

## Контрольно-измерительные материалы

### по физической культуре.

#### Спецификация

**Теоретическая часть**, включает задания тестового характера ( 28 заданий), проверяющие знания обучающихся по темам, изученным в 5 классе и отвечающим основным требованиям образовательного стандарта. К каждому вопросу дано четыре варианта ответа, из которых только один верный.

Учащиеся, отнесённые по состоянию здоровья к подготовительной медицинской группе, в обязательном порядке сдают контрольную работу теоретической части.

**Часть 1. Задания с выбором ответа, части 1 (8 заданий)** контрольной работы предназначены для определения физических компетентностей обучающихся 5 класса на базовом и повышенном уровнях. Выполняют ее все учащиеся. Обучающиеся, отнесенные к подготовительной группе в обязательном порядке сдают контрольную работу в теоретической части.

**Часть 2** включает (16 заданий) базового - выполнение практической части. Оценка предметного результата освоение программы с учетом уровневого подхода, принятого в Стандарте, предлагается выделение базового и повышенного уровня. Выполняют ее обучающиеся, относящиеся к основной группе здоровья. Они сдают в обязательном порядке контрольную работу в полном объеме, теоретическую и практическую части.

**Часть 3** включает (16) повышенного уровня сложности.

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».

#### Кодификатор

требований к уровню подготовки обучающихся по физической культуре составлен на основе Обязательного минимума содержания основных образовательных программ и Требований к уровню подготовки обучающихся по предмету. Кодификатор включает планируемые результаты освоения основной образовательной программы основного общего образования по предмету «Физическая культура». Он разработан на основе федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (приказ Министерства образования и науки РФ № 373 от 06.10.2009 г./ от 17.12.2010 № 1897).

## Часть 1

### 1. Вход в спортивный зал

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

### 2. Главная причина травматизма

- а) невнимательность
- б) нарушение дисциплины
- в) нарушение формы одежды

### 3. При выполнении физических упражнений потоком (один за другим)

- а) выполнять упражнение произвольно (когда захочется)
- б) выполнять упражнение быстро
- в) соблюдать достаточную дистанцию, чтобы не было столкновений

### 4. Можно ли выполнять сложные двигательные действия без разминки

- а) нет
- б) можно, но осторожно
- в) можно

## Часть 2

### 1. Через сколько времени после занятий физическими упражнениями можно принимать пищу?

- 1) 5-10 мин.
- 2) 30-45 мин
- 3) 1-2 часа
- 4) 3-4 часа

### 2. Когда и где зародились Олимпийские игры?

- 1) 673г. до н.э. в России
- 2) 776г до н.э. в Древней Греции
- 3) 367г до н.э. в Америке
- 4) 700г. до н.э. в Англии

### 3. Какой олимпийский девиз на Олимпиадах?

- 1) «Быстрее! Выше! Сильнее!»
- 2) «Самый сильный и выносливый»
- 3) «Быстрее! Сильнее! Выше!»
- 4) «Я - победитель»

### 4. Кто являлся организатором возрождения Олимпийских игр?

- 1) Пьер де Кубертен
- 2) Николай Панин
- 3) Эдита Пьеха
- 4) Виктор Цой

### 5. Сколько существуют основных двигательных способностей?

- 1) 6 2) 5 3) 7 4) 8

### 6. Какие виды спорта включают в спортивные игры?

- 1) футбол, ручной мяч, баскетбол, волейбол
- 2) футбол
- 3) прыжки в высоту
- 4) баскетбол, волейбол

### 7. Официальный талисман Олимпийских игр в Москве:

- 1) чебурашка;
- 2) белый медведь;
- 3) матрешка;

4) медвежонок Миша.

**8. Как часто проходят Олимпийские игры?**

- 1) каждый год;
- 2) один раз в два года;
- 3) один раз в три года;
- 4) один раз в четыре года.

**Часть 3.**

**1. Какие виды упражнений входят в лёгкую атлетику?**

- 1) Бег, прыжки (в длину и высоту), метание
- 2) Метание, лазание по канту.
- 3) Бег, прыжки
- 4) Прыжки в высоту

**2. Сколько фаз в прыжках?**

- 1) Четыре
- 2) Одна
- 3) Шесть
- 4) Две

**3. Сколько основных игроков входят в состав команды по баскетболу?**

- 1) шесть
- 2) семь
- 3) пять
- 4) один

**4. Где впервые зародилась игра в баскетбол?**

- 1) Америке
- 2) Франции
- 3) Италии
- 4) России

**5. Какие способы передвижений применяются в баскетболе?**

- 1) бег
- 2) ведение
- 3) ходьба
- 4) прыжки

**6. Размеры волейбольной площадки составляют:**

- 1) 6х9 м;
- 2) 9х12 м;
- 3) 8х16 м;
- 4) 9х18 м.

**7. В баскетболе запрещены:**

- 1) игра руками;
- 2) игра ногами;
- 3) игра под кольцом;
- 4) броски в кольцо.

**8. Пионербол – подводящая игра:**

- 1) к баскетболу;
- 2) к волейболу;
- 3) к настольному теннису;
- 4) к футболу.

**9. Что не относится к легкой атлетике?**

- 1) Ходьба
- 2) бег
- 3) равновесие

4) прыжки

5) метание

**10. Когда можно производить метание?**

1) с разрешения учителя

2) после сбора инвентаря

3) по желанию

**11. Что относится к важным умениям, необходимым для бега?**

1) правильное дыхание

2) постановка стопы

3) положение тела

**12. Где выполняют беговые упражнения?**

1) на неровной, рыхлой поверхности

2) на ровной дорожке

3) на скользком, мокром грунте

**13. Какое физическое качество развивается при беге на длинные дистанции:**

1) выносливость

2) гибкость

3) сила

4) быстрота

**14. Размеры баскетбольной площадки составляют:**

1) 28x15 м;

2) 12x9 м;

3) 16x8 м;

4) 18x9 м.

**15. Сколько игроков может находиться одновременно в одной команде на площадке в игре - волейбол?**

1) 6;

2) 7;

3) 5;

4) 4.

**16. Вращательное движение через голову с последовательным касанием опорой поверхности отдельными частями тела в гимнастике обозначается как...**

1) акробатика,

2) «колесо»,

3) кувырок,

4) сальто.

**Ключи:**

Часть 1

1-а

2-б

3-в

4-а

Часть 2

1 – 2

2 – 2

3 – 1

4 – 1

5 – 2

6 – 1

7 – 4

8 – 4

Часть 3

1 – 1

2 – 1

3 – 3

4 – 1

5 – 2

6 – 4

7 – 2

8 – 2

9 – 3

10 – 1

11 – 1,2

12 – 2

13 – 1

14 – 1

15 – 1

16 – 3

