

Оценочные материалы
для проведения
промежуточной аттестации
по физкультуре
во 2 классе

Частное общеобразовательное учреждение «Венда»

Контрольное тестирование по физической культуре состоит из 2 частей: теоретический материал и сдача физических нормативов.

Форма проведения: *тест*

За каждый правильный ответ участнику дается 1 балл.

Критерии оценивания:

100-80 % набранных баллов – «отлично»;

79-60 % набранных баллов – «хорошо»

59-40 % набранных баллов – «удовлетворительно»;

39% и ниже - «неудовлетворительно».

Тест по основам знаний в предметной области «Физическая культура»

Выберите один правильный ответ:

Вопрос № 1

Что включает в себя физическая культура?

- a) Занятия физическими упражнениями
- b) Знания о своем организме
- c) Умение применять знания в жизни
- d) Все вышеназванное

Вопрос № 2

Какого цвета полотнище Олимпийского флага?

- a) Синее
- b) Голубое
- c) Белое

Вопрос № 3

Частное общеобразовательное учреждение «Венда»

Очень важно иметь правильную осанку. Что нельзя делать, чтобы была правильная осанка?

- a) Носить портфель на одном и том же плече
- b) Сидеть прямо за столом
- c) Укреплять мышцы спины и живота

Вопрос № 4

Какие талисманы на Олимпийских играх в Сочи?

- a) Леопард, тигренок, собака
- b) Леопард, заяц, медведь
- c) Заяц, медведь, кошка

Вопрос № 5

Как звучит олимпийский девиз?

- a) "Быстрее, выше, сильнее"
- b) "Делу время - потехе час"
- c) "Главное не победа, а участие"

Вопрос № 6

Назовите олимпийский символ:

- a) Олимпийский огонь
- b) Пять переплетенных колец
- c) Бегущий спортсмен

Вопрос № 7

Что надо делать при ушибах?

- a) Приложить теплый компресс
 - b) Приложить холодный компресс
-

- c) Подуть на ушибленное место
- d) Потереть ушибленное место

Вопрос № 8

Есть правила, которые надо соблюдать, чтобы сохранить зрение. Выберите неверный ответ:

- a) Не читать лежа
- b) Не наклоняться при чтении низко над книгой или тетрадью
- c) Целый день сидеть перед телевизором или компьютером
- d) Нельзя смотреть без защитных очков на яркий свет

Вопрос № 9

Есть правила, которые надо соблюдать, чтобы сохранить слух. Найди неверный ответ

- a) Слушай громкую музыку
- b) Носи в холодную и ветреную погоду головной убор
- c) Чисти уши только ватным жгутиком
- d) Если ухо заболело, обязательно сходи к врачу

Вопрос № 10

Сколько раз в день нужно чистить зубы с пастой?

- a) 1 раз
- b) 2 раза - утром и вечером
- c) достаточно прополоскать рот водой

Вопрос № 11

Когда необходимо мыть руки?

- a) Перед приемом пищи
 - b) После прогулки
-

- c) После посещения туалета
- d) Все вышеперечисленное правильно

Вопрос № 12

Какие продукты питания не рекомендуется часто употреблять в пищу?

- a) Молоко, мясо
- b) Чипсы, лимонад
- c) Творог, кефир
- d) Овощи, фрукт

Правильные ответы:

- 1) D
 - 2) C
 - 3) A
 - 4) B
 - 5) A
 - 6) B
 - 7) B
 - 8) C
 - 9) A
 - 10) B
 - 11) D
 - 12) B
-

Частное общеобразовательное учреждение «Венда»

Учебные нормативы и испытания по усвоению навыков, умений и развитию двигательных качеств.

№ п/п	Нормативы, испытания		2 класс		
			«5»	«4»	«3»
1	Бег 30 м (сек.)	М	5,2	6,8	6,9
		Д	5,4	7,0	7,1
2	Бег 1000 м (мин, сек.) ("+" -без учета времени)	М	+	+	+
		Д	+	+	+
3	Челночный бег 3x10 м (сек.)	М	8,9	9,9	10,3
		Д	9,4	10,4	10,9
4	Прыжок в длину с места (см.)	М	173	133	120
		Д	158	128	109
5	Прыжок в высоту, способом "Перешагивания" (см)	М	84	79	7974
		Д	74	69	
6	Прыжки через скакалку (кол-во раз/мин.)	М	80	70	60
		Д	90	80	70
7	Бег 60 м. (сек.)	М	8	11	14
		Д	12	14	16
8	Подтягивания (кол-во раз) Подтягивания из виса на низкой перекладине	М	4	2	1
		Д	10	8	6
9	Метание т/м (м)	М	18	15	12
		Д	15	12	10
10	Подъем туловища из положения лежа на спине (кол-во раз/мин)	М	28	25	21
		Д	25	22	19
11	Приседания (кол-во раз/мин)	М	40	38	36
		Д	38	36	34
12	Наклон вперед из и. п стоя (гибкость)	М	+12	+8	+4
		Д	+14	+10	+8

+ -без учёта времени
