

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ПОМОЗДИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА ИМ. В.Т. ЧИСТАЛЕВА

УТВЕРЖДЕНО:

Директор МОУ Помоздинская СОШ
им. В.Т. Чисталева _____ Ф.Э. Линдт

«___» 201 года

Контрольно-измерительные материалы

для проведения промежуточной аттестации
по предмету «Физическая культура»
3 класс

2017-2018 уч.г

Пояснительная записка

Составитель:

Игнатова Александра Константиновна, учитель физической культуры.

Основание:

- Годовой календарный график школы;
- Рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура»;
- Календарно-тематическое планирование по учебному предмету «Физическая культура» для 3 класса.

Назначение:

Работа предназначена для проведения процедуры итогового контроля индивидуальных достижений обучающихся 3 класса в образовательном учреждении по предмету «Физическая культура»

Форма:

- для учащихся основной группы - тестовые нормативы по физической подготовке;
- для учащихся подготовительной группы - контрольная работа в форме теста.

Время выполнения:

1 урок.

Структура КИМ

1. Тестовые нормативы по физической подготовке:

Вариант	Вид испытаний	Проверяемые физические способности
1 вариант	Прыжки со скакалкой за 15 секунд	Скоростные
	Кросс 1000 м	Выносливость
	Прыжки в длину с места	Скоростно-силовые
2 вариант	Бег 30 м	Скоростные
	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу	Гибкость
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа от пола	Силовые

2. Контрольная работа в форме теста:

состоит из 23 теоретических вопросов на проверку знаний о физической

культуре.

Система оценивания:

1. тестовых нормативов по физической подготовке

Вариант	Вид испытаний	Результат		Баллы
		мальчики	девочки	
1 вариант	Прыжки со скакалкой (за 15 секунд) (кол-во раз)	28 и более	30 и более	5
		26-27	28-29	4
		24-25	26-27	3
		0-23	0-25	2
	Кросс 1000 м (мин, сек)	5,00 и менее	6,10 и менее	5
		5,01-6,20	6,11-6,40	4
		6,21-6,50	6,41-7,00	3
		6,51 и более	7,01 и более	2
	Прыжки в длину с места (см)	150 и более	140 и более	5
		130-149	125-139	4
		120-129	115-124	3
		0-119	0-114	2
2 вариант	Бег 30 м (сек)	5,8 и менее	6,1 и менее	5
		5,9 – 6,3	6,2 – 6,5	4
		6,4 – 6,6	6,6 – 6,8	3
		6,7 и более	6,8 и более	2
	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу	достать пол ладонями	достать пол ладонями	5
		касание пола кулаками	касание пола кулаками	4
		касание пола пальцами рук	касание пола пальцами рук	3
		нет касания пола	нет касания пола	2
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа от пола (кол-во раз)	17 и более	12 и более	5
		12-16	7-11	4
		9-11	5-6	3
		0-8	0-4	2

2. контрольной работы в форме теста

За каждый правильный ответ дается один балл. Максимальное количество баллов – 23.

Таблица перевода первичного балла в школьную отметку:

1. для тестовых нормативов по физической подготовке:

Первичный балл	15-14	13-11	10-8	7 и менее
Школьная отметка	5	4	3	2

2. для контрольной работы в форме теста

Первичный балл	23-18	17-14	13-11	10 и менее
Школьная отметка	5	4	3	2

Демонстрационный вариант тестовой работы

Вопрос	Варианты ответов	Правильный ответ
1. Родина Олимпийских игр:	А) Америка Б) Греция В) Франция	Б
2. Как звучит Олимпийский девиз?	А) «Быстрее, выше, сильнее!» Б) «Выше, быстрее, сильнее!» В) «Сильнее, выше, быстрее!»	А
3. Какого цвета Олимпийский флаг?	А) красного Б) синего В) белого	В
4. Зажжение Олимпийского огня:	А) спичками Б) от солнечных лучей В) от костра	Б
5. Как часто сейчас проводятся Олимпийские игры?	А) каждый год Б) 1 раз в 3 года В) 1 раз в 4 года	В
6. Зачем нужно заниматься физкультурой?	А) чтобы не болеть Б) чтобы стать сильным и здоровым В) чтобы быстро бегать	Б
7. Что поможет проснуться твоему организму?	А) еда Б) утренняя зарядка В) будильник	Б
8. Что поможет тебе правильно распределить время?	А) часы Б) режим дня В) секундомер	Б
9. Лучший отдых – это	А) движение Б) просмотр телевизора В) рисование	А
10. Подвижные игры помогут	А) умным	В

тебе стать	Б) сильным В) ловким, метким, быстрым, выносливым	
11. Чтобы осанка была правильной, надо:	А) развивать все мышцы тела Б) плавать В) заниматься спортом	А
12. Выбери физические качества человека:	А) доброта, терпение, жадность Б) сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость В) скромность, аккуратность, верность	Б
13. Что относится к правилам здорового образа жизни?	А) покупка лекарств Б) обильное питание В) занятия физкультурой и спортом	В
14. Каково значение скелета человека?	А) движение человека Б) главная опора организма В) укрепление всех органов	Б
15. Какой орган защищает череп?	А) головной мозг Б) спинной мозг В) сердце и легкие	А
16. Какой орган защищает позвоночник?	А) сердце и легкие Б) спинной мозг В) головной мозг	Б
17. Какие органы защищает грудная клетка?	А) головной мозг Б) сердце и легкие В) спинной мозг	Б
18. Что делает мышцы сильными и крепкими?	А) работа за компьютером Б) просмотр телевизора В) физические упражнения	В
19. Если долго работаешь на уроке сидя, необходимо сделать несколько упражнений. Как это называется?	А) физкультминутка Б) зарядка В) урок физкультуры	А
20. Для мышц рук, плеч и спины используем упражнения	А) приседание, подтягивание, отжимание Б) поднимание туловища, наклоны, приседание В) отжимание, подтягивание, прогибание назад лежа на животе	В
21. Для мышц живота и талии используют упражнения	А) наклоны в стороны, лежа на спине поднимание ног и туловища Б) наклоны вперед, подтягивание, отжимание В) приседание, махи ногами, вращение туловища	А
22. Для мышц ног используют упражнения	А) наклоны вперед, махи ногами, повороты в сторону Б) приседания, выпады, поднимание высоко на носки В) поднимание туловища и ног, отжимание от пола, приседания	Б
23. После окончания спортивной тренировки необходимо	А) лечь на диван и отдохнуть Б) принять душ или обтереться влажным полотенцем В) поиграть с друзьями в малоподвижные	Б

ПОМОЗДИНСКАЯ СОШ