

Демонстрационная версия промежуточной аттестации по итогам года 6 класс

Назначение работы - оценить уровень освоения программы по физической культуре за 2017-2018 учебный год, обучающихся 6 классов.

Характеристика структуры и содержания итоговой работы

Итоговая работа предназначена для определения физических компетентностей учащихся 6 классов на базовом уровне и повышенном уровнях. Выполняют ее все учащиеся. Итоговая работа состоит из тестового задания в закрытой и открытой форме, которые различаются по содержанию, сложности и числу заданий.

1 часть: Задание в закрытой форме состоит из 15 вопросов, за каждый правильный ответ - 1 балл (15 баллов).

Задание в закрытой форме с одиночным выбором (тип вопроса — одиночный выбор). Задание в закрытой форме с одиночным выбором состоит из неполного утверждения и набора вариантов ответа, только один из которых является правильным. Тестируемый должен выбрать один правильный ответ из предлагаемого множества ответов.

2 часть: Задание в открытой форме состоит из 5 вопросов, за каждый правильный ответ - 2 балла (10 баллов).

Задание в открытой форме (тип вопроса — открытый). Оно требует сформулированного самим тестируемым заключения на требование тестового задания. Задание в открытой форме имеет вид неполного утверждения, в котором отсутствует один ключевой элемент (ответ). В качестве ответа может быть слово или словосочетание.

Максимальное количество баллов -25

Процент выполнения:

25-20 баллов - «5»

19-16 баллов - «4»

15-10 баллов - «3»

9 и менее баллов - «2»

1. Что не относится к легкой атлетике?

- a. Ходьба
- b. бег
- c. равновесие
- d. прыжки
- e. метание

2. Когда можно производить метание?

- a. с разрешения учителя
- b. после сбора инвентаря
- c. по желанию

3. Что относится к важным умениям, необходимых для бега?

- a. правильное дыхание
- b. постановка стопы
- c. положение тела

4. Где выполняют беговые упражнения?

- a. на неровной, рыхлой поверхности

- b. на ровной дорожке
- c. на скользком, мокром грунте

5. Какой прыжок изучают по школьной программе в 6 класса?

- a. рывок «согнув ноги»
- b. рывок «ноги врозь»
- c. рывок «поджав ноги»

6. На занятиях по легкой атлетике:

- a. заниматься в школьной форме
- b. бежать против движения
- c. играть в футбол
- d. быть в спортивной форме и выполнять задания учителя

7. В какой последовательности происходит прыжок в длину?

- a. толчок, полет, приземление, разбег;
- b. полет, приземление, разбег, толчок;
- c. разбег, толчок, полет, приземление;
- d. разбег, приземление, толчок, полет.

8. Какова длина разбега в прыжке «согнув ноги»

- a. 2 – 3м
- b. 10 – 15м
- c. 15 – 20м
- d. 5 - 10м

9. На каких дистанциях применяется низкий старт:

- a. на коротких
- b. на длинных
- c. на средних

10. Какое физическое качество развивается при беге на длинные дистанции:

- a. Выносливость
- b. Гибкость
- c. Сила
- d. быстрота

11. Пульс в покое составляет:

- a. 100 – 120 ударов в минуту
- b. 60 – 90 ударов в минуту
- c. 90 – 110 ударов в минуту

12. Как можно поддержать или улучшить состояние своего здоровья?

- a. вести здоровый образ жизни
- b. читать подходящую литературу
- c. уважать старших

13. Что не относится к составляющим здорового образа жизни?

- a. режим дня
- b. закаливание
- c. занятие физкультурой
- d. не соблюдение правил личной гигиены

14. Что такое осанка?

- a. это прямая спина
- b. это привычная поза человека
- c. это заболевание позвоночника

15. Какие физические качества развиваются на уроках легкой атлетики?

- a. гибкость
- b. быстроты
- c. выносливость
- d. ловкость

Часть 2

Задания 17 - 20 требуют написания полного развернутого ответа

16. Сколько игроков в волейбольной команде (полевых)?

17. Сколько игроков одновременно может находиться на баскетбольной площадке?

18. Способность выполнять двигательное действие с максимальной скоростью (за наименьший промежуток времени) это- _____

19. Способность человека выполнять упражнения с большой амплитудой это- _____

20. Сколько колец на Олимпийском флаге?