

**Контрольная работа по физической культуре
8 (автономный) класс, 3 модуль**

Цель: оценка учебных достижений за 3 модуль по разделам «Спортивные и подвижные игры», «Лыжная подготовка»

Фамилия Имя _____

Класс _____

Разделы: «Спортивные и подвижные игры»; «Лыжная подготовка».

Задание: необходимо ответить на два теоретических вопроса и выполнить два практических задания в течение 40 минут.

Количество баллов:

9-10 баллов – отметка «5»

8-7 баллов – отметка «4»

6-5 баллов – отметка «3»

4 и меньше баллов – отметка «2»

Теоретический этап

1. Задание

Ответь на вопрос. Какие температурные нормы предусмотрены для занятий на лыжах?

Критерии оценки

Критерии	Максимальный балл – 2 балла	Мой балл
<i>Могу назвать температурные нормы для занятий на лыжах, от чего зависят</i>	<i>1 балл</i>	
<i>Могу назвать температурные нормы для занятий на лыжах с учетом своего возраста, климатической зоны, скорости ветра</i>	<i>2 балла</i>	

2. Задание

Ответь на вопрос. Какие предусмотрены наказания при нарушениях правил в волейболе?

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

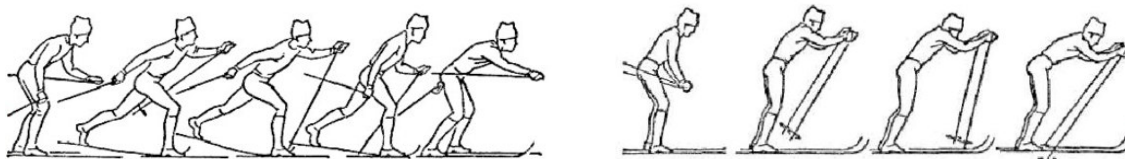
Критерии оценки

Критерии	Максимальный балл - 2 балла	Мой балл
<i>Могу привести один, два примера</i>	<i>1 балл</i>	
<i>Могу привести три, четыре примера</i>	<i>2 балла</i>	

Практический этап

3. Задание

Преодолей 250 м. на лыжах в быстром темпе, сочетая попеременный и одновременный ходы.



Критерии оценки

Критерии	Максимальный балл – 3 балла	Мой балл
<i>Могу преодолеть 250 м., с потерей скорости, с ошибками при выполнении ходов</i>	<i>1 балл</i>	
<i>Могу преодолеть 250 м., не снижая скорости, с ошибками при выполнении ходов</i>	<i>2 балл</i>	
<i>Могу преодолеть 250 м., не снижая скорости, сочетая попеременный и одновременный ходы</i>	<i>3 балл</i>	

4. Задание

Выполни прием волейбольного мяча двумя руками снизу и передачу мяча двумя руками сверху после перемещений.

Критерии оценки

Критерии	Максимальный балл – 3 балла	Мой балл
<i>Могу выполнить передачу и прием мяча после перемещений с падением мяча или не точным выполнением (не более 2х ошибок)</i>	<i>1 балл</i>	
<i>Могу выполнить передачу и прием мяча после перемещений с падением мяча или не точным выполнением (не более 1й ошибки)</i>	<i>2 балла</i>	
<i>Могу выполнить передачу и прием мяча после перемещений (без падения мяча и точным выполнением) 4 и более раза</i>	<i>3 балла</i>	

Максимальный балл: 10 баллов

Мой балл: _____

Отметка: _____