

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ЧЕЧЕНСКОЙ
РЕСПУБЛИКИ
ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЯ КУРЧАЛОЕВСКОГО РАЙОНА ЧЕЧЕНСКОЙ
РЕСПУБЛИКИ
МБОУ «Ахмат-Юртовская СШ №1 им. А-Х. Кадырова»**

Выписка из ООП НОО

**ФОНД
ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**
по учебному предмету «Физическая культура»
для обучающихся 2 – 4 класса

**Паспорт фонда оценочных средств
по предмету «Физическая культура»**

№ п/п	Наименование оценочного средства	Чет верть	Разработчик
2 класс			
1.	Контрольная работа за 1 четверть.	I	Уроки физической культуры, поурочные разработки, 2 класс М.: Просвещение.
2.	Контрольная работа за 2 четверть.	II	Уроки физической культуры, поурочные разработки, 2 класс М.: Просвещение.
3.	Контрольная работа за 3 четверть.	III	Уроки физической культуры, поурочные разработки, 2 класс М.: Просвещение.
4.	Промежуточная контрольная работа.	IV	Уроки физической культуры, поурочные разработки, 2 класс М.: Просвещение.



**Фонд оценочных средств по предмету «Физическая культура»,
2 класс.**

Контрольная работа за 1 четверть 2 класс

ФИО _____ **Класс:** _____ **Дата:** _____

1. Можно ли читать лёжа?

- А. Нельзя
- Б. Можно
- В. Иногда можно

1. Зачеркни лишний предмет



Б.



В.



3. Зачем нужно заниматься физкультурой?

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

4. Гимнастическая палка, обруч, мяч, гантели, скакалка-это:

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

5. Что поможет тебе правильно распределять время:

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

Ответы:

- 1. А.
- 2. В.
- 3. Б.
- 4. В.
- 5. Б.

1. Лучший отдых-это:

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

2. Что помогает проснуться твоему организму:

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

3. Для чего нужны физкультминутки?

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

4. Чтобы осанка была правильной нужно:

- А. Заниматься физкультурой
- Б. Развивать все мышцы тела
- В. Плавать

5. Зачеркни лишний предмет



Ответы:

- 1. А.
- 2. Б.
- 3. А.
- 4. Б.
- 5. В.

Контрольная работа по физической культуре за 3 четверть 2 класса

ФИО _____ **Класс:** _____ **Дата:** _____

1. Победителя Олимпийских игр древности награждали венком.

Из чего он был свит?

- А) из оливы; В) из лавра;
Б) из бузины; Г) из сельдерея.

2. Что олицетворяют собой цвета колец в олимпийском символе?

- А) континенты; В) цвета городов древней Греции;
Б) цвета радуги; Г) дружбу народов мира.

3. Могла ли женщина участвовать на Олимпийских играх в древности?

- А) да; Б) нет; В) да, если она из знатного рода;
Г) да, если она училась в гимнасии (древнегреческой школе)

4. Какого цвета фон Олимпийского флага?

- А) бледно-жёлтый; В) бледно-голубой;
Б) белый; Г) бледно-зеленый.

5. Как называется часть тела человека, обозначенная знаком вопроса?



- А) предплечье;
Б) плечо;
В) ключица;
Г) рука.

6. Как называется расстояние между занимающимися в шеренге?

- А) шеренга; В) интервал;
Б) дистанция; Г) расстояние.

7. Как называется обувь для бега?

- А) кеды; Б) бутсы; В) чешки; Г) шиповки.

8. Какая страна является родиной футбола?

- А) Россия; Б) Италия; В) Англия; Г) Канада.

9. Быстрее, выше, сильнее – это

- А) реклама В) речёвка
Б) девиз Г) крылатое выражение

10. Какое физическое качество развивается при выполнении виса на согнутых руках?

- А) координация; В) статическая сила;
Б) быстрота; Г) выносливость.

Промежуточная контрольная работа по физической культуре 2 класс.

ФИО _____ **Класс:** _____ **Дата:** _____

1. Чтобы быть всегда здоровым и крепким, нужно:

- хорошо питаться
- много учиться
- делать зарядку
- больше спать

2. Как называется период, отведенный на отдых и занятия?

- здоровый образ жизни
- рациональное питание
- режим двигательной активности
- распорядок дня

3. Отгадайте загадку:

«Кроссы пробегаем, делаем зарядку,

Со здоровьем будет все у нас в порядке,

Спорт нам помогает сохранить фигуру,

Спорт нас закаляет! Все на ...»

- физкультуру
- процедуру
- эстафету
- олимпиаду

4. В какой обуви необходимо находиться на уроке физкультуры?

- тапочки
- кроссовки
- ботинки
- шлепки

5. Какая страна является родиной олимпийских игр?

- Бразилия
- Португалия
- Греция
- Япония

6. С какой периодичностью проходят Олимпийские игры?

- ежегодно
- 1 раз в 5 лет
- 2 раза в 5 лет
- 1 раз в 4 года

7. При помощи чего можно взбодрить организм человека, чтобы быстрее проснуться утром?

- будильника
- плаванья
- еды
- зарядки

8. Какое количество колец изображено на олимпийской символике?

- пять
- два
- три
- одно

9. Назови основные части тела:

а) нос, глаза, уши

б) голова, руки, ноги, туловище

в) коленки, локти, пальцы

10. Олимпийские игры бывают:

а) летние и зимние

б) осенние

в) весенние.

**Паспорт фонда оценочных средств
по предмету «Физическая культура»**

№ п/п	Наименование оценочного средства	Чет верть	Разработчик
3 класс			
1.	Контрольная работа за 1 четверть.	I	В.И.Лях. Уроки физической культуры, поурочные разработки, 2 класс М.: Просвещение.
2.	Контрольная работа за 2 четверть.	II	Уроки физической культуры, поурочные разработки, 2 класс М.: Просвещение.
3.	Контрольная работа за 2 четверть.	III	Уроки физической культуры, поурочные разработки, 2 класс М.: Просвещение.
4.	Промежуточная контрольная работа.	IV	Уроки физической культуры, поурочные разработки, 2 класс М.: Просвещение.

Система проверочных заданий и упражнений для самоконтроля включена в содержание учебников для 1-4 классов.

**Контрольная работа по физической культуре
за 1 четверть**

Фамилия, имя _____ 3 _____ класса

1. Физическая культура это...?

- А) регулярные занятия физическими упражнениями, играми и спортом
- Б) прогулка на свежем воздухе
- В) выполнение упражнений
- Г) отдых с друзьями

2. В каком виде спорта запрещено играть руками?

- А) хоккей
- Б) футбол
- В) теннис
- Г) волейбол

3. Олимпийские игры это...

- А) это соревнования, которые проводятся раз в четыре года
- Б) это соревнования, которые проводятся раз в три года
- В) это соревнования, которые проводятся каждый год
- Г) это соревнования, которые проводятся раз в пять лет

4. Олимпийские игры зародились ...

- А) в Древней Греции
- Б) в Египте
- В) в Париже
- Г) в Риме

5. К зимним Олимпийским играм относят такие виды спорта как...

- А) хоккей, гимнастика, плавание
- Б) фигурное катание, лыжи, хоккей
- В) легкая атлетика, баскетбол, гимнастика
- Г) синхронное плавание, гимнастика

6. Какие виды спорта входят в легкую атлетику...

- А) метание копья, бег на длинные дистанции, прыжки в длину
- Б) бег 60 метров, метание ядра, прыжки на батуте
- В) бег, челночный бег, борьба
- Г) бег, метание ядра, теннис

7. В каком виде спорта участвуют только девушки?

- А) художественная гимнастика
- Б) фигурное катание
- В) спортивная гимнастика
- Г) фехтование

8. Девиз Олимпийских игр...

- А) «Быстрее, сильнее, мощнее»
- Б) «Быстрее, выше, сильнее».
- В) «Выше, сильнее, лучше»
- Г) «Сильнее, быстрее, круче»

9. В какое время суток необходимо выполнять зарядку?

- А) Вечером
- Б) Утром, после сна
- В) В конце учебного дня

10. В какой стране зародились Олимпийские игры?

- А. Греция
- Б. Египет
- В. Болгария

Фамилия, имя _____

В. Спортивные игры

В. Скромность, аккуратность, верность

В. Чтобы руки были красивыми

В. В конце учебного дня

В. Кататься на санках

В. Занятие спортом

В. Кроссовки, коньки, лыжи

Б. Общительным

В. Бадминтон, шахматы

В. ловкость

**Контрольная работа по физической культуре
за 3 четверть 3 класса**

Фамилия, имя _____

1. Что понимается под закаливанием...?

- А) хождение босиком
- Б) приспособление организма к воздействию внешней среды.
- В) сочетание воздушных и солнечных ванн
- Г) купаться в реке

2. В каком виде спорта есть вратарь?

- А) футбол
- Б) волейбол
- В) баскетбол
- Г) теннис

3. Олимпийские игры проводятся...

- А) раз в два года
- Б) два раза в год
- В) раз в четыре года
- Г) два раза в десять лет

4. В чем должен быть одет ученик для занятия физкультурой?

- А) кроссовки, спортивный костюм
- Б) шлепки, брюки, футболка
- В) кроссовки, брюки, батник
- Г) туфли, спортивный костюм, шапка

5. Олимпийские игры бывают...

- А) летние и зимние
- Б) осенние и летние
- В) весенние и летние
- Г) зимние и весенние

6. Гимнастика бывает...?

- А) художественная
- Б) атлетическая
- В) художественная и атлетическая
- Г) разная

7. Какие виды спорта относятся к коньковым...

- А) конькобежный спорт, фигурное катание
- Б) фигурное катание, биатлон
- В) керлинг, бобслей
- Г) хоккей, прыжки с трамплина

8. Какое основное физическое качество нужно для бега на длинные дистанции?

- А) сила
- Б) выносливость
- В) гибкость
- Г) ловкость

9. Кто принимает участие в паралимпийских играх?

- а) люди с ограниченной ответственностью;
- б) люди с ограниченными возможностями;
- в) только мужчины;
- г) Сильнейшие спортсмены страны.

10. Что делать при ушибе?

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

Выбрать правильный ответ из нескольких представленных вариантов на тестовые вопросы.

1. Что такое физическая культура?

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

2. Что такое ЧСС?

- а) чрезвычайная служба спасения
- б) число, суммы слагаемого
- в) частота сердечных сокращений

3. В каком древнегреческом городе устраивались состязания- Олимпийские игры?

- а) Афины;
- б) Олимпия;
- в) Спарта;
- г) Риме.

4. 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!» и «Марш!».

5. Упражнения из какого вида спорта помогают стать быстрыми и выносливыми?

- а) шахматы;
- б) фигурное катание;
- в) гимнастика;
- г) легкая атлетика.

6. Талисман паралимпийских игр?

- а) Снежный барс;
- б) Снежинка;
- в) Сова ;
- г) Лучик.

7. Под осанкой понимается...

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

8. Орган дыхания человека:

- а) рот;
- б) кожа;
- в) трахея;
- г) кишечник.

9. Физкультминутка это..?

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

10. Что может являться причиной травматизма во время занятий на гимнастических снарядах?

- а) выполнение упражнений без страховки;
- б) выполнение упражнений на самодельной перекладине;
- в) выполнение упражнений без присутствия врача;
- г) выполнение упражнения без присутствия товарища.

ПАСПОРТ
фонда оценочных средств
по дисциплине физическая культура

№ п/п	Наименование оценочного средства	Четверть	Наименование оценочного средства
4 класс			
1	Нормативы		

Контрольное упражнение единица измерения

Мальчики оценка "5"

мальчики оценка "4"

мальчики оценка "3"

девочки оценка "5"

девочки оценка "4"

девочки оценка "3"

Челночный бег 3*10м секунд 8,6 9,5 9,9 9,1 10,0 10,4

Бег 30 метров секунд 5,0 6,5 6,7 5,2 6,6 6,8

Прыжок в длину с места см 165 140 130 155 135 125

Подтягивание на перекладине кол-во раз 6 4 3 - - -

Отжимания от пола кол-во раз 16 11 7 11 7 3

Приседания за 1 минуту кол-во раз 44 42 40 42 40 38

Прыжки на скакалке, за 1 минуту кол-во раз 90 80 70 100 90 80 Пистолеты, с опорой на одну руку (на правой и левой ноге) кол-во раз 7 5 3 6 4