**Демонстрационный вариант**

**Структура контрольной работы.**

**Работа по физической культуре для 4 класса.**

**1.Вид и цель работы** контрольная работа для промежуточной аттестации

**2.Перечень проверяемых образовательных результатов (из рабочей программы)**

**Предметные результаты:**

1.Знать, играть в баскетбол, футбол, волейбол по упрощенным правилам;

2.Знать и выполнять способы безопасного поведения на уроках физической культуры, и организовывать места занятий (в помещении и на улице);

3. Знать и выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания);

4.Ориентироваться в понятиях «физическая культура», «Режим дня», характеризовать назначение утренней гимнастики.

5.Ориентироваться в понятиях «физическая подготовка», характеризовать основные физические качества и демонстрировать физические упражнения, направленные на их развитие;

6.Выполнять организующие строевые команды и приемы;

7. Выполнять тестовые нормативы по физической культуре

8.Выполнять простейшие приемы оказания доврачебной помощи; 9.Знать о правильной осанке, оптимальном телосложение

**3.Перечень проверяемых элементов содержания (из рабочей программы).**

1.Знания о физической культуре («физическая культура», «Режим дня», техника безопасного поведения на уроках физической культуры, и организация мест занятий (в помещении и на улице);

2. Физическое совершенствование (Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, комплексы упражнений на развитие физических качеств).

3.Спортивно-оздоровительная деятельность. (Гимнастика с основами акробатики,лёгкая атлетика, подвижные и спортивные игры)

**4.Структура работы.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № задания | Краткое описание задания | Проверяемый результат (можно цифрой из п.2) | Проверяемый элемент содержания (можно цифрой из п.3) | Уровень: базовый (Б), повышенный (П) |
| 1-2,7 | Выбрать правильный ответ из предложенных вариантов ответа | 1 | 3 | Б |
| 3,8 | 2 | 2 | Б |
| 4 | 4 | 1 | Б |
| 5 | 5 | 3 | Б |
| 6 | 3 | 3 | Б |
| 9,12 | 5 | 2 | П |
| 10 | 6 | 3 | Б |
| 11 | 9 | 1 | П |
| 13-15 | 8 | 1 | П |
| 16 | Выполнение практического задания | 7 | 3 | Б |

Учащиеся, отнесенные к подготовительной группе в обязательном порядке сдают, контрольную работу в теоретической части, на практическую часть допускаются только с разрешения врача, при наличии соответствующей справки.

**5. Время, отводимое на выполнение работы 1 урок**

**6. Дополнительные материалы и оборудование.**

**7. Система оценивания отдельных заданий и работы в целом.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № задания | Количество баллов | Комментарий |
| 1-15 | 15 | 1 балл за каждый правильный ответ |
| 16 | 5 | Практическое задание, для выявления уровня развития быстроты – бег 60 метров  Мальчики Девочки  5 баллов- 10.0 5 баллов - 10.3  4 балла - 10.8 4 балла - 11.0  3 балла - 11.0 3 балла - 11.5 |

**Перевод в 5-балльную систему.**

5 – 18 -20

4 – 15-17

3 – 10 -15

2 – менее 10

**8. Приложение:** таблица Exel для обработки результатов.

**9. Варианты работы:**

Вариант №1

**1.Назовите количество человек в баскетбольной команде (наход**ящиеся на площадке):

а) 10;

б) 5;

в) 12;

г) 8.

**2. На занятиях по баскетболу нужно играть:**

а) футбольным мячом;

б) волейбольным мячом;

в) баскетбольным мячом;

г) резиновым мячом.

**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. Где проходили зимние Олимпийские игры в 2014 году**

а) Сочи

б) Париж

в) Турин

г) Пекин

**5. Какие слагаемые здоровья не входят в понятие «Здоровый образ жизни»?**

а) правильное питание;

б) курение;

в) соблюдение режима дня;

г) гигиена

**6. Бег на длинные дистанции – это**:

а) 400 и 800 метров;

б) 1000, 1500 и 2000 метров;

в) 100 и 200 метров;

г) 30 и 60 метров.

**7. Выберите родину футбола:**

а) Франция;

б) Англия;

в) Италия;

г) Россия;

д) Бразилия.

**8. На уроках физкультуры нужно иметь:**

а) джинсы;

б) спортивную форму;

в) сапоги;

г) халат;

д) палатку

**9. С помощью какого упражнения можно проверить уровень развития быстроты?**

а) бег 60 метров;

б) метание мяча на дальность;

в) подтягивание;

г) прыжок в длину с места;

д) шпагат

**10. Чтобы провести построение школьников в одну шеренгу, надо подать команду :**  а) в одну колонну «становись»!

б) «По порядку, Расчитайсь!»

в) «встаньте, пожалуйста, в одну колонну!»

г) в одну шеренгу «становись»!

**11. Осанка –это…..**

а) привычное положение человека стоя и сидя

б) когда человек стоит прямо

в) положение человека лежа

**12.Что не относится к физическим качествам человека?**

а) смелость

б) быстрота;

в) выносливость;

г) сила

в) гибкость

**13. Какое кровотечение самое опасное?**

а) венозное

б) капиллярное

в) артериальное

**14. Первая помощь при ушибах?**

а) приложить холод

б) наложить жгут

в) помазать зеленкой

г) наложить повязку

**15. В каком месте точно и правильно можно измерить ЧСС (пульс)?**

а) приложив руку к сердцу

б) на шее на сонной артерии

в) на руке на запястье

г) на ноге под коленным сгибом

**16.Бег 60 метров (умения: выполнять бег с высокого старта, применять технику бега на короткие дистанции, выполнять финишное ускорение).**