

**Спецификация работы  
для проведения контроля за уровнем освоения образовательной программы  
по физической культуре**

Программой общеобразовательных учреждений физического воспитания 1-11 классы М Просвещение 2018 В.И. Ляха и др. (4 класс по УМК В.И. Ляха и др.)

Характеристика структуры и содержания контрольной работы

Контрольная работа состоит из двух частей, которые различаются по содержанию, сложности и числу заданий. Определяющим признаком каждой части работы является форма заданий:

- **часть 1**- теоретическая часть, тестовая работа, содержит 15 заданий с выбором ответа (из четырех заданий только один правильный), работа выполняется 20 минут.

- **часть 2** – практическая часть, состоит из тестов-упражнений: 1. Упр. Бег 30 метров (сек), 2. Упр. Прыжок в длину с места (см), работа выполняется 40 минут.

**Часть 1. Задания с выбором ответа, части 1 (15 заданий)** контрольной работы предназначены для определения физических компетентностей учащихся 4 класса на базовом уровне и повышенном уровнях. Выполняют ее все учащиеся. Обучающиеся, отнесенные к подготовительной группе в обязательном порядке сдают тестовую работу в теоретической части, на практическую часть допускаются только с разрешения врача, при наличии соответствующей справки.

**Часть 2** включает 2 задания базового и повышенного уровня сложности - выполнение практической части. Выполняют ее учащиеся, относящиеся к основной группе здоровья. Они сдают в обязательном порядке тестовую работу в полном объеме, теоретическую и практическую части.

**Кодификатор**

**Распределение заданий работы по содержанию, проверяемым умениям и видам деятельности**

**Распределение заданий работы по содержанию и уровню сложности**

	Часть 1		Часть 2	
<b>Число заданий -15</b>	<b>15. Теоретическая</b>		<b>2. Практическая</b>	
Тип заданий и форма ответа	1-15 с выбором ответа		1 Упр. Бег 30 метров (сек) 2 Упр. Прыжок в длину с места (см)	
	1, 2, 3, 4, 5, 6, 9, 12, 14	7, 8, 10, 11, 13, 15		
Уровень сложности	Базовый	Повышенный	Базовый	Повышенный

## Распределение заданий работы по содержанию и уровню сложности

### практической части

#### Результаты практической части

##### Мальчики

Возраст, лет, месяцев	Уровень физической подготовленности	
	Повышенный уровень	Базовый уровень
<b>Бег на 30 м., сек.</b>		
10,0-10,5	5,3 и ниже	6,6
10,6-10,11	5,0 и ниже	6,5-5,6
<b>Прыжок в длину с места, см.</b>		
10,0-10,5	164 и выше	130 и выше
10,6-10,11	185	140-160

##### Девочки

Возраст, лет, месяцев	Уровень физической подготовленности	
	Повышенный уровень	Базовый уровень
<b>Бег на 30 м., сек.</b>		
10,0-10,5	5,5-5,3 и ниже	6,6
10,6-10,11	5,2 и ниже	6,5-5,6
<b>Прыжок в длину с места, см.</b>		
10,0-10,5	156-154 и более	120
10,6-10,11	170	140-145

#### Распределение заданий работы по проверяемым умениям и видам деятельности

Задание	Планируемый результат
<b>Практическая часть</b>	
1 упражнение	<b>Предметный результат</b> Выполнять нормативы физической подготовки
2 упражнение	<b>Метапредметный результат</b> Контролирует соответствие выполняемых действий способу, при изменении условий вносит коррективы в способ действия до начала решения
	<b>Личностный результат</b> Выявлять особенности в приросте показателей физического развития в течение учебного года, сравнивать их с возрастными стандартами
<b>Теоретическая часть (тестовое задание)</b>	
	<b>Метапредметный результат</b> Бережное отношение к своему здоровью

<b>1, 3, 5, 12 задания</b>	Понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития, укрепления и сохранения его. Укрепление здоровья средствами закаливания. Правила личной гигиены.
<b>11, 13,14 задания</b>	Исторические сведения о зарождении и развитии современных Олимпийских игр. Символика и ритуалы Олимпийских игр. Древнегреческие игры Олимпиады.
<b>9 задание</b>	Распределение времени и соблюдение режима дня. Назначение режима дня.
<b>15 задание</b>	Обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха, правильно оценивать свое самочувствие.
<b>10 задание</b>	Раскрывать смысл понятий основных физических качеств, команды при низком старте.
<b>2, 4 задания</b>	Требования к одежде и обуви для занятий физическими упражнениями и спортом. Руководствуются правилами выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий. Рекомендации по уходу за спортивной одеждой и обувью.
<b>7 задание</b>	Умение организовать места занятий и обеспечить их безопасность. Руководствуются правилами профилактики травматизма.
<b>6. 8 задания</b>	Связь физической культуры с укреплением здоровья. Связь между развитием физических качеств и основных систем организма.

### Система оценивания отдельных заданий и работы в целом

	Задание	Критерии	Баллы	Оценка учителя
1	<b>Бег 30м</b>	Умения <ul style="list-style-type: none"> <li>• Выполнять бег с высокого старта</li> <li>• Применять технику бега на короткие дистанции</li> <li>• Выполнять финишное ускорение</li> </ul>	<b>Мальчики:</b> 5 баллов -5.0 -5.3 и меньше 4 балла - 6.5-5.6 3 балла 6.6 и больше <b>Девочки:</b> 5 баллов-5.5-5.2 и меньше 4 балла- 6.5-5.6 3 балла -6.6 и больше	
2	<b>Прыжок в длину с места</b>	Умения <ul style="list-style-type: none"> <li>• Выполнять основы движения в прыжках - прыжок в длину с места</li> <li>• Распределять свои физические возможности</li> <li>• Развивать общую выносливость</li> </ul>	<b>Мальчики</b> 5 баллов – 164-185 и более 4 балла – 140-160 и более 3 балла -130 и более <b>Девочки</b> 5 баллов – 154-170 и более 4 балла – 140-145 и более 3 балла – 120 и более	

## Результаты практической части

### Мальчики

Возраст, лет, месяцев	Уровень физической подготовленности			
	Повышенный уровень		Базовый уровень	Ниже базового уровня
	5 баллов	4 балла	3 балла	2 балла
<b>Бег на 30 м., сек.</b>				
10,0-10,5	5,3 и меньше	6,5 и меньше	6,6	6,7 и больше
10,6-10.11	5,0	5.6	6.6	6,7 и больше
<b>Прыжок в длину с места, см.</b>				
10,0-10,5	164-185 и более	140-160 и более	130 и более	129 и менее
10,6-10.11	164-185 и более	140-160 и более	130 и более	

### Девочки

Возраст, лет, месяцев	Уровень физической подготовленности			
	Повышенный уровень		Базовый уровень	Ниже базового уровня
	5 баллов	4 балла	3 балла	2 балла
<b>Бег на 30 м., сек.</b>				
10,0-10,5	5,1 и ниже	5,2-5,4	5,5-5,8	5,9-6,3
10,6-10.11	5,1 и ниже	5,2-5,4	5,5-5,7	5,8-6,2
<b>Прыжок в длину с места, см.</b>				
10,0-10,5	154-170 и более	140-145 и более	120 и более	119 и менее
10,6-10.11	154-170 и более	140-145 и более	120 и более	119 и менее

## Результаты выполнения теоретической части

Предмет	Базовый уровень	Повышенный уровень
Физическая культура	1, 2, 3,4, 5, 6, 9,12,14	7, 8, 10, 11,13,15

За каждый правильный ответ базового уровня 1 балл (9 баллов).

За каждый правильный ответ повышенного уровня -2 балла (12 баллов). Всего: 21 балл.

### Соотношение тестового балла и аттестационной отметки

Тестовый балл	Аттестационная отметка
19-21	5
16-18	4
13-15	3
0-12	2

Отметка за практическую и теоретическую части В ЦЕЛОМ.

Максимальное количество баллов - 41 (21 за тест и 20 за практику)

## ПРОТОКОЛ

### Приема нормативов физкультурного комплекса

№ п\п	ФИО	Дата рождения	Отметки нормативов		Итоговая отметка
			Бег (30 м, сек)	Прыжок в длину с места, см.	

Учитель \_\_\_\_\_

Учитель физической культуры,

ассистент \_\_\_\_\_

Руководитель ШМО \_\_\_\_\_

Зам дир по УВР \_\_\_\_\_

**Процент выполнения** \_\_100%\_\_.

**Отметка** \_\_\_\_\_

90%-100% - Отметка 5

70%-89% - Отметка 4

40%-69% - Отметка 3

Менее 40% - Отметка 2

### 7. Дополнительные материалы и оборудование

Для проведения *теоретической части* необходимо следующее: тест, бланк, черновик, ручка. Справочные материалы вместе с текстом теоретической части контрольной работы не выдаются.

Для проведения *практической части* работы необходимо следующее оборудование: рулетка, мел, свисток.

#### 8. Условия проведения работы.

Работу проводит учитель физической культуры. Осуществляет контроль зам.дир. по УВР. Работа проводится на стадионе или в спортзале (практическая часть), в кабинете (теоретическая часть).

#### 9. Критерии оценивания работы

##### Ответы контрольной работы, теоретическая часть, 4 класс

№ задания	Ответы. Вариант №1	Ответы. Вариант №2
1.	В	А
2.	Г	А
3	Б	А
4	А	Б
5	Г	А
6	А	Б
7	Б	А
8	Б	А
9	В	А
10	Б	А
11	В	Б
12	А	Б
13	А	Б
14	В	А
15	В	Б

##### Соотношение тестового балла и аттестационной отметки

Тестовый балл	Аттестационная отметка
19-21	5
16-18	4
13-15	3
0-12	2

##### Результаты выполнения теоретической части

Предмет	Базовый уровень	Повышенный уровень
Физическая культура	1, 2, 3,4, 5, 6, 9,12,14	7, 8, 10, 11,13,15

За каждый правильный ответ базового уровня 1 балл (9баллов). Повышенного -2 балла (12 баллов).

Всего: 21 балл.

##### Результаты теоретической части по физической культуре

№ задания	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Ответ															

### **Результаты практической части по физической культуре**

Название теста	Результат	Оценка
Бег 30 метров (сек)		
Прыжок в длину с места (см)		

### **Инструкция по выполнению работы**

#### **Тестовая работа по физической культуре для учащихся 4-го класса Рекомендации по организации и проведению работы**

В целях дифференцированного подхода к организации уроков физической культуры все обучающиеся основной группы.

Учащиеся основной группы для занятий физической культурой сдают в обязательном порядке тестовую работу в полном объеме. Оценка предметного результата освоение программы с учетом уровневого подхода, принятого в Стандарте, предлагается выделение базового и повышенного уровня.

Контрольная работа по физической культуре состоит из двух частей: практической и теоретической (тестовой).

За выполнение практической части выставляется аттестационная оценка на основании полученных результатов.

Практическая часть состоит из тестов-упражнений:

1. Упр. Бег 30 метров (сек)
2. Упр. Прыжок в длину с места (см)

классе

ФИ ученика(цы)

класс

дата

ВАРИАНТ 1

### Инструкция

#### по выполнению тестового задания.

Вам предлагается ответить на вопросы по физической культуре. К каждому вопросу даны четыре варианта ответа, из которых только один верный, надо указать букву верного ответа, обвести его кружком. Выполнять их можно в любом порядке, главное — правильно решить как можно больше заданий. Совет: для экономии времени пропускать задание, которое не удастся выполнить **сразу**, и переходить к следующему. Если после выполнения всей работы останется время, можно будет вернуться к пропущенным заданиям. При выполнении заданий можно использовать черновик. Все необходимые вычисления, преобразования и прочее можно выполнять в черновике. Записи в черновике не проверяются и не оцениваются.

Время выполнения 20 минут

ВАРИАНТ 1

ТЕСТ

#### 1. Закаливающие процедуры следует начинать с обливания ...?

- а) горячей водой.
- б) теплой водой.
- в) водой, имеющей температуру тела.
- г) прохладной водой.

#### 2. Каким требованиям должна отвечать спортивная обувь?

- а) иметь вес до 300 г.
- б) соответствовать цвету костюма
- в) иметь узкий длинный носок
- г) соответствовать виду спорта

#### 3. С какой периодичностью следует стирать спортивную одежду, прилегающую к телу?

- а) каждый день
- б) после каждой тренировки
- в) один раз в месяц
- г) один раз в 10 дней

#### 4. В чем главное назначение спортивной одежды?

- а) защищать тело человека от неблагоприятных воздействий внешней среды
- б) поражать одноклассников и учителей цветом, фасоном
- в) подчеркивать индивидуальные особенности телосложения спортсмена
- г) рекламировать товары массового потребления известных фирм

#### 5. Какова цель утренней гимнастики?

- а) вовремя успеть на первый урок в школе
- б) совершенствовать силу воли
- в) выступить на Олимпийских играх
- г) ускорить полное пробуждение организма

#### 6. Физкультминутка это...?

- а) способ преодоления утомления;
- б) возможность прервать урок;
- в) время для общения с одноклассниками;
- г) спортивный праздник.



**7. Что делать при ушибе?**

- а) намазать ушибленное место мазью;
- б) положить холодный компресс;
- в) перевязать ушибленное место бинтом;
- г) намазать ушибленное место йодом.

**8. Под осанкой понимается...**

- а) привычное положение тела, когда человек сидит, стоит и передвигается.;
- б) силуэт человека;
- в) привычка к определённым позам;
- г) качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие и настроение

**9. Что такое режим дня?**

- а) выполнение поручений учителя;
- б) подготовка домашних заданий;
- в) распределение основных дел в течение всего дня;
- г) завтрак, обед и ужин каждый день в одно и то же время.

**10. Сколько и какие команды даются для бега с низкого старта?**

- а) две команды – «Становись!» и «Марш!»;
- б) три команды – «На старт!», «Внимание!», «Марш!»;
- в) две команды – «На старт!» и «Марш!».
- г) две команды – «Внимание!», «Марш!».

**11. В какой стране зародились Олимпийские игры?**

- а) в России;
- б) в Англии;
- в) в Греции;
- г) в Италии.

**12. Что такое физическая культура?:**

- а) регулярные занятия физическими упражнениями, играми и спортом;
- б) прогулка на свежем воздухе;
- в) культура движений;
- г) выполнение упражнений.

**13. Древнегреческие Игры Олимпиады праздновались...**

- а) у горы Олимп;
- б) в Афинах;
- в) в Спарте;
- г) в Олимпии.

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

- а) в Москве;
- б) в Санкт-Петербурге;
- в) в Сочи;
- г) в Киеве.

**15. Что не является правилом техники безопасности на уроке физической культуры?**

- а) запрещается самостоятельно брать спортивный инвентарь, находящийся в спортивном зале и тренерской комнате;
- б) держать дистанцию;
- в) при обнаружении поломок спортивного оборудования никому об этом не говорить;
- г) в случае плохого самочувствия на уроке учащийся должен незамедлительно сообщить об этом учителю физкультуры.

**Демоверсия промежуточной аттестации по физической культуре в форме теста**

ВАРИАНТ 2

**Инструкция**

**по выполнению тестового задания.**

Вам предлагается ответить на вопросы по физической культуре. К каждому вопросу даны четыре варианта ответа, из которых только один верный, надо указать букву верного ответа, обвести его кружком. Выполнять их можно в любом порядке, главное — правильно решить как можно больше заданий. Совет: для экономии времени пропускать задание, которое не удастся выполнить **сразу**, и переходить к следующему. Если после выполнения всей работы останется время, можно будет вернуться к пропущенным заданиям. При выполнении заданий можно использовать черновик. Все необходимые вычисления, преобразования и прочее можно выполнять в черновике. Записи в черновике не проверяются и не оцениваются.

Время выполнения 20 минут

ВАРИАНТ 2

ТЕСТ

**1. Закаливающие процедуры следует начинать с обливания ...?**

- а) водой, имеющей температуру тела
- б) теплой водой.
- в) горячей водой.
- г) прохладной водой.

**2. Каким требованиям должна отвечать спортивная обувь?**

- а) соответствовать виду спорта
- б) соответствовать цвету костюма
- в) иметь узкий длинный носок
- г) иметь вес до 300 г.

**3. С какой периодичностью следует стирать спортивную одежду, прилегающую к телу?**

- а) после каждой тренировки
- б) каждый день
- в) один раз в месяц
- г) один раз в 10 дней

**4. В чем главное назначение спортивной одежды?**

- а) поражать одноклассников и учителей цветом, фасоном
- б) защищать тело человека от неблагоприятных воздействий внешней среды
- в) подчеркивать индивидуальные особенности телосложения спортсмена
- г) рекламировать товары массового потребления известных фирм

**5. Какова цель утренней гимнастики?**

- а) ускорить полное пробуждение организма
- б) совершенствовать силу воли
- в) выступить на Олимпийских играх
- г) вовремя успеть на первый урок в школе

**6. Физкультминутка это...?**

- а) возможность прервать урок;
- б) способ преодоления утомления;
- в) время для общения с одноклассниками;

г) спортивный праздник.

**7. Что делать при ушибе?**

- а) положить холодный компресс;
- б) намазать ушибленное место мазью;
- в) перевязать ушибленное место бинтом;
- г) намазать ушибленное место йодом.

**8. Под осанкой понимается...**

- а) силуэт человека;
- б) привычное положение тела, когда человек сидит, стоит и передвигается.;
- в) привычка к определённым позам;
- г) качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие и настроение

**9. Что такое режим дня?**

- а) распределение основных дел в течение всего дня;
- б) подготовка домашних заданий;
- в) выполнение поручений учителя;
- г) завтрак, обед и ужин каждый день в одно и то же время.

**10. Сколько и какие команды даются для бега с низкого старта?**

- а) три команды – «На старт!», «Внимание!», «Марш!»;
- б) две команды – «Становись!» и «Марш!»;
- в) две команды – «На старт!» и «Марш!».
- г) две команды – «Внимание!», «Марш!».

**11. В какой стране зародились Олимпийские игры?**

- а) в России;
- б) в Греции;
- в) в Англии;
- г) в Италии.

**12. Что такое физическая культура?:**

- а) прогулка на свежем воздухе;
- б) регулярные занятия физическими упражнениями, играми и спортом;
- в) культура движений;
- г) выполнение упражнений.

**13. Древнегреческие Игры Олимпиады праздновались...**

- а) в Афинах;
- б) у горы Олимп;
- в) в Спарте;
- г) в Олимпии.

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

- а) в Сочи;
- б) в Санкт-Петербурге;
- в) в Москве;
- г) в Киеве.

**15. Что не является правилом техники безопасности на уроке физической культуры?**

- а) запрещается самостоятельно брать спортивный инвентарь, находящийся в спортивном зале и тренерской комнате;
- б) при обнаружении поломок спортивного оборудования никому об этом не говорить;
- в) держать дистанцию;
- г) в случае плохого самочувствия на уроке учащийся должен незамедлительно сообщить об этом учителю физкультуры.