265	305	390
5	11	335	375	450	285	325	400
6	12	415	455	525	365	405	475
7	13	445	495	535	395	445	485
8	14	465	515	580	415	465	530
9	15	485	545	610	435	495	560
10	16	505	570	650	455	520	600
11	17	510	580	660	460	530	650

Юноши.

Класс.	Возраст.	Метания набивного мяча весом в 1 кг. (от плеча)(м, см).			Метания набивного мяча весом в 1 кг. (от груди)(м, см).		
		3	4	5	3	4	5
1	7	280	300	350	230	250	300
2	8	295	335	395	245	285	345
3	9	320	355	410	270	305	360
4	10	325	370	450	275	320	400
5	11	370	410	480	320	360	430
6	12	405	450	530	355	400	480
7	13	450	514	555	400	464	505
8	14	490	535	635	440	485	585
9	15	530	630	785	470	580	735
10	16	580	700	800	530	650	750
11	17	620	755	890	570	705	840

Девушки.

Класс.	Возраст.	Сгибание разгибание рук в упоре лежа (кол-во раз).			Метания набивного мяча весом в 1 кг. (м, см).		
		3	4	5	3	4	5
1	7	2	4	5	160	190	240
2	8	3	5	7	175	215	245
3	9	3	5	8	200	220	280
4	10	4	8	10	215	255	340
5	11	4	8	10	235	275	350
6	12	6	9	11	305	350	425
7	13	7	9	12	345	395	435
8	14	8	10	13	365	415	480
9	15	8	11	14	385	445	510
10	16	8	11	14	405	470	550
11	17	7	10	13	410	480	530

Юноши.

Класс.	Возраст.	Сгибание разгибание рук в упоре от гимнастической скамейки. (кол-во раз).			Метания набивного мяча весом в 1 кг. (м, см).		
		3	4	5	3	4	5
1	7	3	6	10	180	200	250
2	8	5	8	10	195	235	295
3	9	10	13	16	220	255	310
4	10	10	15	20	225	270	350
5	11	15	20	25	270	310	380
6	12	18	23	29	315	355	430
7	13	20	25	30	350	414	455
8	14	23	29	32	390	435	535
9	15	25	30	35	430	530	685
10	16	25	32	40	480	600	700
11	17	25	32	40	520	655	790

Тесты по разделу «Волейбол».

Класс	Передача двумя сверху над собой.			Передача снизу над собой.			Подача мяча 10 попыток.			Нападающий: 5 попыток, удар с подбрасыванием.		
	3	4	5	3	4	5	3	4	5	3	4	5
7 класс												
Мальчики	6	8	12	4	6	10	2	3	5			
Девочки	6	8	10	4	6	8	2	3	4			
8 класс												
Мальчики	7	12	15	6	10	12	3	4	5			
Девочки	7	10	12	6	9	12	3	4	5			
9 класс												
Юноши	10	15	20	10	15	20	3	5	7			
Девушки	8	12	15	8	12	15	3	4	5			
10 класс												
Юноши	12	18	25	12	18	25	4	6	7	1	2	3
Девушки	10	15	20	10	15	20	3	5	6	1	2	3
11 класс												
Юноши	15	20	25	15	20	25	5	6	8	2	3	4
девушки	12	15	20	12	15	20	3	5	7	1	2	4

Учебные нормативы по разделу «Лёгкая атлетика»

Девушки.

класс	60 м			100 м			Прыжок в длину с разбега			Метание мяча 3-9 кл, граната 10-11 кл.			2000-3000 м 10-11 кл, 1500 м 6 - 7, 2000 м 8 - 9 кл			500 – 1000м 11 кл, 300 – 500м 9 кл			
	оценка	3	4	5	3	4	5	3	4	5	3	4	3	3	4	5	3	4	5
1																			
2										11	13	15							
3	12.2	11.4	10.8				180	220	260	12	14	16							
4	11.8	11.0	10.6				200	240	280	13	15	17							
5	11.4	10.8	10.4				220	260	300	14	17	21							
6	11.2	10.6	10.3				230	280	330	15	18	23	8.40	8.20	8.00				
7	11.2	10.4	9.8				240	300	350	16	19	26	8.30	8.00	7.30				
8	10.7	10.2	9.7				260	310	360	17	21	27	13.50	12.40	11.0				
9	10.5	10.0	9.4				290	330	370	18	23	28	13.00	12.00	10.20	1.06	1.02	0.58	
10	10.3	9.8	9.2	17.8	17.0	16.5	300	340	375	11	13	18	12.20	11.40	10.10	1.05	1.00	0.55	
11	10.1	9.6	9.0	17.0	16.5	16.0	310	340	380	12	18	23	12.20	11.30	10.00	2.20	2.00	1.50	

Юноши

класс	60 м			100 м			Прыжок в длину с разбега			Метание мяча 3-9 кл, граната 10-11 кл.			2000-3000 м 10-11 кл, 1500 м 6 - 7, 2000 м 8 - 9 кл			500 – 1000м 11 кл, 300 – 500м 9 кл			
	оценка	3	4	5	3	4	5	3	4	5	3	4	3	3	4	5	3	4	5
1																			
2																			
3										17	20	25							
4	11.8	11.2	10.6				220	260	300	18	22	27							
5	11.2	10.6	10.0				260	300	340	20	27	34							
6	11.1	10.4	9.8				270	330	360	21	29	36	8.10	7.50	7.30				
7	11.0	10.2	9.4				290	350	380	23	31	39	8.00	7.30	7.00				
8	10.5	9.7	8.8				310	370	410	28	37	42	11.40	10.40	10.00				
9	10.0	9.2	8.4				330	380	430	31	40	45	11.00	10.00	9.20	1.55	1.50	1.40	
10				15.5	14.9	14.5	340	400	440	22	26	32	17.00	16.00	15.00	3.52	3.42	3.32	
11				15.0	14.5	14.2	370	420	460	26	32	38	16.30	15.00	13.00	3.50	3.30	3.20	

2. Оценка техники владения двигательными действиями, умениями и навыками (комплексы упражнений в гимнастике, акробатические комбинации, тактические и технические приемы в баскетболе, волейболе, и т.д.)

Оценка «5» — двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно в надлежащем темпе, легко и чётко; учащиеся по заданию учителя используют их в нестандартных условиях;

Оценка «4» — двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и чётко, наблюдается некоторая скованность движений;

Оценка «3» — двигательное действие выполнено в основном правильно, допущена одна грубая или несколько мелких ошибок,

приведших к неуверенному или напряжённому выполнению. Учащийся по заданию учителя не может выполнить его в нестандартных и сложных в сравнении с уроком условиях;

Оценка «2» — двигательное действие выполнено неправильно, с грубыми ошибками, неуверенно, нечётко. Отказ от выполнения задания.

3. Общая оценка успеваемости складывается по видам программ: легкая атлетика, гимнастика, баскетбол, волейбол, – путём сложения конечных оценок, полученных учеником по всем видам движений, и оценок за выполнение контрольных упражнений, либо тестов.

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

5. Особенности оценивания учебных достижений учащихся специальной медицинской группы. Основной акцент в оценивании учебных достижений по физической культуре **учащихся в группах СМГ должен быть сделан на стойкой их мотивации к занятиям** физическими упражнениями и **динамике** их физических возможностей (при самых незначительных положительных изменениях в физических возможностях обучающихся выставляется положительная отметка). Положительная отметка выставляется учащимся, регулярно посещающим занятия по физической культуре, старательно выполняющим задания учителя, овладевшим доступными конкретному ученику навыками самостоятельных занятий, оздоровительной гимнастики, необходимыми теоретическими знаниями в области физической культуры). При выставлении четвертной, полугодовой, годовой и итоговой отметки по физической культуре учитывается прилежание, усердие в работе над собой и выполнение всех рекомендаций учителя физической культуры.

Все учащиеся, освобожденные от физических нагрузок, в конце каждой учебной четверти, полугодия и в конце учебного года получают итоговые оценки по указанным выше заданиям и выполненным домашним заданиям. Текущая отметка по физической культуре в группах СМГ выставляется с учетом успехов обучающегося в формировании навыков здорового образа жизни и рационального двигательного режима с тем, чтобы отметка способствовала развитию обучающегося, стимулировала его заниматься физической культурой.

Итоговая отметка по физической культуре в группах СМГ выставляется с учетом теоретических и практических знаний (двигательных умений и навыков, умений осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивно-оздоровительную деятельность), с учетом динамики физической подготовленности и прилежания.

6. Требования к посещению уроков обучающимися, освобожденными от практических занятий по физической культуре

1. Все обучающиеся, освобождённые от практических занятий по физической культуре, подтверждают факт освобождения заверенной медицинской справкой или иным официальным документом, который предоставляется классному руководителю или учителю физкультуры.
2. Все обучающиеся, освобождённые от практических занятий по физической культуре, в течение урока находятся в помещении спортивного зала или на стадионе под присмотром учителя физической культуры.

7. Критерии оценивания обучающихся

1. Для обучающихся, освобожденных от практических занятий по физической культуре на период не более 50% одной четверти, учитель физической культуры определяет на урок теоретическое задание, которое соответствует запланированному в рабочей программе учебному материалу.
2. При оценивании знаний по предмету «Физическая культура» учитываются следующие показатели: глубина, полнота, аргументированность, умение использовать их применительно к конкретным случаям и занятиям физическими упражнениями. С целью проверки знаний используются следующие ресурсы и формы: ЦОРы, учебник по физической культуре, тестирование, конспект, реферат, опрос, исследовательская и проектная работа.

оценка 5

За работу, в которой учащийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала; логично его излагает, использует в деятельности.

оценка 4

За ту же работу, если в ней содержатся небольшие неточности и фактические ошибки.

оценка 3

За работу, в которой отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в знании и изложении материала, нет должной аргументации.

оценка 2

За незнание материала программы, отказ от выполнения задания учителя.