

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА ПСТ. АБЕЗЬ»

УТВЕРЖДЕНО
Директором МБОУ «СОШ пст. Абезь»



И.А.Тырина

Приказом от «26» марта 2019 г № 29

**Контрольно-измерительные материалы
для проведения промежуточной
аттестации
по физической культуре
6 класс
(базовый уровень)**

Форма проведения: итоговый тест

Учитель: Чекменева Мария Николаевна

Пояснительная записка

Контрольно – измерительные материалы предназначены для проведения процедуры промежуточной аттестации учащихся 6 класса по учебному предмету **«Физическая культура»**.

Контрольно-измерительные материалы составлены на основе Федерального государственного общеобразовательного стандарта основного общего образования, в соответствии с действующей рабочей программой по учебному предмету «Физическая культура».

Цель промежуточной аттестации - оценить общеобразовательную подготовку учащихся по физической культуре за курс 6 класса.

Итоговая работа состоит из двух частей: теоретической и практической части.

Форма проведения промежуточной аттестации – итоговый тест (теория) и тесты-упражнения (практика).

Итоговая работа по физической культуре за курс 6 класса в форме теста соответствует содержанию учебника А. П. Матвеева по физической культуре за курс 6 класса.

В ходе выполнения контрольной работы по физической культуре ученик должен продемонстрировать уровень сформированности личностных, предметных и метапредметных результатов.

Личностные результаты

- осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции;
- готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- сформированность ценности здорового и безопасного образа жизни;
- готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- сформированность ответственного отношения к учению.

Метапредметные результаты

Регулятивные УУД

- анализировать существующие и планировать будущие образовательные результаты;
- определять необходимые действие(я) в соответствии с учебной и познавательной задачей и составлять алгоритм их выполнения;
- определять совместно с педагогом и сверстниками критерии планируемых результатов и критерии оценки своей учебной деятельности;
- фиксировать и анализировать динамику собственных образовательных результатов;
- соотносить реальные и планируемые результаты индивидуальной образовательной деятельности и делать выводы.

Познавательные УУД

- поиск и выделение необходимой информации;
- выбор эффективных способов решения учебной задачи;

Коммуникативные УУД

- строить позитивные отношения в процессе учебной и познавательной деятельности;
- критически относиться к собственному мнению, с достоинством признавать ошибочность своего мнения (если оно таково) и корректировать его.

Предметные результаты

- раскрывать базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;
- выполнять тестовые упражнения для оценки уровня индивидуального развития основных физических качеств;

-тестировать показатели физического развития и основных физических качеств, сравнивать их с возрастными стандартами, контролировать особенности их динамики в процессе самостоятельных занятий физической подготовкой.

КОДИФИКАТОР

Контрольно - измерительных материалов для проведения промежуточной аттестации по ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ в 6 классе

Код раз-дела	Код контролируемого элемента	Элементы содержания
1.		Здоровый образ жизни
	1.1	Понятие о здоровом образе жизни.
	1.2	Способы самоконтроля.
	1.3	Двигательный режим и рациональное питание.
	1.4	Режим дня и его значение.
	1.5	Понятие о закаливании.
	1.6	Основные средства и методы закаливания.
	1.7	Что такое осанка и причины её нарушения.
	1.8	Признаки неправильной осанки.
2.		Олимпийские знания.
	2.1	История возникновения Олимпийских игр древности.
	2.2	Девиз Олимпийских игр.
	2.3	Символика Олимпийских игр.
	2.4	Ритуал Олимпийских игр древности.
	2.5	История Олимпийских игр современности.
	2.6	Олимпийское движение в России.
3.		Правила техники безопасности.
	3.1	Правила поведения в спортивном зале.
	3.2	Причины травматизма на уроках физической культуры.
	3.3	Техника безопасности при поточном способе выполнения
	3.4	Правила выполнения упражнений.
4.		Общие знания по теории и методике физической культуры.
	4.1	Понятие физическая культура.
	4.2	Условия формирования двигательного действия.
	4.3	Общая характеристика физических качеств.
	4.4	История возникновения спортивных игр изучаемых школьной программой.
	4.5	Краткая характеристика видов спорта изучаемых школьной программой.
	4.6	Терминология

СПЕЦИФИКАЦИЯ

контрольных измерительных материалов для проведения промежуточной аттестации по ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ в 6 классе

Предмет: Физическая культура

Учебник: Физическая культура: 6 класс: учебник для учащихся общеобразовательных организаций/А.П.Матвеев.

Вид контроля: Промежуточный

Назначение работы: Оценить уровень общеобразовательной подготовки по физической подготовке учащихся 6 класса общеобразовательной организации за год.

Цель: оценить уровень усвоения учащимися 6 класса предметного содержания курса физической культуры за год.

№	Что проверяется	Уровень		Балл
	Элемент содержания	Базовый	Повышенный	
1	4.3	+		1
2	4.6	+		1
3	4.3	+		1
4	1.4	+		1
5	2.1	+		1
6	4.5	+		1
7	4.5	+		1
8	1.7	+		1
9	4.6	+		1
10	4.6	+		1
11	4.6	+		1
12	2.5	+		1
13	3.4	+		1
14	3.1	+		1
15	4.5	+		1
16	4.5	+		1
17	1.1	+		1
18	1.1	+		1
19	4.5	+		1

Текст промежуточной аттестации для учащихся 6 класса по физической культуре
Теоретическая часть

1.Быстрота определяется с помощью:

- а) прыжка в длину с разбега;
- б) бега на 30м и 60 м;
- в) бега на 1000 м.

2. Длина дистанции марафонского бега равна...

- а) 42 км 195 м;
- б) 40 км 190 м;
- в) 32 км 180 м.

3. К основным физическим качествам относятся...

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

4. Соблюдение режима дня способствует укреплению здоровья, потому что ...

- а) Обеспечивает ритмичность работы организма.
- б) Позволяет правильно планировать дела в течение дня.
- в) Распределение основных дел осуществляется более или менее стандартно.

5. Термин «Олимпиада» в древней Греции означал...

- а) соревнования, проводимые во время Олимпийских игр;
- б) первый год четырехлетия, наступление которого празднуют Олимпийские игры;
- в) четырехлетний период между Олимпийскими играми;
- г) год проведения Олимпийских игр.

6. Укажите количество игроков волейбольной команды:

- а) 5
- б) 6
- в) 8

7. К гимнастике не относится:

- а) вис на перекладине;
- б) опорный прыжок;
- в) прыжок в длину;
- г) лазанье.

8. Упражнения, направленные на профилактику нарушений и коррекцию осанки:

- а) упражнения с гимнастической палкой;
- б) прыжки в длину с места;
- в) поднимание туловища из положения лежа.

9. Вис - положение занимающегося на снаряде, при котором его плечи находятся _____ точек хвата.

10. Строй, в котором учащиеся стоят в затылок друг за другом называется _____.

11. Способ прыжков в высоту, изучаемый в школе называется:

- а) «перекидной»;
- б) «волна»;
- в) «флоп»;
- г) «перешагивание».

12. Талисманом Олимпиады-80 в Москве был:

- а) тигренок Ходори;
- б) медвежонок Миша;
- в) пёс Коби;
- г) зверёк Иззи.

13. С низкого старта бегают:

- а) на короткие дистанции;
- б) на средние дистанции;
- в) на длинные дистанции;
- г) кроссы.

14. 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.

15. На занятиях по баскетболу нужно играть:

- а) футбольным мячом;
- б) волейбольным мячом;
- в) баскетбольным мячом;
- г) резиновым мячом.

16. Количество замен в футболе:

- а) одна;

- б) четыре;
- в) три;
- г) две.

17. Назовите частоту сердечных сокращений (пульс) в состоянии покоя здорового человека:

- а) 50-60 ударов в минуту;
- б) 70-80 ударов в минуту;
- в) 90-100 ударов в минуту;
- г) 100-110 ударов в минуту.

18. Через какое время нужно устраивать короткие перерывы для отдыха и выполнения физических упражнений (физкультурные паузы и физкультминутки), которые быстро восстанавливают внимание и работоспособность?

- а) 1 час 30 минут;
- б) 1 час;
- в) 40-45 минут;
- г) 25-30 минут.

19. Назовите количество человек в баскетбольной команде:

- а) 10;
- б) 5;
- в) 12;
- г) 8.

Практическая часть

№ п/п	Физические способности	Контрольные упражнения (тест)	Класс
1.	Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места	6
2.	Выносливость	Бег на 1000 метров	
3.	Силовые	Подъем туловища из положения лежа на спине, руки на груди скрестно за 1 минуту	

Критерии оценивания промежуточной аттестации

Теоретическая часть

Каждое задание оценивается в баллах, которые затем суммируются и переводятся в пятибалльную шкалу

Каждый правильный ответ оценивается в 1 балл

Оценка «5» - 17-19 баллов

Оценка «4» - 14-16 баллов

Оценка «3» - 12-13 баллов

Оценка «2» - 11 и меньше

Практическая часть

№	Контрольные упражнения	Показатели					
		Мальчики			Девочки		
		«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
1	Прыжок в длину с места (см)	175	165	145	165	155	140
2	Бег на 1000 метров (мин, сек)	4.28	4.40	4.52	5.11	5.25	5.50
3	Подъем туловища из положения лежа на спине, руки на груди скрестно за 1 минуту (количество раз)	37	34	26	32	25	22

Ответы

1-б;2-а;3-в;4-а;5-в;6-б;7-в;8-а;9-ниже;10-колонна;11-г;12-б;13-а;14-в;15-в;16-в;17-б;18-в;19-б.