

**Спецификация
диагностической работы по физической культуре
для 6-х классов общеобразовательных учреждений г. Москвы**

1. Назначение диагностической работы.

Диагностическая работа проводится **14 марта 2019 г.** с целью определения уровня подготовки обучающихся 6-х классов по физической культуре.

2. Документы, определяющие содержание и характеристики диагностической работы.

Содержание и основные характеристики диагностической работы определяются на основе следующих документов:

– Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (в ред. Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.12.2014 № 1644);

– Примерная основная образовательная программа основного общего образования, одобренная решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 8 апреля 2015 г. № 1/15);

– Приказ Минобрнауки РФ от 17 апреля 2000 г. № 1122 «О сертификации качества педагогических тестовых материалов».

3. Условия проведения диагностической работы.

Работа проводится в форме компьютерного тестирования.

При организации и проведении работы необходимо строгое соблюдение технологии независимой диагностики.

Дополнительные материалы и оборудование не используются.

4. Время выполнения работы.

На выполнение всей проверочной работы отводится **50 минут**, включая пятиминутный перерыв для разминки глаз (на рабочем месте).

5. Содержание и структура диагностической работы.

Все варианты диагностической работы эквивалентны и включают 15 заданий: 10 заданий с выбором одного правильного ответа из четырех, 5 заданий с кратким ответом. Диагностическая работа обеспечивает проверку основных содержательных блоков курса физической культуры, освоенного к моменту проведения диагностики, включая основополагающее содержание прошлых лет обучения.

Распределение заданий диагностической работы по разделам содержания учебного курса представлено в таблице 1.

Таблица 1

| № п/п | Разделы курса физической культуры | Число заданий |
|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|
| 1 | Знания о физической культуре | 7 |
| 2 | Способы двигательной деятельности (ДД) | 5 |
| 3 | Физическое совершенствование | 2 |
| 4 | Мониторинг физкультурного образования и формирования универсальных учебных действий (УУД) | 1 |
| | Итого: | 15 |

Перечень планируемых результатов обучения приведен в таблице 2.

Таблица 2

| № п/п | Планируемые результаты обучения |
|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. | Личностные результаты: |
| 1.1. | Уметь формировать ценности здорового и безопасного образа жизни |
| 1.2. | Уметь осваивать социальные нормы, правила поведения в группах физкультурно-оздоровительной и физкультурно-спортивной направленности |
| 1.3. | Уметь формировать коммуникативные компетенции в общении и сотрудничестве со сверстниками, с детьми младшего и старшего возраста в процессе образовательной, общественно-полезной и других видах деятельности |
| 1.4. | Уметь овладевать знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормам, об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжений средствами физической культуры |
| 1.5. | Уметь формировать способности управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности |
| 1.6. | Уметь предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе доброжелательного отношения к окружающим |
| 1.7. | Уметь планировать режим дня, оптимально сочетать нагрузку и отдых |

| | |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.8. | Уметь содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям |
| 1.9. | Уметь формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание, оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия во время учебной и игровой деятельности |
| 1.10. | Уметь осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой |
| 1.11. | Уметь проводить туристические пешие походы, готовить снаряжение, организовывать и благоустраивать места стоянок, соблюдать технику безопасности |
| 2. | Метапредметные результаты: |
| 2.1. | Уметь самостоятельно определять цели физкультурно-спортивной и физкультурно-оздоровительной деятельности, развивать интересы в познавательной и практической деятельности в области физической культуры и спорта, олимпийского движения |
| 2.2. | Уметь планировать пути достижения цели, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и практических задач, выполнения Комплекса ГТО |
| 2.3. | Уметь работать индивидуально и в группе, находить общее решение на основе согласования и учета интересов |
| 2.4. | Уметь развивать физические качества, используя универсальные двигательные действия и метапредметные знания о развитии систем организма |
| 2.5. | Уметь формировать и отстаивать свое мнение |
| 2.6. | Уметь понимать физическую культуру как явление общей культуры, способствующей развитию целостной личности человека, его сознания и мышления, физических, психических, нравственных и эстетических качеств |
| 2.7. | Уметь понимать здоровье как важнейшее условие саморазвития и самореализации человека, расширяющее свободу выбора профессиональной деятельности и обеспечивающее долгую сохранность творческой активности |
| 2.8. | Уметь понимать физическую культуру как средство организации здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и девиантного поведения |
| 3. | Универсальные учебные действия: |

| | |
|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 3.1. | Владеть широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры |
| 3.2. | Владеть способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития, физической подготовленности |
| 3.3. | Поддерживать оптимальный уровень работоспособности в процессе учебной деятельности, активно использовать занятия физической культурой для профилактики психического и физического утомления |
| 3.4. | Проявлять уважительное отношение к окружающим, культуру взаимодействия, терпимость и толерантность в достижении общих целей при совместной физкультурно-спортивной деятельности |
| 3.5. | Владеть способами организации и проведения разнообразных форм занятий физической культурой, их планирования и содержательного наполнения |
| 4. | Предметные результаты: |
| 4.1. | Уметь преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме, используя разнообразные средства из различных видов спорта |
| 4.2. | Уметь самостоятельно организовывать и проводить занятия профессионально-прикладной физической подготовки, подбирать физические упражнения в зависимости от индивидуальной ориентации на будущую профессиональную деятельность, на выполнение Комплекса ГТО |
| 4.3. | Уметь организовывать самостоятельные занятия по физической культуре, для профилактики ожирения, формирования правильной осанки, профилактики утомления, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития |
| 4.4. | Уметь наблюдать за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями, знать названия приборов, инвентаря и оборудования для самоконтроля |
| 4.5. | Уметь выполнять различные элементы из разных видов спорта с учетом времени, техники и тактического действия |
| 4.6. | Уметь тестировать показатели основных физических качеств и физического развития, контролировать особенности их динамики, сравнивать с возрастными стандартами в процессе самостоятельных занятий физической культурой и спортом |

6. Система оценивания отдельных заданий и работы в целом.

Задание с выбором ответа считается выполненным, если выбранный учащимся номер ответа совпадает с эталоном. Все задания с выбором ответа оцениваются в 0 или 1 балл.

Максимальный балл за задания с кратким ответом может быть 1 или 2. Задание с кратким ответом оценивается в 2 балла, если ответ учащегося совпадает с эталоном, 1 балл, если допущена одна ошибка, и 0 баллов – в других случаях.

Максимальный балл за выполнение всей работы – **20 баллов**.

В Приложении 1 приведен план диагностической работы.

В Приложении 2 приведен демонстрационный вариант диагностической работы.

**План
диагностической работы по физической культуре
для обучающихся 6-х классов**

Используются следующие условные обозначения:

Тип задания: ВО – задание с выбором ответа, КО – задание с кратким ответом.

| № задания | Проверяемые элементы содержания | Тип задания | Макс. балл |
|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|------------|
| 1 | Роль физической культуры в профилактике утомления и переутомления | ВО | 1 |
| 2 | Слагаемые здорового образа жизни обучающихся | ВО | 1 |
| 3 | Реакция систем организма на физические нагрузки, дозировка упражнений | ВО | 1 |
| 4 | Основные приемы самоконтроля | ВО | 1 |
| 5 | Олимпийские игры | ВО | 1 |
| 6 | Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) | ВО | 1 |
| 7 | Профилактика травматизма при занятиях физическими упражнениями, оказание первой помощи при получении травмы | ВО | 1 |
| 8 | Самостоятельное занятие физической культурой для профилактики правильной осанки | КО | 2 |
| 9 | Способы двигательной деятельности, спортивный инвентарь и оборудование | ВО | 1 |
| 10 | Физические качества (быстрота, сила и т.д.) | ВО | 1 |
| 11 | Элементы техники легкой атлетики, волейбола | ВО | 1 |
| 12 | Элементов гимнастики с основами акробатики | КО | 2 |
| 13 | Элементы баскетбола и коммуникативные действия игроков | КО | 2 |
| 14 | Способы передвижений в лыжной подготовке, в плавании | КО | 2 |
| 15 | Способы измерения показателей физического развития и физической подготовленности | КО | 2 |
| Итого: | | | 20 |

Приложение 2

Демонстрационный вариант диагностической работы по ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ для обучающихся 6 классов

- 1** Роль физической культуры в профилактике утомления заключается
- 1) в умении восстанавливаться после физической нагрузки
 - 2) в увеличении нагрузки
 - 3) в выполнении правильной техники упражнений
 - 4) в изменении дозировки упражнений
- 2** К слагаемым здорового образа жизни относится
- 1) знание физических упражнений
 - 2) прилежное отношение к учебе
 - 3) совокупность форм и способов жизнедеятельности личности, укрепляющая адаптивные возможности организма
 - 4) сочетание субъективных и объективных факторов развития личности
- 3** Реакция систем организма на физические нагрузки может определяться
- 1) по уровню внимания
 - 2) по показателям пульса
 - 3) по двигательной активности
 - 4) по отношению к работе
- 4** К приемам самоконтроля физического развития относятся измерения
- 1) роста, веса, жизненной ёмкости лёгких, динамометрии
 - 2) частоты сердечных сокращений, артериального давления, температуры тела
 - 3) окружности грудной клетки, окружности бицепса, окружности бедра
 - 4) длины туловища, ширины плеч, диаметра головы
- 5** В каком году состоялись первые Олимпийские игры древности?
- 1) в 856 г. д. н.э.
 - 2) в 685 г. д. н.э.
 - 3) в 937 г. д. н.э.
 - 4) в 776 г. д. н.э.
- 6** Какое количество ступеней включает ВФСК ГТО?
- 1) 6 ступеней
 - 2) 9 ступеней
 - 3) 11 ступеней
 - 4) 15 ступеней

- 7** Какое действие первой помощи необходимо выполнить прежде всего при ушибе какой-либо части тела о твердую поверхность?
- 1) приложить холод на место ушиба
 - 2) согреть место ушиба
 - 3) обработать ушибленное место йодом
 - 4) наложить шину

- 8** Установите соответствие между физическими упражнениями и физическими качествами, которые они развивают в наибольшей степени: для каждой позиции из первого столбца подберите соответствующую позицию из второго столбца.

| ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ | ФИЗИЧЕСКИЕ КАЧЕСТВА |
|--------------------------------------------------------------|---------------------|
| А) прыжки через скакалку в максимальном темпе | 1) сила |
| Б) прыжок в длину с места | 2) быстрота |
| В) передвижение на лыжах на дистанцию 1,5 – 2 км | 3) ловкость |
| Г) касание пола ладонями при наклоне вперед с прямыми ногами | 4) гибкость |
| | 5) выносливость |

Запишите в таблицу выбранные цифры под соответствующими буквами.

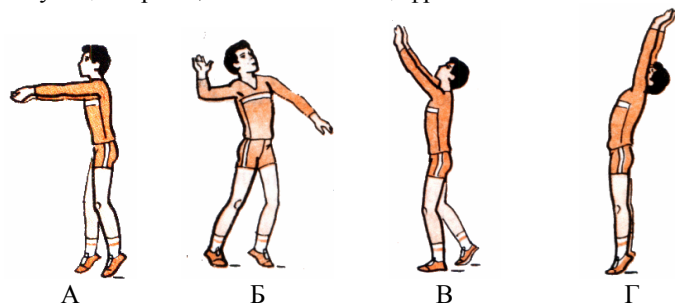
| | А | Б | В | Г |
|---------------|---|---|---|---|
| Ответ: | | | | |

- 9** Рассмотрите изображения и укажите, что из представленного является спортивным инвентарём.



- 10** Целенаправленное развитие физических качеств, которые требуются для освоения и выполнения различных видов деятельности, называется
- 1) физической подготовкой
 - 2) физической культурой
 - 3) физическим совершенствованием
 - 4) физической подготовленностью

11 Установите соответствие между картинкой и техническим приёмом в волейболе: для каждого рисунка, обозначенного буквой, подберите соответствующий приём, обозначенный цифрой.



ТЕХНИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ

- 1) передача мяча назад
- 2) прием мяча сверху
- 3) прием мяча снизу
- 4) верхняя прямая подача

Запишите в таблицу выбранные цифры под соответствующими буквами.

| | | | | |
|---------------|----------|----------|----------|----------|
| | А | Б | В | Г |
| Ответ: | | | | |

12 Как называется положение на гимнастическом снаряде (перекладине), при котором плечи находятся ниже уровня хвата?

- 1) сед
- 2) упор
- 3) хват сверху
- 4) вис

13 Выберите **четыре** элемента техники, относящиеся к игре в баскетбол.

- 1) ловля мяча
- 2) прием мяча
- 3) дриблинг
- 4) бросок двумя руками сверху
- 5) подача снизу
- 6) передача мяча одной рукой от плеча

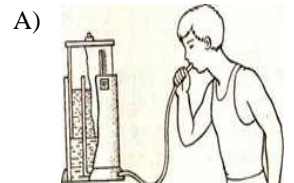
14 Выберите **три** правильных элемента ответа. Какие способы подъема в гору применяются в лыжных гонках?

- 1) ёлочкой
- 2) полулесенкой
- 3) лесенкой
- 4) полуёлочкой
- 5) боком

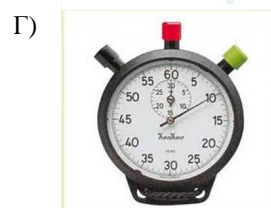
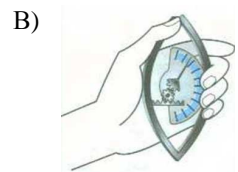
15 Установите соответствие между изображениями приборов для диагностики и их названиями: для каждого изображения, обозначенного буквой, подберите соответствующее название, обозначенное цифрой.

ИЗОБРАЖЕНИЯ ПРИБОРОВ

НАЗВАНИЯ ПРИБОРОВ



- 1) тонометр (АД)
- 2) секундомер (ЧСС)
- 3) динамометр (СК)
- 4) водяной спирометр (ЖЕЛ)



Запишите в таблицу номера выбранных ответов под соответствующими буквами.

| | | | | |
|---------------|----------|----------|----------|----------|
| | А | Б | В | Г |
| Ответ: | | | | |

Ответы для заданий с кратким ответом и с выбором ответа

| Номер задания | Ответ | Балл |
|---------------|-------|------|
| 1 | 1 | 1 |
| 2 | 3 | 1 |
| 3 | 2 | 1 |
| 4 | 1 | 1 |
| 5 | 4 | 1 |
| 6 | 3 | 1 |
| 7 | 1 | 1 |
| 8 | 2154 | 2 |
| 9 | 2 | 1 |
| 10 | 1 | 1 |
| 11 | 3421 | 2 |
| 12 | 4 | 1 |
| 13 | 1346 | 2 |
| 14 | 134 | 2 |
| 15 | 4312 | 2 |