

Автономная некоммерческая организация профессионального
образования «Старая школа»
(АНО ПО «Старая школа»)

РАССМОТРЕНО
Педагогическим Советом
АНО ПО «Старая школа»
Протокол №1 от 13.06.2024г.

Макарова М.А. / 

«13» июня

2024г.



УТВЕРЖДЕНО
Директор АНО ПО «Старая школа»

Макарова М.А. / 

«13» июня

2024г.



**ФОНД
ОЦЕНОЧНЫХ МАТЕРИАЛОВ**
для проведения текущего контроля
и промежуточной аттестации обучающихся
в АНО ПО "Старая школа"
учебного предмета «Физическая культура»
для 1-4 класса

Москва
2024 г.

Нормы оценивания по физической культуре

Данный ФОС разработан для 1-4-х классов АНО ПО "Старая школа" по учебному предмету «Физическая культура».

Оценочные средства разработаны для проверки качества образования по физической культуре, выявление пробелов, определение эффективности образовательного процесса ФК в школе.

В АНО ПО "Старая школа" используются;

- пятибалльная система оценивания для 2-4 классов,
- без оценочного обучения – 1 классы;

Структурными элементами фонда оценочных средств являются комплекты контрольно-оценочных средств (нормативов), разработанных по данному учебному предмету. Комплект КОС является общим на параллель 2-4-х классов

Оценка за год выставляется на основании четвертных оценок в соответствии с общепедагогическими требованиями. Оценка успеваемости за четверть выставляется на основании данных текущего учета. Текущий учёт включает: знания, технику изучаемых двигательных умений и навыков, выполнение нормативов, умение осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность, динамику индивидуальных показателей физического развития.

Знания

Оценка «5»	Оценка «4»	Оценка «3»	Оценка «2»
упражнение выполнено в соответствии с заданием, правильно, без напряжения, уверенно; в играх учащийся показал знание правил игры, умение пользоваться изученными упражнениями для быстрого достижения индивидуальных и коллективных целей в игре	упражнение выполнено в соответствии с заданием, правильно, но недостаточно уверенно, в играх учащийся показал знание правил игры, но недостаточно уверенно умеет пользоваться изученными движениями для быстрого достижения результатов в игре.	упражнение выполнено правильно, но недостаточно точно, с большим напряжением, допущены незначительные ошибки; в играх учащийся не всегда умеет пользоваться изученными движениями.	упражнение выполнено неправильно, с грубыми ошибками; в играх учащийся показал слабое знание правил, неумение пользоваться изученными упражнениями.

Техника владения двигательными умениями и навыками

Оценка «5»	Оценка «4»	Оценка «3»	Оценка «2»
Движение или отдельные его элементы выполнены правильно, с соблюдением всех требований, без ошибок; продемонстрировать в нестандартных условиях;	При выполнении ученик действует так же, как и в предыдущем случае, но допустил не более двух незначительных ошибок	Двигательное действие в основном выполнено правильно, допущено более двух значительных или одна грубая ошибка.	Движение или отдельные его элементы выполнены неправильно.
	Ученик понимает сущность движения, его назначение, может объяснить, как оно выполняется может исправить ошибки, допущенные другим учеником;	Ученик может объяснить, как упражнение выполняется.	Ученик не может объяснить, как упражнение выполняется.

Учащийся, который не может продемонстрировать технику упражнения, по какой либо причине, объясняет устно с показом отдельных элементов.

Для оценивания техники владения двигательными умениями и навыками используются: наблюдение, вызов из строя для показа, выполнение упражнений и комбинированный метод.

Владение способами и умение осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность

С целью привлечения учащихся к систематическим занятиям ф.к., участие в соревнованиях различного уровня поощряется оценкой «отл.»

За многократные пропуски занятий (4 урока) без уважительной причины выставляется оценка «неуд.».

Оценка «5»	Оценка «4»	Оценка «3»	Оценка «2»
Учащийся умеет: - организует место занятий самостоятельно; - самостоятельно работать по заданию; - контролировать ход выполнения деятельности и оценивать итоги	Учащийся: - организует место занятий в основном самостоятельно лишь с незначительной помощью; - контролирует ход выполнения деятельности и оценивает итоги	Более половины видов самостоятельной деятельности выполнены с помощью учителя	Учащийся не может выполнить самостоятельно ни один из пунктов

- осуществлять безопасную деятельность на занятиях;	- осуществляет деятельность на занятиях с незначительными нарушениями; -без причинения вреда себе или кому-либо	грубое нарушение т/б на занятии -причинение вреда себе или кому-либо по неосторожности	Опасное для здоровья нарушение т/б на занятии. -намеренное причинение вреда себе или кому-либо -пища во рту во время занятия
Победа во внутришкольных соревнованиях. Участие в соревнованиях городского уровня.	Участие во внутришкольных соревнованиях.		

Уровень физической подготовленности учащихся.

Два раза в год (сентябрь, май) замеряется уровень физической подготовленности учащихся.

Физические способности	Контрольное упражнение (тест)
Скоростные	Бег 30 м, (с)
Координационные	Челночный бег 3х10 м.(с)
Скоростно-силовые	Прыжки в длину с места (см)
Выносливость	Бег 1000 м (мин,сек)
Гибкость	Наклон вперед из положения сидя (см)
Силовые	Подтягивание на высокой перекладине (мальчики) на низкой перекладине (девочки) кол.раз

На протяжении учебного года с октября по март один раз в месяц осуществляется замер отдельных физических качеств, включённых в систему сквозных домашних заданий. Максимальным результатом в тестах д/з являются результаты комплекса ГТО.

При оценке физической подготовленности приоритетным показателем является индивидуальное изменение результатов по сравнению с предыдущим замером каждого ученика.

Оценка «5»	Оценка «4»	Оценка «3»
Имеется рост в показателях физической подготовленности за определенный период времени от исходного показателя.	Нет роста показателей физической подготовленности за определенный период времени от исходного показателя.	Уменьшение показателей физической подготовленности за определенный период времени от исходного показателя.

Контрольно-оценочные средства для 2-х классов

Легкая атлетика

Контрольные упражнения	ПОКАЗАТЕЛИ					
	Учащиеся			Девочки		
Оценка	“5”	“4”	“3”	“5”	“4”	“3”
Прыжок в длину с места, (см)	техн	техн	техн	техн	техн	техн
	больше 110	109- 90	меньше 90	больше 100	99-80	меньше 80
Высокий старт	техн	техн	техн	техн	техн	техн
Челночный бег	техн	техн	техн	техн	техн	техн
Метание м/м на дальность с места из и.п. стоя грудью (м)	техн	техн	техн	техн	техн	техн
	10	5	меньше 5	10	5	меньше 5
Прыжок в высоту с прямого разбега (см)	50	45	40	45	40	35
Метание м/м в цель из-за головы 2х2м с 3-4 м	1 из 3	не попал	не доброс.	1 из 3	не попал	не доброс.

Гимнастика

Контрольные упражнения	ПОКАЗАТЕЛИ					
	Учащиеся			Девочки		
Оценка	“5”	“4”	“3”	“5”	“4”	“3”
Перекаты в группировке (из. и.п. упор присев)	техн	техн	техн	техн	техн	техн
Перекатом стойка на лопатках, согнув ноги	техн	техн	техн	техн	техн	техн
Кувырок вперед	техн	техн	техн	техн	техн	техн
Кувырок в сторону	техн	техн	техн	техн	техн	техн
Лазание по канату произвольно (захват рук. ног)	техн	техн	техн	техн	техн	техн
Упр. на г/бревне (стойки передвижения с препятствием)	техн	техн	техн	техн	техн	техн
Наклон вперед сидя на полу (тест)	Динамика результата					
Подтягивание (девочки из положения лёжа), кол-во раз (тест)	Динамика результата					

Контрольно-оценочные средства для 3-х классов

Легкая атлетика

Контрольные упражнения	ПОКАЗАТЕЛИ					
	Мальчики			Девочки		
Учащиеся	“5”	“4”	“3”	“5”	“4”	“3”
Оценка	“5”	“4”	“3”	“5”	“4”	“3”
Бег 1 км	без учёта времени					
Высокий старт	техн	техн	техн	техн	техн	техн
Метание м/м на дальность стоя боком в направлении метания(м)	техн	техн	техн	техн	техн	техн
	15	12	менше 12	12	10	менше 10
Метание м/ м стоя боком в направлении метания в вертикальную цель 1х1м. с расстояния 4-5 м.; рез. (кол-во попаданий)	3 из 3	2 из 3	1 из 3	3 из 3	2 из 3	1 из 3
Прыжок в высоту способом «перешагивание» с 3-4 шагов разбега (см)	техн	техн	техн	техн	техн	техн
	70	65	60	65	60	55

Гимнастика

Контрольные упражнения	ПОКАЗАТЕЛИ					
	Мальчики			Девочки		
Учащиеся	“5”	“4”	“3”	“5”	“4”	“3”
Оценка	“5”	“4”	“3”	“5”	“4”	“3”
Стока на лопатках перекатом	техн	техн	техн	техн	техн	техн
2 Кувырка вперёд	техн	техн	техн	техн	техн	техн
Акробатическая комбинация (2 элемента + равновесие)	техн	техн	техн	техн	техн	техн
мост из положения лежа на спине	техн	техн	техн	техн	техн	техн
На козла с разбега вскок в упор стоя на коленях и соскок взмахом рук.	техн	техн	техн	техн	техн	техн
Лазание по канату в три приёма	техн	техн	техн	техн	техн	техн
Упр. на г/бревне (передвижения, повороты, седы)	техн	техн	техн	техн	техн	техн
Наклон вперёд сидя на полу (тест)	Динамика результата					
Подтягивание (девочки из положения лёжа), кол-во раз (тест)	Динамика результата					

Элементы спортивных игр

Контрольные упражнения	ПОКАЗАТЕЛИ					
	Мальчики			Девочки		
Учащиеся	“5”	“4”	“3”	“5”	“4”	“3”
футбол						
<i>передача</i> внешней стор. стопы по неподвижному мячу, катящемуся навстречу с места, с одного-двух шагов;	техн	техн	техн	техн	техн	техн
<i>ведение</i> мяча внутр. и внешн. частью подъема по прямой	техн	техн	техн	техн	техн	техн
баскетбол						
Передвижения в бб./ стойке лицом, спиной, пр..лев, боком	техн	техн	техн	техн	техн	техн
Остановка прыжком	техн	техн	техн	техн	техн	техн
бросок мяча с места двумя от груди сбоку от щита	техн	техн	техн	техн	техн	техн
	3 из 5	2 из 5	1из 5	3 из 5	2 из 5	1из 5
<i>Передача</i> двумя от груди с места верхняя ,с отскоком от пола	техн	техн	техн	техн	техн	техн
ведение мяча на месте в высокой средней и низкой стойках	техн	техн	техн	техн	техн	техн
волейбол						
прием мяча снизу двумя руками после набрасывания партнёра	3 из 5	2 из 5	1из 5	3 из 5	2 из 5	1из 5
передача м с собственным подбрасыванием на месте;	3 из 5	2 из 5	1из 5	3 из 5	2 из 5	1из 5

Контрольно-оценочные средства для 4-х классов

Легкая атлетика

Контрольные упражнения	ПОКАЗАТЕЛИ					
Учащиеся	Мальчики			Девочки		
Оценка	“5”	“4”	“3”	“5”	“4”	“3”
Бег 1 км	без учёта времени					
Старт с опорой на одну руку.	техн	техн	техн	техн	техн	техн
Метание м/м на дальность стоя боком в направлении метания(м)	техн 20	техн 15	техн 10	техн 15	техн 10	техн менше 10
Метание м/ м стоя боком в направлении метания расстояния 5-6 м на дальность отскока от стены.	5 м	3м	1м	4м	2м	1м
Прыжок в высоту способом «перешагивание» (см)	техн	техн	техн	техн	техн	техн
	75	70	65	70	65	60

Гимнастика

Контрольные упражнения	ПОКАЗАТЕЛИ					
Учащиеся	Мальчики			Девочки		
Оценка	“5”	“4”	“3”	“5”	“4”	“3”
Стока на лопатках перекатом +усложнение	техн	техн	техн	техн	техн	техн
Кувырок вперёд с усложнением (ноги скрестно, врозь)	техн	техн	техн	техн	техн	техн
Кувырок назад	техн	техн	техн	техн	техн	техн
Мост с помощью и самостоятельно	техн	техн	техн	техн	техн	техн
Акробатическая комбинация (Зупр.+ 1 своё упр.)	техн	техн	техн	техн	техн	техн
На козла с разбега вскок в упор в упор присев и соскок взмахом рук.	техн	техн	техн	техн	техн	техн
Лазание по канату в три приёма	техн	техн	техн	техн	техн	техн
Наклон вперёд сидя на полу (тест)	Динамика результата					
Подтягивание (девочки из положения лёжа), кол-во раз	Динамика результата					

