

**Итоговая контрольная работа по физической культуре
(3 класс)**

Кодификатор

**элементов содержания и требований к уровню подготовки обучающихся
по ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

Код раздела	Код контролируемого элемента	Элементы содержания, проверяемые заданиями итоговой работы
1.	1.	Физическая культура как область знаний
	1.1.	История и современное развитие физической культуры
	1.2.	Физическая культура (основные понятия)
	1.3.	Физическая культура человека
2.	2.	Способы двигательной (физкультурной) деятельности
	2.1	Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой
	2.2.	Оценка эффективности занятий физической культурой
3.	3.	Физическое совершенствование
	3.1.	Гимнастика с основами акробатики
	3.2.	Легкая атлетика
	3.3.	Лыжные гонки
	3.4.	Спортивные игры
	3.5.	Плавание
4.	4.	Этнокультурная составляющая
	4.1	Национальные виды спорта

Спецификация
контрольных измерительных материалов (КИМ)

1. Обобщенный план работы

Уровни сложности заданий: Б - базовый, П - повышенный, В – высокий.

№ п/п	Проверяемые элементы содержания и/или требования к уровню подготовки учащихся	Коды проверяемых элементов содержания и/или требований к уровню подготовки учащихся	Уровень сложности задания	Макс. балл за выполнение задания	Примерное время выполнения задания (мин.)
1	Понятие о здоровом образе жизни.	1.1	Б	1	3
2	Понятие о здоровом образе жизни.	1.1	Б	1	3
3	Понятие о здоровом образе жизни.	1.1	Б	1	1
4	Понятие о здоровом образе жизни.	1.1	Б	1	3
5	ФК человека	1.3	Б	1	3
6	История Олимпийских игр	1.2		1	3
7	История Олимпийских игр	1.2	Б	1	3
8	История Олимпийских игр	1.2	Б	1	1
9	Организация и проведение самостоятельных занятий ФК	2.1	Б	1	3
10	Легкая атлетика	3.3	Б	1	3
11	Основной понятия ФК	1.2	Б	1	3
12	ФК человека	1.3	Б	1	3
13	Организация и проведение самостоятельных занятий ФК	2.1	П	2	7
	ИТОГО			14	39 мин.

2. Система оценивания заданий 1 – 12.

За **верное** выполнение заданий 1-13 *контрольной* работы учащийся получает по одному баллу за каждое задание. За **неверный** ответ или его **отсутствие** выставляется ноль баллов.

3. Критерии оценивания заданий 13

№ задания	Критерии оценивания задания	Баллы
13	2 балла ставится за полностью правильный ответ	2
	1 балл – смысл ответа правильный, но имеются неточности в формулировке ответа, перечисление ответов от 50% до 100%,	1
	Неверный ответ или его отсутствие	0

4. Шкала пересчета первичного балла за выполнение работы в отметку по пятибалльной шкале

Отметка по пятибалльной шкале	«2»	«3»	«4»	«5»
Общий балл	0 – 5	5-7	8-10	11-13

ДЕМОНСТРАЦИОННЫЙ ВАРИАНТ

**контрольных измерительных материалов по учебному предмету
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА (3 класс)**

1. Что понимается под закаливанием

- а) купание в холодной воде и хождение босиком
- б) приспособление организма к воздействию внешней среды
- в) сочетание воздушных и солнечных ванн с гимнастикой и подвижными играми

2. Закаливающие процедуры следует начинать с обливания

- а) горячей водой;
- б) теплой водой;
- в) водой, имеющей температуру тела;

3. Здоровый образ жизни – это способ жизнедеятельности, направленный на

- а) развитие физических качеств людей;
- б) поддержание высокой работоспособности людей;
- в) сохранение и улучшение здоровья людей;

4. Наиболее важным слагаемым здорового образа жизни является...

- а) двигательный режим.
- б) рациональное питание.
- в) личная и общественная гигиена.

5. С какой целью планируют режим дня?

- а) с целью организации рационального режима питания,
- б) с целью поддержания высокого уровня работоспособности организма,
- в) с целью четкой организации текущих дел, их выполнения в установленные сроки.

6. Физическое воспитание детей на государственном уровне в Древней Греции начиналось в каком возрасте?

- а) 10 лет
- б) 8 лет
- в) 7 лет

7. С какого времени ведется счет античных ОИ?

- А) с 392 г. н. э.
- б) с 432 г. до н. э.
- в) с 776 г. до н. э.

8. В Древней Греции победителей игр называли:

- а) олимпиониками
- б) гимнастами
- в) элладодики

9. Самоконтроль – это:

- а) оценка и контроль твоего самочувствия после занятий физическими упражнениями;
- б) название спортивного инвентаря

в) время, затраченное на тренировку и занятия спортом

10. Легкая атлетика – один из самых популярных видов спорта, она включает:

- а) бег, прыжки, ходьба, метание;
- б) бег и прыжки
- в) игры, бег, прыжки, ходьба

11. Различают пять основных двигательных способностей:

- а) гибкость, сила, быстрота, выносливость и ловкость;
- б) скорость, сила, красота движений, меткость, сила
- в) темп, скорость, сила, выносливость, меткость

12. Физкультминутки – это:

- а) упражнения для восстановления организма после умственной работы;
- б) спортивные игры, которые изучаются на уроках физкультуры;
- в) домашние задания, которые задают на уроках физкультуры.

13. Соотнесите между собой содержание двух столбцов. Впишите правильный ответ с указанием цифры и буквы.

Сопоставьте фамилии спортсменов, завоевавших золотые медали на олимпиаде в Сочи и виды спорта, в которых они добились успеха.

Ф.И. спортсменов	Виды спорта
1. Александр Третьяков	А) шорт-трек
2. Виктор Ан	Б) фигурное катание
3. Аделина Сотникова	В) скелетон
4. Антон Шипулин	Г) биатлон

ОТВЕТЫ:

№ задания	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Ответ	б	в	в	а	б	в	в	а	а	а	а	а	А2,Б3,В1,Г4