

«Спортивные игры» 5 класс

Контрольная работа за 1 полугодие

Спецификация

Назначение диагностической работы

Работа предназначена для проведения процедуры текущей диагностики индивидуальной общеобразовательной физической подготовки обучающихся по курсу внеурочной деятельности «Спортивные игры» в 5 классах.

Объект оценивания: оценивается уровень овладения программным материалом и положительная динамика физической подготовленности тех качеств, над которыми работали в первой половине года (сила, гибкость, координация, скоростно-силовые качества)

Вид работы: выполнение контрольных нормативов по определению уровня физической подготовленности. Выполнение (тестов, ребусов)

Цель контроля: определить степень сформированности основных компетенций, оценить качество подготовки обучающихся по всем основным темам первого полугодия, изучаемых в 5 классе по курсу «Спортивные игры».

Проверяемые планируемые результаты.

Умение ответить на тестовые задания (ребусы, кроссворды).

Умение выполнить контрольный норматив в соответствии с возрастными нормами.

Умение выполнять предложенный норматив технически правильно. В тестировании проверяется учебный материал по внеурочной деятельности «Спортивные игры» **5 класс**

Примерный вариант оценивания

Оценка:

За выполнение каждого практического задания обучающийся получает от 3-5 баллов.

«3 балла» - ученик получает за выполнение задание соответствующее низкому уровню физического развития двигательного качества (критический уровень физической подготовки);

«4 балла» - ученик получает за выполнение задание соответствующее среднему уровню физического развития двигательного качества (достаточный уровень физической подготовки);

«5 баллов» - ученик получает за выполнение задание соответствующее высокому уровню физического развития двигательного качества (оптимальный уровень физической подготовки);

максимальный балл-25

Нормы оценки	
Технически правильное выполнение норматива	Уровни освоения
23-25 баллов	освоил
22-18 баллов	освоил
17-12 баллов	освоил
Не выполнение норматива, нарушение техники	Не освоил

Качество освоения программы	Название уровня	Уровень освоения	Отметка в балльной шкале
90-100%	оптимальный	освоил	«5»
75-89%	достаточный	освоил	«4»
50-74%	критический	освоил	«3»
до 49%	недопустимый	не освоил	«2»

Качество освоения программы	Название уровня	Уровень освоения	Отметка в балльной шкале
10 баллов	оптимальный	освоил	«5»
8 -9 баллов	достаточный	освоил	«4»
7-6 баллов	критический	освоил	«3»
Менее 5	недопустимый	не освоил	«2»

Тестовые нормативы 5 класс

	Челночный бег	«3»	«4»	«5»
Мальчики	4*9м сек.	12.4	11.7	10.7
Девочки		12.7	12.0	11.0

	Вставание в сед	«3»	«4»	«5»
Мальчики	и.п. лежа на	27	37	45
Девочки	полу за 1 мин (кол-во раз)	27	32	35

	Наклон вперед	«3»	«4»	«5»
Мальчики	и.п. сидя на	1	5	6
Девочки	полу (см)	6	8	12

	Прыжок в	«3»	«4»	«5»
Мальчики	длину с места	145	155	165
Девочки	(см)	130	145	155

	Сгибание и	«3»	«4»	«5»
Мальчики	разгибание рук в	13	18	28
Девочки	упоре Мальчики	7	9	14

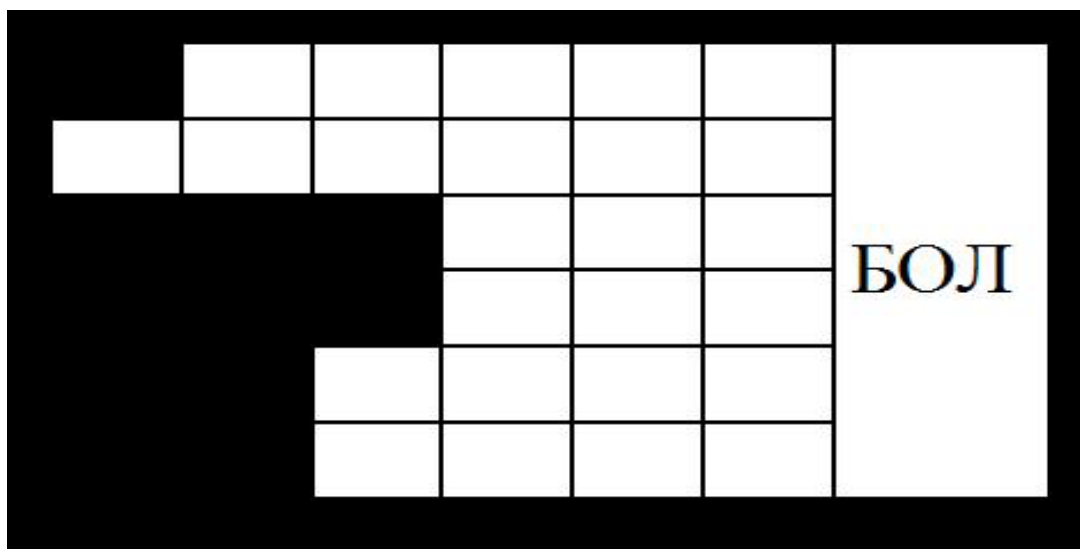
Демонстрационный вариант

Контрольная работа за 1 полугодие

Инструкция: есть немало видов спорта, у которых одинаковое окончание - «-бол». Вспомните полное название каждого вида спорта и впишите его в клетки.

Курс освоен: при наличии 6-7 правильных ответов

Курс не освоен: 3 и менее правильных ответов



Диагностическая работа
(диагностика предметных результатов 1 полугодие)
по курсу внеурочной деятельности «Спортивные игры» для 5 класса

БЛАНК ОТВЕТОВ

Фамилия имя _____

1	
2	
3	
4	
5	
6	

Диагностическая работа

(диагностика предметных результатов 1 полугодие)
по курсу внеурочной деятельности «Подвижные игры» для 4 класса
КЛЮЧ ОТВЕТОВ

1	Волейбол
2	Баскетбол
3	Футбол
4	Пушбол
5	Молобол
6	Бейсбол
7	Пионербол

Спортивные игры»
5 класс

Итоговая контрольная работа

Спецификация

Назначение диагностической работы

Работа предназначена для проведения процедуры текущей диагностики индивидуальной общеобразовательной физической подготовки обучающихся по курсу внеурочной деятельности «Спортивные игры» в 5 классах. Годовая аттестация проводится в форме тестов

Объект оценивания: оценивается уровень овладения программным материалом и положительная динамика физической подготовленности тех качеств, над которыми работали в первой половине года (сила, гибкость, координация, скоростно-силовые качества).

Вид работы: тест на знание теоретической части по курсу внеурочной деятельности «Спортивные игры».

Цель контроля: определить степень сформированности основных компетенций, оценить качество подготовки обучающихся по всем основным темам, изучаемым в 5 классе по курсу «Спортивные игры»

Инструкция: читая вопрос, выбери один из предложенных ответов.

Ключ к заданию

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
В	Б	Б	В	Г	Г	В	Б	Г	А

Курс освоен: при наличии 6-10 правильных ответов

Курс не освоен: 5 и менее правильных ответов

Тест

1. Сколько физических качеств у человека?

- а) 4
- б) 6
- в) 5
- г) 7

2. Перечислить физические качества человека.

- а) сила, ловкость, гимнастика, быстрота (скоростные способности).
- б) быстрота (скоростные способности), выносливость, двигательно-координационные способности (ловкость), гибкость, сила.
- в) гибкость, активная гибкость, пассивная гибкость, сила, двигательно-координационные способности (ловкость), выносливость.
- г) быстрота (скоростные способности), выносливость, двигательно-координационные способности (ловкость), гибкость, сила, умственные способности.

3. ОФП - расшифровка.

- а) организация физической подготовки
- б) общая физическая подготовка
- в) общественная форма правил
- г) основные физические принципы

4. ОРУ – расшифровка.

- а) организация упражнений
- б) общественное развитие учащихся
- в) обще-развивающие упражнения
- г) основное развитие учеников

5. ОРУ бывает?

- а) на скамейке, на матах
- б) через сетку, в кольцо
- в) через скакалку, на улице
- г) в ходьбе, в беге, на месте

6. Гибкость – это?

- а) способность организма сопротивляться продолжительному выполнению какой-либо работы без заметного снижения работоспособности.
- б) способность выполнять двигательное действие с максимальной скоростью (за наименьший промежуток времени).
- в) это способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противостоять ему за счет мышечных усилий (напряжений).
- г) способность человека выполнять упражнения с большой амплитудой

7. Какой вид старта применяется в беге на короткие дистанции?

- а) высокий
- б) средний
- в) низкий
- г) любой

8. Сила – это?

- а) способность организма сопротивляться продолжительному выполнению какой-либо работы без заметного снижения работоспособности.
- б) это способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противостоять ему за счет мышечных усилий (напряжений).
- в) способность выполнять двигательное действие с максимальной скоростью (за наименьший промежуток времени).
- г) способность человека выполнять упражнения с большой амплитудой

9. Быстрота (скоростные способности) – это?

- а) это способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противостоять ему за счет мышечных усилий (напряжений).
- б) способность организма сопротивляться продолжительному выполнению какой-либо работы без заметного снижения работоспособности
- в) способность человека выполнять упражнения с большой амплитудой
- г) способность выполнять двигательное действие с максимальной скоростью (за наименьший промежуток времени)

10. Выносливость – это?

- а) способность организма сопротивляться продолжительному выполнению какой-либо работы без заметного снижения работоспособности
- б) способность выполнять двигательное действие с максимальной скоростью (за наименьший промежуток времени)
- в) способность человека выполнять упражнения с большой амплитудой
- г) это способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противостоять ему за счет мышечных усилий (напряжений).