

**Контрольно-измерительный материал
для проведения промежуточной аттестации обучающихся 6 класса
по учебному предмету «Физическая культура»
(демоверсия)**

Форма проведения: итоговое тестирование (сдача нормативов)

Включает в себя сдачу следующих нормативов:

- бег 30 м,
- челночный бег 3*10 м,
- прыжок в длину с места,
- бег 1000 м,
- наклон из положения сидя,
- подтягивание на высокой перекладине – мальчики
- сгибание и разгибание рук в упоре лежа - девочки.

Время и способы выполнения работы.

Нормативы практической части промежуточной аттестации сдаются учащимися в течение четвертой четверти согласно расписанию уроков.

Критерии оценивания уровня физической подготовленности учащихся.

Итоговая отметка определяется средним баллом.

Нормативы		6класс		
		«5»	«4»	«3»
Бег 30м (сек)	м	4,9	5,5	6,1
	д	5,1	5,7	6,3
Челн бег 3х10м сек)	м	8,2	8,8	9,4
	д	8,4	9	9,6
Прыжки с места см)	м	180	160	140
	д	170	150	130
Наклоны (см)	м	9	5	2
	д	11	6	3
Подтягивание (кол-во)	м	7	5	4
Отжимание	д	10	5	2
Пресс 1мин (к-во)	м	38	33	28
	д	33	28	23
1000м (м/с)	м	4,30	5,30	6,30
	д	5,00	6,00	7,00