

Оценочные материалы
для проведения
промежуточной аттестации
по физкультуре
в 11 классе

11 КЛАСС

Норматив	Мальчики			Девочки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Челночный бег 3х10	7,7	8,3	8,8	8,3	8,8	9,5
Бег 30 м (сек)	4,5	4,9	5,2	4,7	5,0	5,5
Прыжок в длину с места	212 см	194 см	175 см	190 см	170 см	160 см
Подтягивание	12 раз	10 раз	7 раз	16 раз	14 раз	8 раз
Поднимание туловища из положения лежа, в течении 1 мин	39	35	28	34	28	24

Критерии и нормы оценки знаний обучающихся

1. Требования к оценке знаний и умений – в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом.
 2. При оценивании успеваемости учитываются индивидуальные возможности, уровень физического развития и двигательной возможности, последствия заболеваний учащихся.
-

3. Тест необходимо выполнить по определению уровня развития скоростных возможностей, выносливости, силы, гибкости, а также необходимое количество тестов по определению уровня развития скоростно-силовых возможностей, координационных способностей, уровня овладения прикладными навыками.

Характеристика цифровой оценки(отметки)

Оценка«5»выставляется за качественное выполнение упражнений, допускается наличие мелких ошибок.

Оценка«4»выставляется, если допущено не более одной значительной ошибки и несколько мелких.

Оценка«3»выставляется, если допущены две значительные ошибки и не сколько грубых. Но ученик при повторных выполнениях может улучшить результат.

Оценка«2»выставляется, если упражнение просто невыполнено.

Причиной невыполнения является наличие грубых ошибок

Оценка за технику ставится лишь при выполнении упражнений в равновесии, лазанье, с элементами акробатики, при построениях, перестроениях, ходьбе. В остальных видах(бег, прыжки, метание, броски, ходьба) необходимо учитывать результат: секунды количество, длину, высоту.