Приложение к ООП НОО

МОУ Ручевской СОШ

От 30.08.2018г.

**Контрольно-измерительные материалы**

**для проведения промежуточной аттестации**

**по физической культуре**

**для 4 класса**

Республика Коми

Усть-Куломский район

с. Руч

2018 г.

**Пояснительная записка**

Основание для допуска к промежуточной (итоговой) аттестации МОУ Ручевская СОШ - является выполнение учащимися требований учебных программ. Допуск к нему имеют учащиеся, отнесенные по состоянию здоровья к основной группе на 1 сентября 2016 года. Расписание промежуточной (итоговой) аттестации утверждается администрацией школы.

Учащиеся подготовительной группы практическую часть промежуточной (итоговой) аттестации сдают на общих основаниях. Нормативы, которые противопоказаны согласно их заболеванию, каждое образовательное учреждение имеет право заменить и утвердить на соответствующие нормативы с учетом индивидуальных особенностей учащихся.

Промежуточная аттестация по физической культуре проходит в форме сдачи рекомендуемых нормативов физической подготовленности учащихся общеобразовательных учреждений. Данные нормативы взяты из комплекса «ГТО» (Готов к труду и защите Отечества) (далее – нормативы),которые определяют уровень физических качеств, способностей учащихся. Критерий оценивания практической части- таблица нормативов - Приложение 1, за теоретическую часть критерий оценивания – Приложение 2.

Итоговая оценка за промежуточную (итоговую) аттестацию ставится только за практическую часть, ставится суммарный средний бал за все 6 выполненных нормативов, время выполнения нормативов – 45 минут.

Условия выполнения видов испытаний нормативов:

2.1. **Бег на 30, 60, 100, 1500, 2000, 3000 метров**. Выполняется на беговой дорожке или ровной местности, на земляном или асфальтовом покрытии (старт произвольный). Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,1 секунды.

2.2. **Подтягивание на перекладине**. Тест для только мальчиков. Учащийся с помощью учителя принимает положение виса хватом сверху. Подтянуться непрерывным движением так, чтобы подбородок оказался над перекладиной. Опуститься в вис. Самостоятельно остановить раскачивание и зафиксировать на 0,5 секунды в видимое для учителя положение виса. Не допускается сгибать руки поочередно, делать рывки ногами или туловищем, отпускать хват, раскрыв ладонь, останавливаться при выполнении очередного подтягивания. Пауза между повторениями не должна превышать 3 секунд.

2.3. **Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу** (далее – отжимания), тест только для девочек. Исходное положение: упор лежа, голова, туловище, ноги составляют прямую линию. Сгибание рук выполняется до касания грудью пола, не нарушая прямой линии тела, а разгибание – до полного выпрямления рук, при сохранении прямой линии «голова – туловище – ноги». Дается одна попытка. Фиксируется количество отжиманий при условии правильного выполнения теста в произвольном темпе.

2.4**. Поднимание туловища из положения лежа на спине**. 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 30 секунд.

2.5. **Прыжок в длину с места**. Выполняется двумя ногами от стартовой линии с махом рук. Длина прыжка с трех попыток измеряется в сантиметрах от стартовой линии до ближнего касания ногами или любой частью тела.

2.6. **Наклон вперед из положения стоя**. Стоя на тумбе, не отрывая пяток, ноги выпрямлены в коленях, ступни параллельно, расстояние между ними составляет 15-20 сантиметров. Выполняется 3 наклона вниз, на 4-м фиксируется результат по кончикам пальцев или ладоням при фиксации этого результата не менее 2 секунд, при этом сгибание ног в коленях не допускается.

2.7. **Лыжная подготовка.** В последний вид испытаний входит итоговая оценка, в течение года за лыжную подготовку.

Задания для итоговой поверки учащихся с ОВЗ по выполнению ими «Требований к уровню подготовки выпускников средней школы» могут носить разный характер в зависимости от решаемых задач. Эти задания составляются учителем физической культуры и утверждаются на педагогическом совете школы. В зависимости от вида задания формы проверки могут быть различными:

- подготовка рефератов,

- устный опрос,

- письменное тестирование,

-практическое выполнение упражнений.

Итоговая промежуточная аттестация по физической культуре для 2 – 4 классов

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Нормативы** | **2 класс** | | | | | | **3 класс** | | | | | | **4 класс** | | | | | |
| **м** | | | **д** | | | **м** | | | **д** | | | **м** | | | **д** | | |
| **5** | **4** | **3** | **5** | **4** | **3** | **5** | **4** | **3** | **5** | **4** | **3** | **5** | **4** | **3** | **5** | **4** | **3** |
| **1** | **Бег 30м (сек)** | 6.5 | 6.9 | 7.2 | 6.8 | 7.2 | 7.5 | 6.3 | 6.7 | 7.0 | 6.6 | 7.0 | 7.3 | 6.1 | 6.5 | 6.8 | 6.4 | 6.8 | 7.1 |
| **2** | **Бег 1000м (мин, сек)** | 5.05 | 5.40 | 6.25 | 5.35 | 6.10 | 6.55 | 5.00 | 5.35 | 7.00 | 5.30 | 6.05 | 6.50 | 4.55 | 5.30 | 6.15 | 5.25 | 6.00 | 6.45 |
| **3** | **Подтягивание (кол-во раз)** | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - | 4 | 2 | 1 | - | - | - |
| **Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (кол-во раз)** | 10 | 8 | 6 | 8 | 5 | 3 | 15 | 10 | 7 | 10 | 6 | 4 | 15 | 12 | 9 | 12 | 7 | 5 |
| **4** | **Прыжок в длину с места (см)** | 135 | 115 | 95 | 120 | 100 | 80 | 140 | 120 | 115 | 135 | 115 | 100 | 160 | 140 | 130 | 150 | 130 | 115 |
| **5** | **Подъем туловища за 30 сек(кол-во раз)** | 13 | 10 | 8 | 10 | 8 | 6 | 15 | 10 | 5 | 13 | 8 | 3 | 19 | 14 | 9 | 17 | 13 | 8 |
| **6** | **Наклон вперед**  **(см)** | п | - | - | к | - | - | к | п | п | л | к | п | к | п | п | л | к | п |
| **7** | **Бег на лыжах 2км**  **(без учета времени)** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Контрольно-измерительные материалы

для проведения промежуточной аттестации

по физической культуре

в 4 классе

**1. Олимпийский девиз звучит:**

а) быстрее, выше, сильнее!

б) дальше, больше, смелее!

в) сильнее, крепче, дружнее!

**2. Напиши! Как называется такое положение туловища?** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_



**3. Напиши! Где и когда проходили последние Зимние Олимпийские игры?** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**4. Что означают буквы «Г Т О»? Расшифруйте.**

Г – ­­­­­­­­­­­­­­­\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т – \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ О – \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**5. Соотнеси стрелочками виды гимнастики:**

акробатика спортивная художественная ритмическая



**6. Какие высказывания являются правильными?**

а) выполняй упражнения только в спортивной форме;

б) чтобы избежать травмы, не надо быть внимательным и помнить о правилах поведения на уроке;

в) не выполняй сложные упражнения без страховки;

г) приступай к выполнению упражнения без команды учителя;

д) перед уроком сними часы, браслеты, украшения;

е) неисправный инвентарь может привести к травме.

**7. Сколько и какие команды даются для бега с низкого старта?**

а) две команды – «Становись!» и «Марш!»;  
б) три команды – «На старт!», «Внимание!», «Марш!».;  
в) две команды – «На старт!» и «Марш!»;

г) две команды – «Внимание!», «Марш!».

**8. Что такое режим дня?**

а) выполнение поручений учителя;  
б) подготовка домашних заданий;  
в) распределение основных дел в течение всего дня;

г) завтрак, обед и ужин каждый день в одно и тоже время.

**9. В какой стране зародились Олимпийские игры?**

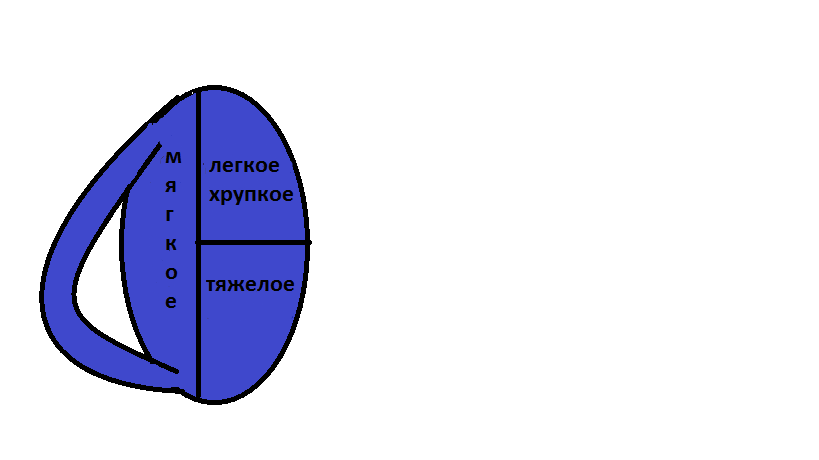
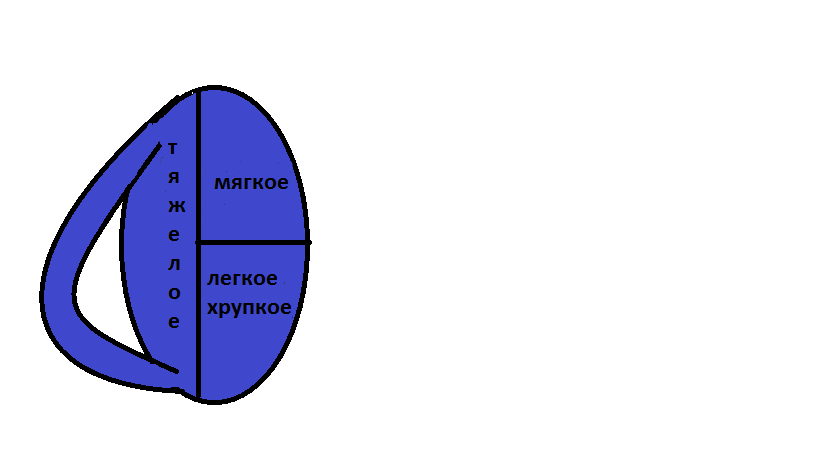
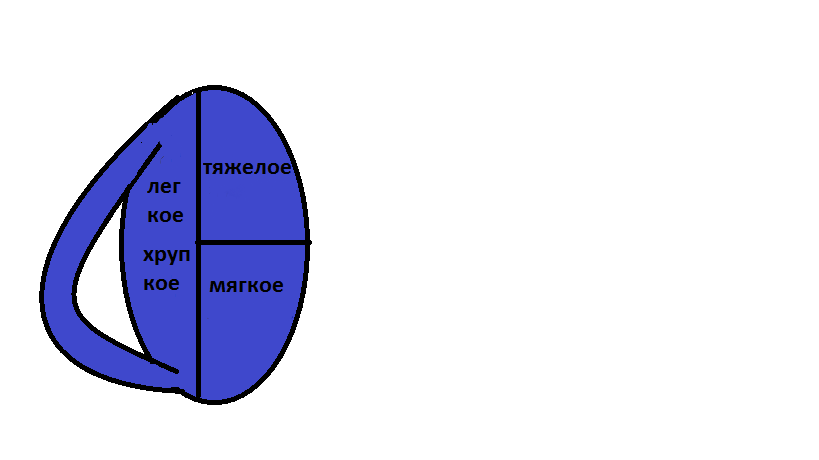
а) в России;  
б) в Англии;  
в) в Греции;

г) в Италии.

**10. Напиши! Спортивная командная игра с мячом, цель которой забросить мяч в корзину соперника, называется**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**11. Как уложить рюкзак правильно?**

а)б) в)



**12. Напиши! Почему урок физической культуры начинают с разминки?**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Оценивание:**

**Максимальное количество – 22 балла.**

**«5» - 18-22 баллов.**

**«4» - 14-17 баллов.**

**«3» - 10-13 баллов.**

**«2» - менее 10 баллов.**

|  |  |
| --- | --- |
| **№ вопроса** | **Проверяемые знания и умения** |
|  | **Базовый уровень** |
| 1 | Знать атрибуты Олимпийских игр. |
| 2 | Определять и кратко характеризовать акробатические упражнения. |
| 3 | Знать историю Олимпийских игр. |
| 4 | Определять и кратко характеризовать ВФСК «ГТО». |
| 5 | Определять и кратко характеризовать физические упражнения. |
| 6 | Знать правила ТБ на уроках физической культуры. |
| 7 | Знать правила легкой атлетики. |
| 8 | Знать определение «режим дня». |
| 9 | Знать историю Олимпийских игр. |
| 10 | Уметь определять спортивные игры. |
|  | **Повышенный уровень** |
| 11 | Знать туристические правила укладки рюкзака. |
| 12 | Знать значимость выполнения разминки. |