

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 11» г. Альметьевска Республики Татарстан

«Рассмотрено»

Руководитель ШМО
_____/ Минханова Л.М.

Протокол № ____ от
« ____ » 2025 г.

«Согласовано»

Заместитель
директора по УР
МБОУ «СОШ №11»
_____/Талипова Л.Н.
« ____ » 2025 г.

«Утверждено»

Директор МБОУ «СОШ №11»
_____/Р.Р.Беляева

Приказ № ____ от
« ____ » 2025 г.

Промежуточная аттестационная работа

По предмету физическая культура

Класс 1 а, б, в
 2 а, б, в
 3 а, б, в
 4 а, б, в
 5 а, б, в, г
 6 а, б, в, г
 7 а, б, в
 8 а, б, в
 9 а, б, в
 10 а
 11 а

«Принято»

Педагогическим советом

Протокол № ____ от « ____ » 2025 г.

2025 - 2026 учебный год

**Промежуточная аттестация за курс 1 класса по физической культуре в форме зачета:
«Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)»**

Цель работы – осуществить объективную индивидуальную оценку учебных достижений по физической культуре, а также сформированности некоторых учебных действий.

Планируемые результаты

Выполнять нормативы физической подготовки.

Выявлять особенности в приросте показателей физического развития в течении учебного года, сравнивать их с возрастными стандартами.

Метапредметные результаты

- готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности;
- освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ;
- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию по физической культуре, получаемую из различных источников.

Спецификация

Исходное положение руки за головой, пальцы в замок, ноги согнуть в коленях, ступни закреплены. Фиксируется количество выполненных упражнений до касания локтями коленей в одной попытке за 60 секунд.

Нормативы

Испытания (зачет)	нормативы					
	мальчики			девочки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)	30	26	18	18	15	13

**Промежуточная аттестация за курс 2 класса по физической культуре в форме зачета:
«Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)»**

Цель работы – осуществить объективную индивидуальную оценку учебных достижений по физической культуре, а также сформированности некоторых учебных действий.

Планируемые результаты

Выполнять нормативы физической подготовки.

Выявлять особенности в приросте показателей физического развития в течении учебного года, сравнивать их с возрастными стандартами.

Метапредметные результаты

- готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности;
- освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ;
- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию по физической культуре, получаемую из различных источников.

Спецификация

Исходное положение руки за головой, пальцы в замок, ноги согнуть в коленях, ступни закреплены. Фиксируется количество выполненных упражнений до касания локтями коленей в одной попытке за 60 секунд.

Нормативы

Испытания (зачет)	нормативы					
	мальчики			девочки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)	23	21	19	28	26	24

**Промежуточная аттестация за курс 3 класса по физической культуре в форме зачета:
«Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)»**

Цель работы – осуществить объективную индивидуальную оценку учебных достижений по физической культуре, а также сформированности некоторых учебных действий.

Планируемые результаты

Выполнять нормативы физической подготовки.

Выявлять особенности в приросте показателей физического развития в течении учебного года, сравнивать их с возрастными стандартами.

Метапредметные результаты

- готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности;
- освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ;
- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию по физической культуре, получаемую из различных источников.

Спецификация

Исходное положение руки за головой, пальцы в замок, ноги согнуть в коленях, ступни закреплены. Фиксируется количество выполненных упражнений до касания локтями коленей в одной попытке за 60 секунд.

Нормативы

Испытания (зачет)	нормативы					
	мальчики			девочки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)	25	23	21	30	28	26

**Промежуточная аттестация за курс 4 класса по физической культуре в форме зачета:
«Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)»**

Цель работы – осуществить объективную индивидуальную оценку учебных достижений по физической культуре, а также сформированности некоторых учебных действий.

Планируемые результаты

Выполнять нормативы физической подготовки.

Выявлять особенности в приросте показателей физического развития в течении учебного года, сравнивать их с возрастными стандартами.

Метапредметные результаты

- готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности;
- освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ;
- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию по физической культуре, получаемую из различных источников.

Спецификация

Исходное положение руки за головой, пальцы в замок, ноги согнуть в коленях, ступни закреплены. Фиксируется количество выполненных упражнений до касания локтями коленей в одной попытке за 60 секунд.

Нормативы

Испытания (зачет)	нормативы					
	мальчики			девочки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)	28	25	23	33	30	28

**Промежуточная аттестация за курс 5 класса по физической культуре в форме зачета:
«Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)»**

Цель работы – осуществить объективную индивидуальную оценку учебных достижений по физической культуре, а также сформированности некоторых учебных действий.

Планируемые результаты

Выполнять нормативы физической подготовки.

Выявлять особенности в приросте показателей физического развития в течении учебного года, сравнивать их с возрастными стандартами.

Метапредметные результаты

- готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности;
- освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ;
- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию по физической культуре, получаемую из различных источников.

Спецификация

Исходное положение руки за головой, пальцы в замок, ноги согнуть в коленях, ступни закреплены. Фиксируется количество выполненных упражнений до касания локтями коленей в одной попытке за 60 секунд.

Нормативы

Испытания (зачет)	нормативы					
	мальчики			девочки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)	39	33	27	28	23	20

**Промежуточная аттестация за курс 6 класса по физической культуре в форме зачета:
«Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)»**

Цель работы – осуществить объективную индивидуальную оценку учебных достижений по физической культуре, а также сформированности некоторых учебных действий.

Планируемые результаты

Выполнять нормативы физической подготовки.

Выявлять особенности в приросте показателей физического развития в течении учебного года, сравнивать их с возрастными стандартами.

Метапредметные результаты

- готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности;
- освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ;
- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию по физической культуре, получаемую из различных источников.

Спецификация

Исходное положение руки за головой, пальцы в замок, ноги согнуть в коленях, ступни закреплены. Фиксируется количество выполненных упражнений до касания локтями коленей в одной попытке за 60 секунд.

Нормативы

Испытания (зачет)	нормативы					
	мальчики			девочки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)	40	35	25	35	30	20

**Промежуточная аттестация за курс 7 класса по физической культуре в форме зачета:
«Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)»**

Цель работы – осуществить объективную индивидуальную оценку учебных достижений по физической культуре, а также сформированности некоторых учебных действий.

Планируемые результаты

Выполнять нормативы физической подготовки.

Выявлять особенности в приросте показателей физического развития в течении учебного года, сравнивать их с возрастными стандартами.

Метапредметные результаты

- готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности;
- освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ;
- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию по физической культуре, получаемую из различных источников.

Спецификация

Исходное положение руки за головой, пальцы в замок, ноги согнуть в коленях, ступни закреплены. Фиксируется количество выполненных упражнений до касания локтями коленей в одной попытке за 60 секунд.

Нормативы

Испытания (зачет)	нормативы					
	мальчики			девочки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)	45	40	35	38	33	25

**Промежуточная аттестация за курс 8 класса по физической культуре в форме зачета:
«Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)»**

Цель работы – осуществить объективную индивидуальную оценку учебных достижений по физической культуре, а также сформированности некоторых учебных действий.

Планируемые результаты

Выполнять нормативы физической подготовки.

Выявлять особенности в приросте показателей физического развития в течении учебного года, сравнивать их с возрастными стандартами.

Метапредметные результаты

- готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности;
- освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ;
- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию по физической культуре, получаемую из различных источников.

Спецификация

Исходное положение руки за головой, пальцы в замок, ноги согнуть в коленях, ступни закреплены. Фиксируется количество выполненных упражнений до касания локтями коленей в одной попытке за 60 секунд.

Нормативы

Испытания (зачет)	нормативы					
	мальчики			девочки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)	48	43	38	38	33	25

**Промежуточная аттестация за курс 9 класса по физической культуре в форме зачета:
«Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)»**

Цель работы – осуществить объективную индивидуальную оценку учебных достижений по физической культуре, а также сформированности некоторых учебных действий.

Планируемые результаты

Выполнять нормативы физической подготовки.

Выявлять особенности в приросте показателей физического развития в течении учебного года, сравнивать их с возрастными стандартами.

Метапредметные результаты

- готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности;
- освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ;
- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию по физической культуре, получаемую из различных источников.

Спецификация

Исходное положение руки за головой, пальцы в замок, ноги согнуть в коленях, ступни закреплены. Фиксируется количество выполненных упражнений до касания локтями коленей в одной попытке за 60 секунд.

Нормативы

Испытания (зачет)	нормативы					
	мальчики			девочки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)	50	45	40	40	35	26

Промежуточная аттестация за курс 10 класса по физической культуре в форме зачета: «Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)»

Цель работы – осуществить объективную индивидуальную оценку учебных достижений по физической культуре, а также сформированности некоторых учебных действий.

Планируемые результаты

Выполнять нормативы физической подготовки.

Выявлять особенности в приросте показателей физического развития в течении учебного года, сравнивать их с возрастными стандартами.

Метапредметные результаты

- готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности;
- освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ;
- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию по физической культуре, получаемую из различных источников.

Спецификация

Исходное положение руки за головой, пальцы в замок, ноги согнуть в коленях, ступни закреплены. Фиксируется количество выполненных упражнений до касания локтями коленей в одной попытке за 60 секунд.

Нормативы

Испытания (зачет)	нормативы					
	мальчики			девочки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)	52	47	42	40	35	30

Промежуточная аттестация за курс 11 класса по физической культуре в форме зачета: «Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)»

Цель работы – осуществить объективную индивидуальную оценку учебных достижений по физической культуре, а также сформированности некоторых учебных действий.

Планируемые результаты

Выполнять нормативы физической подготовки.

Выявлять особенности в приросте показателей физического развития в течении учебного года, сравнивать их с возрастными стандартами.

Метапредметные результаты

- готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности;
- освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ;
- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию по физической культуре, получаемую из различных источников.

Спецификация

Исходное положение руки за головой, пальцы в замок, ноги согнуть в коленях, ступни закреплены. Фиксируется количество выполненных упражнений до касания локтями коленей в одной попытке за 60 секунд.

Нормативы

Испытания (зачет)	нормативы					
	мальчики			девочки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 минуту)	55	49	45	42	36	30



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат: 1FF27D00FBB1F0A8440216C1F7C10CAB

Владелец: Беляева Рузина Ризовна

Действителен с 30.09.2024 до 30.12.2025

ЭЛЕКТРОННЫЙ
ТАТАРСТАН

Лист согласования к документу № 150 от 31.10.2025
Инициатор согласования: Беяева Р.Р. Директор
Согласование инициировано: 31.10.2025 08:51

Лист согласования			Тип согласования: последовательное	
N°	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Беяева Р.Р.		 Подписано 31.10.2025 - 08:51	-