

СОГЛАСОВАНО
Протокол заседания секции
учителей физической культуры
РУМО
от 21.12.2023 г. № 4

УЧЕБНЫЙ ПРЕДМЕТ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Изучение учебного предмета «Физическая культура» на уровне начального общего образования (далее – НОО), на уровне основного общего образования (далее – ООО) и на уровне среднего общего образования (далее – СОО) направлено на достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов освоения учебного предмета, которые отражены в федеральных рабочих программах учебного предмета «Физическая культура»:

- «Физическая культура» (1-4 классы) https://edsoo.ru/wp-content/uploads/2023/09/frp-fizkultura-1-4_klassy-1.pdf;
- «Физическая культура» (5-9 классы) https://edsoo.ru/wp-content/uploads/2023/09/frp-fizicheskaya-kultura_5-9-klassy.pdf;
- «Физическая культура» (10-11 классы) https://edsoo.ru/wp-content/uploads/2023/09/frp-fizicheskaya-kultura_10-11-klassy.pdf.

Формирование единых подходов к оценке предметных результатов по учебному предмету «Физическая культура»

Планируемые предметные результаты формируются за счет освоения обучающимися содержания учебного предмета «Физическая культура» и отражаются непосредственно в предметных учебных действиях, проявляющихся через умения использовать учебные знания о физической культуре, способы деятельности в организации самостоятельных занятий, выполнение тестовых заданий по физическому совершенству и подготовку к сдаче нормативов комплекса ГТО.

При оценивании предметных результатов учителям физической культуры необходимо уделять внимание регулярной проверке техники выполнения двигательных умений и навыков, так как учебный предмет «Физическая культура» направлен на развитие двигательных умений и навыков и имеет большую практическую значимость.

Основными объектами проверки и оценки успеваемости на уроках физической культуры являются следующие:

- теоретические сведения по физической культуре;

- способы самостоятельной деятельности;
- двигательные умения и навыки, которыми обучающиеся овладевают на уроках физической культуры;
- уровень развития основных физических качеств.

Преподавание учебного предмета «Физическая культура» возможно по одному из двух вариантов. Варианты представлены в таблице 1.

Таблица 1

Вариант	Количество часов	
	Всего часов	В неделю, часов
1	99 часов (1 классы), 102 часа (2-11 классах)	3 часа
2	66 часов (1 классы), 68 часов (2-11 классах) <i>(Примечание: 1 час реализуется на занятиях внеурочной деятельности)</i>	2 часа

В таблице 2 представлено распределение количества контрольных мероприятий по классам в зависимости от выбора варианта планирования.

Таблица 2

**Количество контрольных мероприятий по учебному предмету
«Физическая культура»**

Класс	2 ч в неделю, 68 часов; 1 класс-66 часов		3 ч в неделю, 102 часа; 1 класс- 99 часов	
	Всего контрольных мероприятий	В том числе письменный тест	Всего контрольных мероприятий	В том числе письменный тест
1	7	-	8	-
2	7	-	9	-
3	7	-	9	-
4	7	1	9	1
5	7	-	9	-
6	7	-	9	-
7	7	-	9	-
8	7	-	9	-
9	7	1	9	1
10	7	-	9	-
11	7	1	9	1

В приложениях 1 и 2 представлено содержание контрольных мероприятий, которые оцениваются в обязательном порядке у каждого обучающегося, по четвертям и классам.

При разработке контрольных мероприятий в рамках учебного года особое внимание следует уделять проверке двигательных умений и навыков – важной составной части процесса образования школьников в области физической культуры, которая помогает учителю своевременно

выяснять степень усвоения обучающимися изученного материала и определять, насколько обучение было успешным. В свою очередь, оценивание успеваемости помогает также ученикам понять, осознать и исправить допущенные ими ошибки, лучше и быстрее овладеть отдельными темами и разделами учебной программы.

Предметные результаты отражаются в приобретении обучающимися опыта двигательной деятельности, проявляющегося в умении осваивать, закреплять и совершенствовать физические упражнения разной функциональной направленности, использовать их в самостоятельных занятиях с учетом индивидуальных интересов и потребностей.

Рекомендуется проводить контрольную оценку предметных результатов обучающихся на основе оценки овладения школьниками двигательных умений и навыков по видам движений, имеющим количественные показатели (прыжки, метания и др.). Проводить оценивание качества усвоения техники движения и определять результативность следует в соответствии с возрастом обучающихся основной группы здоровья.

При оценке выполнения техники движения принимаются во внимание следующие показатели:

- правильность выполнения движения, его соответствие биомеханическим характеристикам эталонной техники;
- сохранение техники движения при известных количественных показателях (для видов движений, по которым предусмотрены учебные нормативы);
- степень сформированности знания и понимания сущности проверяемого движения.

По степени отклонения от правильного выполнения движения условно различают незначительные, значительные и грубые ошибки.

Незначительные ошибки – это небольшие отступления от техники движения, отклонения в отдельных деталях (элементах) движения, которые не нарушают структуру самого движения.

К значительным ошибкам относятся отклонения в технике, которые несколько изменяют биомеханическую структуру самого движения.

Грубые ошибки нарушают целостную структуру движения или отдельных его элементов.

Единые критерии оценивания контрольных мероприятий

Отметка «5» выставляется, если движение выполнено правильно, без ошибок, с сохранением требуемой структуры движения, легко, уверенно, с надлежащим ритмом. При этом ученик понимает сущность движения, его назначение, умеет разобраться в его частях и элементах, объяснить, как оно выполняется, может определить и исправить ошибки, допускаемые другими учениками, в соответствующих движениях уверенно выполнить учебный норматив.

Отметка «4» выставляется, если движение или отдельные его

элементы выполнены правильно, с соблюдением основных требований, уверенно, легко, слитно, в надлежащем ритме, но в то же время допущено не более двух незначительных ошибок.

Отметка «3» выставляется, если движение или отдельные его элементы выполнены в основном правильно, но с некоторой скованностью движений и неуверенностью, наличием одной или двух значительных ошибок или до четырёх мелких, незначительных. При этом техника движения при выполнении учебного норматива физической подготовки сохраняется на удовлетворительном уровне и сам норматив успешно выполняется.

Отметка «2» выставляется, если движение или отдельные его элементы выполнены неправильно, допущено более двух значительных ошибок или одна грубая, приводящая к срыву в выполнении самого движения и невыполнению норматива.

В целях усиления мотивационной составляющей к изучению учебного предмета и подготовке обучающихся к выполнению комплекса ГТО в структуру ФООП в предмет «Физическая культура» в раздел «Физическое совершенствование» введён новый модуль для подготовки к сдаче нормативов ГТО. Поэтому для практических контрольных мероприятий по учебному предмету «Физическая культура» целесообразно использовать тесты испытаний ФК ГТО в соответствии с возрастом обучающихся и применять нормативы тестов ГТО для оценивания предметных результатов обучающихся основной группы здоровья (Постановление Правительства РФ от 11 июня 2014 г. № 540 «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)» (с изменениями и дополнениями).

В приказе Министерства спорта РФ от 22 февраля 2023 г. № 117 «Об утверждении государственных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» определены нормативы испытаний (тестов) согласно возрасту.

Соответственно **норматив** теста золотого нагрудного знака ГТО соответствует отметке «5»; серебряного – отметке «4»; бронзового – отметке «3». Отметке «2» соответствуют итоги тестирования ниже нормативов бронзового нагрудного знака.

Единые критерии оценивания итогового письменного теста на знание теоретического материала по предмету

Для определения уровня теоретических знаний обучающихся по учебному предмету «Физическая культура» по окончании 4 класса, 9 класса, 11 класса предусмотрены итоговые письменные тесты.

Тесты составляются учителем-предметником на основе изученного теоретического материала учебника по учебному предмету «Физическая культура».

Для обучающихся 4 класса итоговый тест состоит из 10 вопросов, для

обучающихся 9-го и 11-го классов – из 15 вопросов. Продолжительность тестирования составляет от 15 до 20 минут урочного времени.

При оценивании выполнения заданий в форме итогового теста по учебному предмету «Физическая культура» рекомендуется руководствоваться следующими критериями оценивания:

- **отметка «5»** ставится, если ученик выполнил все задания верно;
- **отметка «4»** ставится, если ученик выполнил правильно не менее 3/4 заданий;
- **отметка «3»** ставится за работу, в которой правильно выполнено не менее половины заданий;
- **отметка «2»** ставится за работу, в которой правильно выполнено менее половины заданий.

Распределение содержания контрольных мероприятий по четвертям и классам представлено в таблице 3 и 4.

Таблица 3

**Распределение содержания контрольных мероприятий по четвертям и классам
(2 часа в неделю, 68 часов; 1 класс – 66 часов)**

Класс	1-я четверть	2-я четверть	3-я четверть	4-я четверть
1	1. Бег на 30м (сек). 2. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (м).	1. Поднимание туловища из положения лёжа на спине (кол-во раз за 30 сек).	1. Метание теннисного мяча в цель с 5м (кол-во попаданий). 2. Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье (см).	1. Челночный бег 3х10м (сек). 2. Шестиминутный бег (м).
2	1. Бег на 30м (сек). 2. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (м).	1. Подъёмы туловища из положения лёжа на спине (кол-во раз за 30 сек).	1. Метание теннисного мяча в цель с 5м (кол-во попаданий). 2. Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье (см).	1. Челночный бег 3х10м (сек). 2. Смешанное передвижение 1000м (мин., сек).
3	1. Бег на 30м (сек). 2. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (м).	1. Подъёмы туловища из положения лёжа на спине (кол-во раз за 1 минуту).	1. Метание теннисного мяча в цель с 5м (кол-во попаданий). 2. Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье (см).	1. Челночный бег 3х10м (сек). 2. Бег 1000м (мин., сек).
4	1. Бег на 30м (сек). 2. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (м).	1. Подъёмы туловища из положения лёжа на спине (кол-во раз за 1 минуту).	1. Метание теннисного мяча в цель с 5м (кол-во попаданий). 2. Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье (см).	1. Итоговый письменный тест на знание теоретического материала по предмету (уровень НОО). 2. Бег 1000м (мин., сек).
5-6	1. Бег на 30м (сек). 2. Прыжок в длину с места	1. Подъёмы туловища из положения лёжа на	1. Отжимание в упоре лёжа (кол-во раз).	1. Челночный бег 3х10м (сек)

	толчком двумя ногами (м).	спине (кол-во раз за 1 минуту).	2. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (см).	2. Бег 1500м (мин.сек)
7-8	1. Бег на 60м (сек). 2. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (м).	1. Подъемы туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 минуту).	1. Подтягивание из виса лежа на перекладине 90 см (кол-во раз). 2. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (см).	1. Челночный бег 3х10м (сек). 2. Бег 2000м (мин., сек).
9	1. Бег на 60м (сек). 2. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (м).	1. Подъемы туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 минуту).	1. Подтягивание из виса лежа на перекладине 90 см (кол-во раз). 2. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (см).	1. Итоговый письменный тест на знание теоретического материала по предмету (уровень ООО). 2. Бег 2000м (мин., сек).
10	1. Бег на 60м (сек). 2. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (м).	1. Подъемы туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 минуту).	1. Отжимание в упоре лежа (кол-во раз). 2. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (см).	1. Бег 100 м (мин., сек). 2. Бег 2000м (мин., сек).
11	1. Бег на 60м (сек). 2. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (м).	1. Подъемы туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 минуту).	1. Отжимание в упоре лежа (кол-во раз). 2. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (см).	1. Итоговый письменный тест на знание теоретического материала по предмету (уровень СОО). 2. Бег 2000м (мин., сек).

Таблица 4

**Распределение содержания контрольных мероприятий по четвертям и классам
(3 ч в неделю, 102 часа; 1класс- 99 часов)**

Класс	1-я четверть	2-я четверть	3-я четверть	4-я четверть
1	1. Бег на 30м (сек.). 2. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (м).	1. Поднимание туловища из положения лёжа на спине (кол-во раз за 30 сек.).	1. Метание теннисного мяча в цель с 5м (кол-во попаданий). 2. Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи, см). 3. Ходьба на лыжах (м)*.	1. Челночный бег 3х10м (сек.). 2. Шестиминутный бег (м).
<i>*Ходьбу на лыжах можно заменить на бросок набивного мяча (1кг) двумя руками из-за головы из исходного положения ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу (см).</i>				
2	1. Бег на 30м (сек.). 2. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см).	1. Поднимание туловища из положения лёжа на спине (кол-во раз за 1мин). 2. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (кол-во раз).	1. Метание теннисного мяча в цель с 6м (кол-во попаданий). 2. Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи, см). 3. Бег на лыжах на 1 км (мин., сек.)*.	1. Челночный бег 3х10м (сек.). 2. Смешанное передвижение 1000м (мин., сек.).
<i>*Бег на лыжах можно заменить на бросок набивного мяча (1кг) двумя руками из-за головы из исходного положения ноги на ширине плеч, мяч в руках внизу (см)</i>				
3	1. Бег на 30м (сек.). 2. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (м).	1. Поднимание туловища из положения лёжа на спине (кол-во раз за 1мин). 2. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу	1. Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи, см). 2. Бег на лыжах на 1 км	1. Челночный бег 3х10м (сек.). 2. Бег 1000м (мин./сек.). 3. Метание мяча весом 150г (м).

		(кол-во раз).	(мин., сек.)*.	
<i>*Бег на лыжах можно заменить на подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90 см (количество раз)</i>				
4	1. Бег на 30м (сек.). 2. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (м).	1. Поднимание туловища из положения лёжа на спине (кол-во раз за 1мин). 2. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (кол-во раз).	1. Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи, см). 2. Бег на лыжах на 1 км (мин., сек.)*.	1. Итоговый письменный тест на знание теоретического материала по предмету (уровень НОО). 2. Бег 1000м (мин., сек.). 3. Челночный бег 3х10м (сек.).
<i>*Бег на лыжах можно заменить на подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90 см (количество раз)</i>				
5-6	1. Бег на 30м (сек.). 2. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (м).	1. Поднимание туловища из положения лёжа на спине (кол-во раз за 1мин). 2. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (кол-во раз).	1. Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи, см). 2. Бег на лыжах на 1 км (мин., сек.)*.	1. Бег 1000м (мин., сек.). 2. Челночный бег 3х10м (сек.). 3. Метание мяча весом 150г (м).
<i>*Бег на лыжах можно заменить на подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90 см (количество раз)</i>				
7-8	1. Бег на 30м (сек.). 2. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (м).	1. Поднимание туловища из положения лёжа на спине (кол-во раз за 1мин). 2. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (кол-во раз).	1. Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи, см). 2. Бег на лыжах на 2 км (мин., сек.)*.	1. Бег 1500м (мин., сек.). 2. Челночный бег 3х10м (сек.). 3. Метание мяча весом 150г (м).
<i>*Бег на лыжах можно заменить на подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90 см (количество раз)</i>				
9	1. Бег на 60м (сек.). 2. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (м).	1. Поднимание туловища из положения лёжа на спине (кол-во раз за 1 мин). 2. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу	1. Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90 см (кол-во раз). 2. Наклон вперёд из положения стоя на	1. Итоговый письменный тест на знание теоретического материала по предмету (уровень ООО). 2. Бег 2000м (мин., сек.). 3. Метание мяча весом 150г (м).

		(количество раз).	гимнастической скамье (от уровня скамьи, см). 3. Бег на лыжах на 3 км (мин., сек.)*.	
<i>*Бег на лыжах можно заменить на челночный бег 3х10м (сек).</i>				
10	1. Бег на 60м (сек.). 2. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (м).	1. Поднимание туловища из положения лёжа на спине (кол-во раз за 1мин). 2. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (кол-во раз).	1. Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90 см /подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз). 2. Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи, см). 3. Бег на лыжах на 3/5км (мин, сек)*.	1. Бег 2000м /3000м (мин., сек.). 2. Метание спортивного снаряда весом 500/700 г (м).
11	1. Бег на 60м (сек.). 2. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (м).	1. Поднимание туловища из положения лёжа на спине (кол-во раз за 1мин). 2. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (количество раз).	1. Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90 см /подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз). 2. Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи, см). 3. Бег на лыжах на 3/5км (мин., сек.)*.	1. Итоговый письменный тест на знание теоретического материала по предмету (уровень СОО). 2. Бег 2000м /3000м (мин., сек.).
<i>*Бег на лыжах можно заменить на челночный бег 3х10м(сек).</i>				