

Промежуточная аттестация по физической культуре

в 3 классе МКОУ «СОШ №4»

Промежуточная аттестация по физической культуре в 3 классе проводится в соответствии со статьей 58 Федерального закона « Об образовании в Российской Федерации» № 273- ФЗ от 29.12.2012г. Основной общеобразовательной программой начального образования в форме тестов-упражнений.

Для определения уровня умений, навыков, способностей обучающихся используются тесты-упражнения; определены свои нормативы. Данные нормативы взяты из основных разделов программы под редакцией Ляха и определяют уровень физических качеств, способностей учащихся.

Результаты оцениваются по специальным таблицам с учетом гендерного аспекта.
Контрольные упражнения

1. Условия выполнения видов испытаний нормативов

1.1. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Исходное положение руки за головой, пальцы в замок, ноги согнуть в коленях, ступни закреплены.

Фиксируется количество выполненных упражнений до касания локтями коленей в одной попытке за 30 секунд.

1.2. Прыжок в длину с места. Выполняется двумя ногами от стартовой линии с махом рук. Длина прыжка с трех попыток измеряется в сантиметрах от стартовой линии до ближнего касания ногами или любой частью тела.

1.3. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (далее – отжимания), тест для мужчин. Исходное положение: упор лежа, голова, туловище, ноги составляют прямую линию. Сгибание рук выполняется до касания грудью пола, не нарушая прямой линии тела, а разгибание – до полного выпрямления рук, при сохранении прямой линии «голова – туловище – ноги». Дается одна попытка. Фиксируется количество отжиманий при условии правильного выполнения теста в произвольном темпе.

1.4. Прыжки через скакалку за 30 секунд выполняются по команде учителя, считается каждый подскок через скакалку

Критерии оценивания:

Выставление оценок (по 5- балльной системе) осуществляется следующим образом:

«5» (отлично) – высокий уровень физической подготовленности; обучающийся в полной мере владеет знаниями по физической культуре; двигательными умениями, навыками, способностями; имеет высокий уровень личной успешности при выполнении тестовых упражнений;

«4» (хорошо) – средний уровень подготовленности; обучающийся достаточно владеет знаниями по физической культуре; двигательными умениями, навыками,

способностями; имеет средний уровень личной успешности при выполнении тестовых упражнений;

«3» (удовлетворительно) – низкий уровень подготовленности; обучающийся недостаточно владеет знаниями по физической культуре; двигательными умениями, навыками, способностями; имеет низкий уровень личной успешности при выполнении тестовых упражнений;

«2» (неудовлетворительно) – ниже допустимого низкого уровня подготовленности; обучающийся не владеет знаниями, двигательными умениями, навыками, способностями; не имеет личной успешности.

Осуществляя индивидуальный подход к оцениванию умений, навыков обучающихся, учитываются личностные особенности и возможности, состояние здоровья, принадлежность ребенка к той или иной группе по состоянию здоровья. Обучающиеся, относящиеся к подготовительной группе по состоянию здоровья, могут быть по рекомендации врача или освобождены от сдачи нормативных требований, или нормативные требования для них могут быть ниже на 10%. Обучающиеся, относящиеся к подготовительной группе, освобождаются от сдачи нормативов, противопоказанных по состоянию здоровья.

Критерии оценивания нормативов для 3 класса:

Нормативы	Юноши			Девушки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Поднимание туловища в положении лежа	19	17	13	17	14	11
Прыжок в длину с места	150	135	120	140	130	115
Прыжки со скакалкой	40	35	30	50	40	30
Сгибание-разгибание рук в упоре лежа	15	10	6	8	6	3

Каждое задание оценивается отдельно. Оценка за промежуточную аттестацию выставляется, как среднеарифметическое данных отметок.