

Контрольно-измерительный материал для проведения промежуточной аттестации обучающихся 5 класса (ФГОС) по физической культуре за 2023/2024 учебный год

Спецификация контрольных измерительных материалов

Назначение работы – оценить уровень достижения обучающимися планируемых результатов по физической культуре, а также универсальных учебных действий учащихся в соответствии с требованиями ФГОС ООО за курс 5 класса по "Физической культуре".

Задания обеспечивают проверку всех разделов планируемых результатов освоения программы.

Материал составлен в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта, учебного плана, примерной программы основного общего образования по физической культуре, авторской программы - М.Я. Виленский Лях В.И. Физическая культура 5-7 классы-М.:Просвещение,2021

Форма промежуточной аттестации: итоговая контрольная работа.

Время выполнения: 40 мин.

Структура и содержание работы

Контрольная работа представлена в виде теста состоящий из двух частей разных по сложности, для 5 класса из 13 вопросов.

Часть I содержит 10 вопросов, в которых нужно выбрать один правильный вариант ответа из трёх предложенных, все вопросы базового уровня.

Часть II содержит 3 вопроса, в которых необходимо самостоятельно написать ответ.

Для 5 класса работа представлена в 2 вариантах. Вопросы в тесте направлены на диагностику планируемых результатов по предмету физическая культура по таким темам, как:

Теория физической культуры;

Спортивные игры (баскетбол, волейбол, футбол);

Легкая атлетика;

Гимнастика;

Здоровый образ жизни;

Олимпийское движение.

Критерии оценивания:

Для 5 класса:

Каждый правильный ответ в I части с 1 по 10 вопрос оцениваются в 1 балл, во II части с 11 по 13 вопрос, правильный ответ оценивается в 2 балла. Максимальное количество баллов за тест – 16.

Система оценивания работы

Баллы	Отметка	%
16-14 баллов	Отметка «5»	86-100%
13-10 баллов	Отметка «4»	65-85%
9-7 баллов	Отметка «3»	40-65%
Менее 6 баллов	Отметка «2»	0-40%

Ключ на задания промежуточной аттестации по физической культуре в 5 классе

№	Вариант 1	Вариант 2
1	- Сохранение и укрепление здоровья	- Рациональное питание, режим дня, гигиена, закаливание, физические упражнения
2	- По личным показателям - роста, массы тела, окружности тела и по осанке.	- Физическое совершенство
3	- Воздухом	- Постепенность
4	- 40-45 минут.	- Способ преодоления утомления
5	- Полное пробуждение организма	- Утренняя зарядка
6	- Кросс	- «Перешагиванием»
7	- До 25 очков;	-По часовой стрелке.
8	- Спорным броском в центральном круге	- Играть ногами
9	-Группировка	- Кувырок
10	- Рукой	- Ударом с центра круга.
11	4 года	Древняя Греция
12	Шеренга	Колонна
13	Затылок,лопатки,ягодицы,пятки	60-80 уд./мит.

**Промежуточная аттестация в форме итоговой контрольной работы
по физической культуре за курс 5 класса
2023/2024 учебного года
МКОУ «СОШ №13» ИМОСК**

Фамилия Имя _____

Дата _____

Вариант 1.

Часть I

1. Здоровый образ жизни - это способ жизнедеятельности, направленный на?

- сохранение и укрепление здоровья
- развитие физических качеств человека
- поддержание высокой работоспособности людей.

2. Какие основные показатели физического развития вы знаете?

- по физической подготовленности.
- по личным показателям - роста, массы тела, окружности тела и по осанке.
- по состоянию позвоночника.

3. Первой ступенью закаливания организма является закаливание...

- водой
- солнцем
- воздухом

4. Через какое время нужно устраивать короткие перерывы для отдыха и выполнять физкультминутки, которые быстро восстанавливают внимание и работоспособность?

- 15-20 минут.
- 1 час
- 40-45 минут.

5. Цель утренней зарядки:

- полное пробуждение организма
- выступить на олимпийских играх
- вовремя успеть на первый урок в школе

6. Бег по пересеченной местности называется?

- пробежка
- кросс
- марш-бросок

7. До какого счета ведется игра волейбол?

- до 10 очков;
- до 15 очков;
- до 25 очков;

8. Игра в баскетболе начинается....

- спорным броском в центральном круге
- из-за лицевой линии
- с приветствия команд

9. Положение занимающегося, при котором ноги согнутые в коленях и подтянуты к груди, кисти захватывают голени, называют в гимнастике:

- пережат
- группировка
- присед

10. Какой частью тела футболист не может останавливать мяч во время игры?

- рукой
- ногой
- туловищем

Часть II

11. Олимпийские игры (летние или зимние) проводятся через каждые:

12. Как называется строй, когда обучающиеся стоят плечом друг к другу: _____

13. Какие части тела должны касаться стены при правильной осанке? _____

**Промежуточная аттестация в форме итоговой контрольной работы
по физической культуре за курс 5 класса
2023/2024 учебного года
МКОУ «СОШ №13» ИМОСК**

Фамилия Имя _____

Дата _____

Вариант II

Часть I

1. Слагаемые здорового образа жизни:

- рациональное питание, режим дня, гигиена, закаливание, физические упражнения
- плавание, диета, чередование труда и отдыха-
- фитнес, салоны красоты, диета, закаливание.

2. Результатом физической подготовки является:

- физическое развитие человека
- физическое совершенство
- физическая подготовленность

3. Основной принцип закаливания:

- решительность.
- постепенность
- однообразие.

4. Физкультминутка-это?

- способ преодоления утомления
- возможность прервать урок
- спортивный праздник

5. Что помогает перейти от сна к бодрствованию?

- тихая лирическая музыка
- плотный завтрак
- утренняя зарядка

6. Один из способов прыжка в высоту называется?

- «переступанием»
- «перешагиванием»
- «перемахиванием»

7. Как осуществляется переход игроков в волейболе?

- против часовой стрелки;
- по указанию учителя;
- по часовой стрелке.

8. В баскетболе запрещено...:

- играть руками
- играть ногами
- бросать в кольцо

9. Вращательное движение через голову с последовательным касанием опорой поверхности отдельными частями тела в гимнастике означает как...?

- «колесо»
- кувырок
- сальто

10. Игра в футбол начинается с...?

- спорным броском
- ударом из-за боковой линии
- ударом с центра круга.

Часть II

11. В какой стране зародились Олимпийские игры? _____

12. Как называется строй, когда обучающиеся стоят в затылок друг за другом? _____

13. Укажите норму частоты сердечных сокращений (ЧСС) в покое у здорового нетренированного человека: _____