

Контрольно-измерительные материалы по предмету «Физическая культура» начального общего образования

Пояснительная записка.

В контрольно-измерительных материалах по предмету «Физическая культура» начального общего образования содержатся контрольные работы по физической культуре для проведения стартового контроля в 3, 4 классах и для промежуточной аттестации во 2-4 классах.

Контрольно-измерительные материалы включают:

1. Кодификатор контрольных измерительных материалов по предмету «Физическая культура» для проведения процедур контроля и оценки качества образования на уровне начального общего образования.
2. Кодификатор метапредметных результатов обучения.
3. Спецификация контрольно-измерительных материалов по предмету «Физическая культура» для проведения процедур контроля и оценки качества образования на уровне начального общего образования.
4. Образцы контрольных работ.
5. Инструкции для учителя.

Контрольно-измерительные материалы составлены в форме тестов, которые позволяют проверить полученные знания по разделам «Здоровый образ жизни», «Общие знания по теории и методике физической культуры», «Олимпийские знания», «Правила техники безопасности».

Цель тестирования:

Контроль качества знаний учащихся по предмету «Физическая культура».

Задачи тестирования:

Проверить усвоение знаний учащихся по пройденным разделам,
Выработать умения пользоваться контрольно-измерительными материалами.

Предлагаются задания, соответствующие требованиям к минимуму знаний учащихся по окончанию 2-го класса по предмету «Физическая культура».

Задания представлены в форме незавершённых утверждений, которые при завершении могут оказаться либо истинными, либо ложными.

Утверждения представлены в:

- закрытой форме, то есть с предложенными вариантами завершения. При выполнении этих заданий необходимо выбрать правильное завершение из 3, 4 предложенных вариантов. Правильным является только одно – то, которое наиболее полно соответствует смыслу утверждения.

- открытой форме, то есть без предложенных вариантов завершения. При выполнении этого задания необходимо самостоятельно подобрать слово, которое, завершая утверждение, образует истинное высказывание.

Учащиеся, освобожденные по состоянию здоровья от уроков физической культуры, проходят тестовые задания и выполняют комплекс общеразвивающих упражнений; учащиеся специальной медицинской группы - проходят тестовые задания и выполняют 2 практических теста (челночный бег 3х10 м и прыжок в длину с места); учащиеся основной и подготовительной групп проходят тестовые задания и выполняют 3 практических теста (челночный бег 3х10 м, прыжок в длину с места и бег 500 м).

Критерии оценивания:

За каждый правильный ответ участнику дается 1 балл:

100-80 % набранных баллов – «отлично»;

- 79-60 % набранных баллов – «хорошо»;
- 59-40 % набранных баллов – «удовлетворительно»;
- 39% и ниже - «неудовлетворительно».

Сроки проведения: согласно графику.

Кодификатор контрольных измерительных материалов по предмету «Физическая культура» для проведения процедур контроля и оценки качества образования на уровне начального общего образования.

Кодификатор требований к уровню подготовки по физической культуре для составления контрольных измерительных материалов (далее – кодификатор) является одним из документов, определяющих структуру и содержание контрольных измерительных материалов банка оценочных средств по физической культуре. Он составлен на основе Федерального государственного стандарта начального общего образования.

Данный документ является основой для составления измерительных материалов за курс начальной школы по физической культуре и поэтому построен на принципах обобщения и систематизации учебного материала.

Жирным курсивом указываются крупные блоки содержания, которые ниже разбиты на более мелкие элементы. Каждый из этих элементов кодификатора представляет собой единицу требований, которая может включать несколько тематических единиц.

Код раздела	Код контролируемого элемента	Элементы содержания
1.	Здоровый образ жизни	
	1.1, 1.4.1	Как разбудить организм.
	1.2.1	Способы закаливания
	1.3.1	Правильное распределение времени.
	1.4.5	Режим дня.
2.	Олимпийские знания.	
	2.1.2, 2.2.2	Виды программы Олимпийских игр современности.
	2.3.2	Какие бывают Олимпийские игры.
3.	Правила техники безопасности.	
	3.1.3, 3.3.3	Правила поведения в спортивном зале.
	3.2.3, 3.4.3	Правила поведения на уроках.
4.	Общие знания по теории и методике физической культуры	
	4.1.4	Понятие о физической культуре.
	4.1.5	Для чего нужно заниматься физической культурой.
	4.1.6, 4.2.4	Основные физические качества.
	4.3.5	Необходимость разминки.
	4.2.5,	Необходимость физкультминуток.
	4.3.6	Виды построений.
	4.2.6	Знание спортивного инвентаря
	4.4.4	Как измерять чсс.
	4.4.6	Лучший способ отдыха.
	4.1.7, 4.2.7, 4.3.7, 4.4.7	Ребус

«Тестовые задания для 2 класса по дисциплине "Физическая культура"»

Вариант 1.

1. Что помогает проснуться нашему организму утром:

- А. Будильник
- Б. Утренняя зарядка
- В. Завтрак

2. Напиши 3 вида спорта, в которых соревнуются на зимних Олимпийских играх:

_____ , _____ , _____ .

3. Вход в спортивный зал

- а) разрешается в спортивной форме
- б) разрешается только в присутствии преподавателя
- в) разрешается в присутствии дежурного

4. Что такое физическая культура?

- А. Прогулка на свежем воздухе
- Б. Занятия физическими упражнениями, играми, спортом
- В. Выполнение упражнений

5. Заниматься физкультурой нужно?

- А. Чтобы не болеть
- Б. Чтобы стать сильным и здоровым
- В. Чтобы быстро бегать

6. Физические качества человека - это:

- А. Вежливость, терпение, жадность
- Б. Сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость
- В. Грамотность, лень, мудрость

7. Разгадай ребус



Вариант 2.

1. Закончи речёвку про закаливание.

Солнце, воздух и - наши

2. Напиши 3 вида спорта, в которых соревнуются на зимних Олимпийских играх:

_____ , _____ , _____ .

3. Каких правил рекомендуют придерживаться в процессе занятий?

- а) долго отдыхать после каждого упражнения
- б) пополнять потраченные калории едой и напитками, во время бега разговаривать и мешать одноклассникам
- в) выполнять все требования учителя, больше активно двигаться, сочетать нагрузку и интервалы отдыха по пульсу

4. Соедини линиями физическое качество с соответствующей профессией

Ловкость	Штангист
Быстрота	Гимнастка
Сила	Велосипедист
Гибкость	Пловец
Выносливость	Жонглёр

5. Для чего нужны физкультминутки?

- А. Снять утомление
- Б. Чтобы проснуться
- В. Чтобы быть здоровым

6. Обруч, мяч, гантели, скакалка-это:

- А. Предметы для игры
- Б. Школьные принадлежности
- В. Спортивный инвентарь

6. Разгадай ребус



Вариант 3.

1. Правильное распределение времени на занятия и отдых – это ...

- А. Режим питания
- Б. Режим дня
- В. Двигательная активность

2. Какие бывают Олимпийские игры?

- А. Зимние и летние

- Б. Весенние и осенние
- В. Осенние и зимние

3. Вход в спортивный зал

- а) разрешается в спортивной форме
- б) разрешается только в присутствии преподавателя
- в) разрешается в присутствии дежурного

4. Выбери лишний предмет

- А. Обруч
- Б. Мяч
- В. Телефон

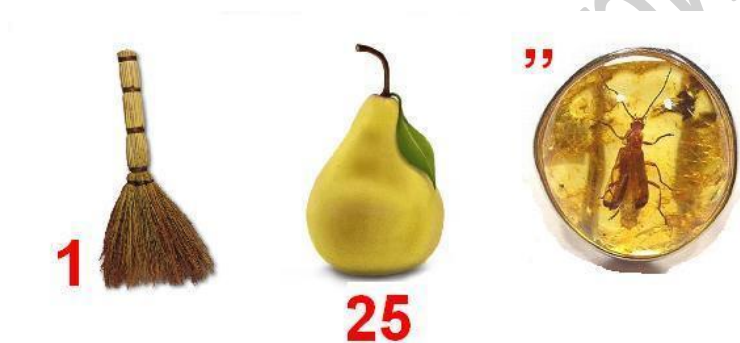
5. Для чего нужна разминка на уроке физической культуры?

- А. Для удовольствия
- Б. Для разогрева мышц к основной нагрузке
- В. Для красоты тела

6. Виды построений на уроке физической культуры?

- А. Линейка
- Б. Квадрат
- В. Шеренга, круг, колонна

6. Разгадай ребус



Вариант 4.

1. Что помогает проснуться нашему организму утром:

- А. Будильник
- Б. Утренняя зарядка
- В. Завтрак

2. Какие бывают Олимпийские игры?

- А. Зимние и летние
- Б. Весенние и осенние
- В. Осенние и зимние

3. Каких правил рекомендуют придерживаться в процессе занятий?

- а) долго отдыхать после каждого упражнения

- б) пополнять растроченные калории едой и напитками, во время бега разговаривать и мешать одноклассникам
- в) выполнять все требования учителя, больше активно двигаться, сочетать нагрузку и интервалы отдыха по пульсу

4. На каких частях тела можно измерить пульс?

.....,,,

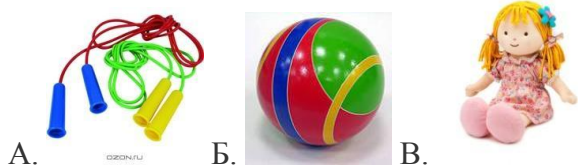
5. Что поможет тебе правильно распределять время:

- А. Часы
- Б. Режим дня
- В. Секундомер

6. Лучший отдых-это:

- А. Движение
- Б. Просмотр телевизора
- В. Рисование

7. Зачеркни лишний предмет



Ответы:

Вариант 1: 1б, 2(например: фигурное катание, бобслей, биатлон и т.д.), 3б, 4б, 5б, 6б, 7 эстафета

Вариант 2: 1. Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!

2(например: фигурное катание, бобслей, биатлон и т.д.), 3в,

- | | |
|--------------|--------------|
| 4. Ловкость | Жонглёр |
| Быстрота | Пловец |
| Сила | Штангист |
| Гибкость | Гимнастка |
| Выносливость | Велосипедист |

5а, 6в, 7 гантели

Вариант 3: 1б, 2а, 3б, 4в, 5б, 6в, 7 вратарь

Вариант 4: 1б, 2а, 3в, 4(рука, шея, на груди), 5б, 6а, 7в

Практическая часть для учащихся 2 классов

Нормативы	Мальчики			Девочки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Челночный бег 3x10 м						
Бег 500 м						

«Тестовые задания для 3 класса по дисциплине "Физическая культура"»

Вариант 1.

1. Назови основные части тела человека.

2. Напиши 3 зимних олимпийских видов спорта:

3. Вход в спортивный зал

- а) разрешается в спортивной форме
- б) разрешается только в присутствии преподавателя
- в) разрешается в присутствии дежурного

4. Зачеркни лишнее

Баскетбольный мяч, кубики, ракетка, ворота, секундомер.

5. Отгадай загадку

Чтобы бегать очень быстро,
Планку брать всё время «чисто»,
Мячик дальше всех метать,
И, конечно, первым стать,
Каждый день с друзьями он
Приходил на _____

6. Зачем нужно заниматься физкультурой?

- а) Чтобы не болеть
- б) Чтобы стать сильным и здоровым
- в) Чтобы быстро бегать

7. Разгадай ребус



11

Вариант 2.

1. Что такое режим дня?

- а) выполнение поручений учителя;
- б) подготовка домашних заданий;
- в) распределении основных дел в течение всего дня;
- г) завтрак, обед и ужин каждый день в одно и то же время.

2. Назови 3 олимпийские спортивные игры с мячом:

3. Каких правил рекомендуют придерживаться в процессе занятий?

- а) долго отдыхать после каждого упражнения
- б) пополнять растроченные калории едой и напитками, во время бега разговаривать и мешать одноклассникам
- в) выполнять все требования учителя, больше активно двигаться, сочетать нагрузку и интервалы отдыха по пульсу

4. Как правильно одеваться при занятиях физкультурой в помещении?

- а) куртка, шапка, брюки, сапоги;
- б) футболка, шорты, носки, спортивная обувь;
- в) туфли, свитер, юбка, колготки.

5. Отгадай загадку

Щит с корзиной, мяч об пол ...
Мы играем в _____

6. Какая из перечисленной обуви не является спортивной?

Кеды, кроссовки, чешки, туфли, ботсы, сапоги, полукеды.

7. Разгадай ребус



321

Вариант 3.

1. Что поможет тебе правильно распределять время:

- а) Часы
- б) Режим дня
- в) Секундомер

2. Назови 3 известных тебе олимпийских видов спорта:

3. Вход в спортивный зал

- а) разрешается в спортивной форме
- б) разрешается только в присутствии преподавателя
- в) разрешается в присутствии дежурного

4. Отгадай загадку

Я его кручу рукой,
И на шею и ногой,
И на талии кручу,
И ронять я не хочу.

5. Зачем нужно заниматься физкультурой?

- а) Чтобы не болеть
- б) Чтобы стать сильным и здоровым
- в) Чтобы быстро бегать

6. Выбери физические качества человека:

- а) Доброта, терпение, жадность
- б) Сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость
- в) Скромность, аккуратность, верность

7. Разгадай ребус



Вариант 4.

1. Какова цель утренней гимнастики?

- а) вовремя успеть на первый урок в школе;
- б) совершенствовать силу воли;
- в) выступить на Олимпийских играх;
- г) ускорить полное пробуждение организма.

2. Напиши 3 известных тебе летних олимпийских видов спорта:

3. Как правильно одеваться при занятиях физкультурой на улице?

- а) шорты, футболка, носки, спортивная обувь;
- б) юбка, рубашка, босоножки;
- в) куртка, шапка, брюки, сапоги;

4. Отгадай загадку

По полю команды гоняют мяч,
Вратарь на воротах попался ловкач.
Никак не дает он забить мячом гол.
На поле играют мальчишки в...

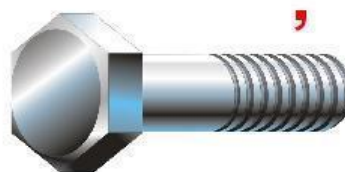
5. Подвижные игры помогут тебе стать:

- а) Умным
- б) Сильным
- в) Ловким, метким, быстрым, выносливым

6. Соедини линиями физическое качество с соответствующей профессией

Ловкость	Штангист
Быстрота	Гимнастка
Сила	Велосипедист
Гибкость	Пловец
Выносливость	Жонглёр

7. Разгадай ребус



Ответы:

Вариант 1: 1 (Туловище, руки, ноги, голова, шея), 2 (например: фигурное катание, бобслей, биатлон и т.д.), 3б, 4 кубики, 5 стадион, 6б, 7 кросс.

Вариант 2: 1в, 2 (волейбол, баскетбол, футбол), 3в, 4б, 5 баскетбол, 6 (туфли, сапоги), 7 волейбол.

Вариант 3: 1б, 2 (легкая атлетика, футбол, баскетбол), 3б, 4 обруч, 5б, 6б, 7 гантели.

Вариант 4: 1г, 2 (легкая атлетика, плавание, футбол и т.д.), 3а, 4 футбол, 5в, 6

Ловкость	Жонглёр
Быстрота	Пловец
Сила	Штангист

Гибкость
Выносливость
7 футбол

Гимнастка
Велосипедист

Практическая часть для учащихся 3 классов

Нормативы	Мальчики			Девочки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Челночный бег 3x10 м						
Бег 500 м						
Прыжок в длину с места						

«Тестовые задания для 4 класса по дисциплине "Физическая культура"»

Вариант 1.

1. Закаливающие процедуры следует начинать с обливания ...?

- а) горячей водой.
- б) теплой водой.
- в) водой, имеющей температуру тела.
- г) прохладной водой.

2. Под осанкой понимается...

- а) привычное положение тела, когда человек сидит, стоит и передвигается;
- б) силуэт человека;
- в) привычка к определённым позам;
- г) качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие и настроение

3. В какой стране проводились зимние Олимпийские игры в 2014 году?

- а) США
- б) Южная Корея
- в) Россия

4. Каким требованиям должна отвечать спортивная обувь?

- а) иметь вес до 300 г
- б) соответствовать цвету костюма
- в) иметь узкий длинный носок
- г) соответствовать виду спорта

5. Соедини линиями вид спорта и инвентарь

Гимнастика	барьер, секундомер, шест, метр
Футбол	«конь», маты, скакалка
Легкая атлетика	мяч, сетка, ворота

6. Укажите, какие виды упражнений не относятся к гимнастике?

- а) опорный прыжок и кувырок вперёд;
- б) упражнения на бревне и вис на перекладине;
- в) метание мяча и прыжок в высоту.

7. Разгадай ребус



Вариант 2.

1. Какова цель утренней гимнастики?

- а) вовремя успеть на первый урок в школе
- б) совершенствовать силу воли
- в) выступить на Олимпийских играх
- г) ускорить полное пробуждение организма

2. Физкультминутка это...?

- а) способ преодоления утомления;
- б) возможность прервать урок;
- в) время для общения с одноклассниками;
- г) спортивный праздник.

3. В каком городе проводились зимние Олимпийские игры в 2014 году?

- а) Москва
- б) Ставрополь
- в) Сочи
- г) Краснодар

4. С какой периодичностью следует стирать спортивную одежду, прилегающую к телу?

- а) каждый день
- б) после каждой тренировки
- в) один раз в месяц
- г) один раз в 10 дней

5. Вычеркни лишнее

Рюкзак, мяч, термос, скакалка, ананас, ворота, свитер, свисток, секундомер, кукла, спинер

6. Сколько шагов по правилам баскетбола разрешается выполнить баскетболисту с мячом в руках:

- а) один;
- б) два;
- в) сколько захочет.

7. Разгадай ребус



Вариант 3.

1. Что такое режим дня?

- а) выполнение поручений учителя;
- б) подготовка домашних заданий;
- в) распределении основных дел в течение всего дня;
- г) завтрак, обед и ужин каждый день в одно и то же время.

2. Напиши 5 зимних видов спорта, по которым проводятся соревнования на Олимпийских играх.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

3. Вход в спортивный зал

- а) разрешается в спортивной форме
- б) разрешается только в присутствии преподавателя
- в) разрешается в присутствии дежурного

4. Что такое физическая культура?:

- а) регулярные занятия физическими упражнениями, играми и спортом;
- б) прогулка на свежем воздухе;
- в) культура движений;
- г) выполнение упражнений.

5. В каком виде спорта нужно быть быстрым:

- а) Гимнастика
- б) Плавание
- в) Гиревой спорт
- г) Туризм

6. 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!».

7. Разгадай ребус



Вариант 4.

1. В чем главное назначение спортивной одежды?

- а) защищать тело человека от неблагоприятных воздействий внешней среды
- б) поражать одноклассников и учителей цветом, фасоном
- в) подчеркивать индивидуальные особенности телосложения спортсмена
- г) рекламировать товары массового потребления известных фирм

2. Чем награждают спортсменов на олимпиаде?

- а) грамотой;
- б) кубком;
- в) венком;
- г) медалью

3. На занятиях по гимнастике следует:

- а) заниматься в школьной форме;
- б) заниматься без учителя;
- в) заниматься в спортивной форме с учителем;
- г) заниматься самостоятельно в раздевалке.

4. Что делать при ушибе?

- а) намазать ушибленное место мазью;
- б) положить холодный компресс;
- в) перевязать ушибленное место бинтом;
- г) намазать ушибленное место йодом.

5. Назови известный тебе спортивный инвентарь.

6. К основным физическим качествам относятся...

- а) рост, вес, объём бицепсов;
- б) бег, прыжки, метания;
- в) сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость.

7. Разгадай ребус



Ответы:

Вариант 1: 1б, 2г, 3в, 4г, 5 Гимнастика - «конь», маты, скакалка;

Футбол - мяч, сетка, ворота;

Легкая атлетика - барьер, секундомер, шест, метр,

бв, 7 физкультура

Вариант 2: 1г, 2а, 3в, 4б, 5 термос, ананас, свитер, кукла, спинер, 6б, 7 прыжок

Вариант 3: 1в, 2 скелетон, хоккей, лыжи, прыжки с трамплина, бобслей, 3б, 4а, 5б, 6б, 7 зарядка

Вариант 4: 1а, 2г, 3в, 4б, 5 мяч, скакалка, мат, барьер, эстафетная палочка и т.д., 6в, 7 каток

Практическая часть для учащихся 4 классов

Нормативы	Мальчики			Девочки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Челночный бег 3х10 м						
Бег 500 м						
Прыжок в длину с места						