

ПРОМІЖНА ПІДСУМКОВА РОБОТА

7 клас, I семестр

ОЦІНЮВАННЯ РОБОТИ

Загальна характеристика роботи

Проміжна підсумкова робота складається з двох субтестів — А та В.

Субтест А складається з блоків I — II і містить **4 завдання** різних типів.

Субтест В містить **1 практичне завдання**.

Деякі завдання необхідно виконувати, використовуючи реальне обладнання, планувати й здійснювати, планувати й здійснювати показ, обґрунтовувати обраний варіант діяльності. Інші завдання передбачають надання відповіді шляхом вибору однієї відповіді, а також надавати пояснення до певних дій чи виборів з варіантів відповідей.

Різновиди завдань у роботі

Різновид	№ завдання	Оцінювання
Завдання з вибором однієї правильної відповіді	2-3	Кожне завдання оцінюється за принципом “все або нічого”: учень отримує вказану в таблиці “Бланк оцінювання за групами результатів” (далі – табл.) кількість балів за правильну відповідь (обрано правильний варіант серед наведених) у відповідній групі результатів або отримує 0 У завданні 2 - правильна відповідь “А”, у завданні 3 - правильна відповідь “Б”.
Завдання з розгорнутою короткою відповіддю	1	Це завдання оцінюється за принципом “все або нічого”: учень отримує вказану в таблиці “Бланк оцінювання за групами результатів” (далі – табл.) кількість балів за правильну відповідь (обрано правильний варіант серед наведених) у відповідній групі результатів або отримує 0
Завдання на показ діяльності (процесу)	4	Це завдання оцінюється за принципом “одна правильна вправа - 2 бали”: учень отримує вказану в табл. кількість балів за правильну відповідь (якщо правильно продемонстровано всі підібрані вправи і не показано жодної неправильної а також його активність при співпраці у групі) у відповідній групі результатів або отримує 0

На виконання всіх завдань відведено 20 хв, з яких 8 хвилин - на виконання виконавчих завдань (1-3), решта часу — на інший блок завдань.

За виконання всіх завдань максимально можна набрати **36 “сирих” балів**, із них (за групами результатів зі свідоцтва досягнень):

за групою результатів 1 [ФІО 1] — **36 балів**;

Важливо! За виконання одного завдання учень / учениця може отримати бали за однією групою результатів.

Розподіл балів за відповіді згідно з групами результатів наведено в таблиці.

Бланк оцінювання за групами результатів

Суб-тест	Блок	Завдання	Ключ оцінювання	Максимальний бал			Коментар	Бал учня/-иці			
				ГР1	ГР2	ГР3		ГР1	ГР2	ГР3	
А	I	1		10							
	I	2	А	1							
	I	3	Б	1							
В	II	4	показ	24							
Разом				36							

Після перевірки відповідей учня / учениці набрані ним / нею бали **переводять у шкалу 1 – 12** відповідно до Схем переведення результатів). Для цього кількість набраних учнем / ученицею сирих балів за кожною з груп результатів треба розділити на 3 і округлити за загальноприйнятими правилами округлення.

Перевірка ситуаційного завдання

Завдання на вирішення ситуації. До завдання наведено інформацію, яку потрібно обрати й дібрати вправи з поясненням. Щоб виконати завдання, необхідно скласти план фізкультурно-оздоровчої діяльності на 7 днів (які вправи будете виконувати, скільки разів, у який час), обґрунтувати, чому обрали саме ці вправи, пояснити, чому важливо виконувати вправи систематично, а не від час від часу.

Нарахування балів

Завдання на вирішення ситуації оцінюється в 0, 2, 4 або 10 балів:

4 бали за складений план фізкультурно-оздоровчої діяльності на 7 днів та правильний підбір фізичних вправ, кількість разів, проміжок часу, які допоможуть досягти цієї цілі;

3 бали за правильне обґрунтування, чому обрали саме ці вправи;

3 бали за пояснення, чому саме ці вправи важливо виконувати систематично, а не час від часу.

0 балів, якщо не вказано жодної правильної «логічної відповіді» або відповіді на завдання не надано.

Правильно вирішивши ситуаційне завдання, можна отримати 10 балів.

/Або інші варіанти оцінювання, наприклад, “все або нічого”/

Перевірка тестових завдань

Завдання містить основу та перелік правильних тверджень, позначених літерами. Оберіть і обведіть ОДНУ відповідь, яка, на вашу думку, є правильною.

Нарахування балів

Завдання на встановлення відповідності оцінюється в 0 або 1 бал:

1 бал, якщо правильно встановлено відповідність.

0 балів за завдання, якщо неправильно встановлено відповідність або відповідь відсутня взагалі.

/Або інші варіанти оцінювання, наприклад, “все або нічого”/

Перевірка відповідей на практичне завдання

Завдання передбачає роботу в групах. Завдання вважається виконаним, якщо

учасник / учасниця обрав / обрала картку будь-якого кольору, об'єднався / об'єдналася в групу за кольором картки, прочитав / прочитала завдання з написаною метою (наприклад: “Складіть комплекс ранкової руханки з 12 вправ для щоденного виконання”, підготував / підготувала і продемонстрував / продемонструвала вправи, обґрунтував / обґрунтувала, чому систематичне виконання руханки зранку важливе для організму).

Нарахування балів:

Виконання завдання на надання короткої розгорнутої відповіді оцінюємо в 2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 16, 18, 20 або 22 бали:

2 бали— одна правильна вправа (якщо правильно продемонстровано підібрану вправу)

4 бали — дві правильні вправи (якщо правильно продемонстровано підібрані дві вправи)

6 балів — три правильні вправи (якщо правильно продемонстровано підібрані три вправи)

8 балів— чотири правильні вправи (якщо правильно продемонстровано підібрані чотири вправи)

10 балів— п'ять правильних вправ (якщо правильно продемонстровано підібрані п'ять вправ)

12 балів— шість правильних вправ (якщо правильно продемонстровано підібрані шість вправ)

14 балів— сім правильних вправ (якщо правильно продемонстровано підібрані сім вправ)

16 балів— вісім правильних вправ (якщо правильно продемонстровано підібрані вісім вправ)

18 балів—дев'ять правильних вправ (якщо правильно продемонстровано підібрані дев'ять вправ)

20 балів— десять правильних вправ (якщо правильно продемонстровано підібрані десять вправ)

22 бали— одинадцять правильних вправ (якщо правильно продемонстровано підібрані одинадцять вправ)

24 бали — дванадцять правильних вправ (якщо правильно продемонстровано підібрані дванадцять вправ)

0 балів — якщо неправильно підібрано вправу або не аргументовано пояснення важливості систематичного виконання руханки зранку.

Орієнтири для оцінювання:

Картки-завдання для групової роботи:

Картка 1

Завдання: Складіть і продемонструйте комплекс ранкової руханки (5 хв).

Приклади вправ:

1. Ходьба на місці з підніманням стегна – 30 сек
- 2-4. Кругові рухи головою, руками, тулубом – по 6–8 разів
5. Присідання – 2×10 разів
6. Нахили вперед, назад, ліворуч, праворуч – по 8–10 разів
7. Перекати з положення сидячи вправо та вліво
8. Випади вперед лівою та правою ногою
9. Стрибки на місці – 30 сек
- 10-12. Вправи для розслаблення м'язів (заплющити очі, зробити 3 глибокі вдихи й видихи)

Картка 2

Завдання: Розробіть комплекс вправ для запобігання порушення постави (5 хв).

Приклади вправ:

1. Ходьба на місці з підніманням стегна – 30 сек
2. Кругові рухи головою, руками, тулубом – по 6–8 разів

3. «Зірочка» (лежачи на животі, піднімати руки й ноги одночасно) – 3×10 сек
4. Відтискання від стіни – 2×10 разів
5. Стоячи біля стіни спиною, торкатися потилицею, лопатками та п'ятами – 3×20 сек
6. Нахили вперед із прямою спиною – 2×8 разів
7. Випади вперед з пружинячими рухами – 2×8 кожною ногою
8. Стрибки на місці – 30 сек
9. Ходьба з відновленням дихання – 1 хв
- 10-12. Вправи для розслаблення м'язів (заплющити очі, зробити 3 глибокі вдихи й видихи)

Картка 3

Завдання: Складіть комплекс вправ для покращення роботи серця й легенів (5–7 хв).

Приклади вправ:

1. Ходьба на місці з підніманням стегна – 30 сек
2. Біг на місці – 1 хв
3. Стрибки через скакалку – 3×30 сек
4. Присіди в середньому темпі – 2×12 разів
5. Ходьба з відновленням дихання – 1 хв
6. Нахили вперед із прямою спиною – 2×8 разів
7. Відтискання від стіни – 2×10 разів
- 8-9. Стрибки на місці – 60 сек
- 10-12. Вправи для розслаблення м'язів (заплющити очі, зробити 3 глибокі вдихи й видихи)

Картка 4

Завдання: Складіть комплекс вправ для розвитку гнучкості (5 хв).

Приклади вправ:

1. Ходьба на місці з підніманням стегна – 30 сек

2. Біг на місці – 1 хв
3. Нахили вперед з положення сидячи з діставанням руками до носків ніг – 3×15 сек
4. Випади вперед з пружинячими рухами – 2×8 кожною ногою
5. «Кішка» (згинання і розгинання спини) – 6–8 разів
6. «Місток» або прогинання назад з положення стоячи – 3×10 сек
7. «Кобра» (прогинання хребта тільки в грудному відділі)
- 8-9. «Зірочка» з одночасним відривом від підлоги рук та ніг
- 10-12. Вправи для розслаблення м'язів (заплющити очі, зробити 3 глибокі вдихи й видихи)

Картка 5

Завдання: Складіть комплекс вправ для зняття втоми після уроків (5 хв).

Приклади вправ:

1. Повільна ходьба з глибоким диханням – 1 хв
2. Біг на місці – 1 хв
3. Кругові рухи головою та плечима – по 6–8 разів
4. Потягування вгору з підніманням на носки – 3×10 сек
5. Нахили ліворуч і праворуч – 2×6 разів
- 6-9. Серія стрибків через скакалку – 3×30 сек
- 10-12. Вправи для розслаблення м'язів (заплющити очі, зробити 3 глибокі вдихи й видихи)