

Особенности оценки предметных результатов по физической культуре.

Итоговые планируемые результаты по физической культуре формируются на разных этапах прохождения темы, во время практических занятий.

1. Список итоговых планируемых результатов и способы их оценки

| К концу обучения в 1 классе обучающийся научится | Способ оценки |
|--|----------------------|
| различать основные предметные области физической культуры (гимнастика, игры, туризм, спорт); | устно |
| формулировать правила составления распорядка дня с использованием знаний принципов личной гигиены, требований к одежде и обуви для занятий физическими упражнениями в зале и на улице, иметь представление о здоровом образе жизни, о важности ведения активного образа жизни, формулировать основные правила безопасного поведения в местах занятий физическими упражнениями (в спортивном зале, на спортивной площадке, в бассейне) | Практическая работа |
| формулировать простейшие правила закаливания и организации самостоятельных занятий физическими упражнениями, применять их в повседневной жизни, понимать и раскрывать значение регулярного выполнения гимнастических упражнений для гармоничного развития, описывать формы наблюдения за динамикой развития гибкости и координационных способностей | устно |
| иметь представление об основных видах разминки. Способы физкультурной деятельности | устно |
| выбирать гимнастические упражнения для формирования стопы, осанки в положении стоя, сидя и при ходьбе, упражнения для развития гибкости и координации | устно |
| составлять и выполнять индивидуальный распорядок дня с включением утренней гимнастики, физкультминуток, выполнения упражнений гимнастики, измерять и демонстрировать в записи индивидуальные показатели длины и массы тела, сравнивать их значения с рекомендуемыми для гармоничного развития значениями. | Практическая работа |
| Самостоятельные развивающие, подвижные игры и спортивные эстафеты, строевые упражнения: участвовать в спортивных эстафетах, развивающих подвижных играх, в том числе ролевых, с заданиями на выполнение движений под музыку и с использованием танцевальных шагов, выполнять игровые задания для знакомства с видами спорта, плаванием, основами туристической деятельности, общаться и взаимодействовать в игровой деятельности, выполнять команды и строевые упражнения | Практическая работа |
| осваивать технику выполнения гимнастических упражнений для формирования опорно-двигательного аппарата, включая гимнастический шаг, мягкий бег | Практическая работа |

| | |
|---|----------------------|
| упражнения основной гимнастики на развитие физических качеств (гибкость, координация), эффективность развития которых приходится на период начального общего образования, и развития силы, основанной на удержании собственного веса; осваивать гимнастические упражнения на развитие моторики, координационно-скоростных способностей, в том числе с использованием гимнастических предметов (скакалка, мяч); | Практическая работа |
| осваивать гимнастические упражнения, направленные на развитие жизненно важных навыков и умений (группировка, кувырки, повороты в обе стороны, равновесие на каждой ноге попеременно, прыжки толчком с двух ног вперёд, назад, с поворотом в обе стороны); | зачет |
| осваивать способы игровой деятельности | Практическая работа |
| К концу обучения в 2 классе обучающийся научится | Способ оценки |
| описывать технику выполнения освоенных гимнастических упражнений по видам разминки, отмечать динамику развития личных физических качеств: гибкости, силы, координационно-скоростных способностей; | Практическая работа |
| кратко излагать историю физической культуры, гимнастики, олимпийского движения, некоторых видов спорта, излагать и находить информацию о ГТО, его нормативов, описывать технику удержания на воде и основных общеразвивающих гимнастических упражнений как жизненно важных навыков человека, понимать и раскрывать правила поведения на воде, формулировать правила проведения водных процедур, воздушных и солнечных ванн, гигиенические правила при выполнении физических упражнений, во время купания и занятий плаванием, характеризовать умение плавать. | устно |
| выбирать и составлять комплексы упражнений основной гимнастики для выполнения определённых задач, включая формирование свода стопы, укрепление определённых групп мышц, увеличение подвижности суставов; | Практическая работа |
| использовать технику контроля за соблюдением осанки и правильной постановки стопы при ходьбе, характеризовать основные показатели физических качеств и способностей человека (гибкость, сила, выносливость, координационные и скоростные способности) и перечислять возрастной период для их эффективного развития; | зачет |
| принимать решения в условиях игровой деятельности, оценивать правила безопасности в процессе игры; | Практическая работа |
| составлять письменно и выполнять индивидуальный распорядок дня включением утренней гимнастики, физкультминуток, регулярных упражнений гимнастики, | Практическая работа |

| | |
|---|----------------------|
| измерять, сравнивать динамику развития физических качеств и способностей: гибкости, координационных способностей, измерять (пальпаторно) частоту сердечных сокращений при выполнении упражнений с различной нагрузкой; классифицировать виды физических упражнений в соответствии с определённым классификационным признаком: по признаку исторически сложившихся систем физического воспитания, по преимущественной целевой направленности их использования, по преимущественному воздействию на развитие отдельных качеств (способностей) человека. | |
| Самостоятельные развивающие, подвижные игры и спортивные эстафеты, командные перестроения | Практическая работа |
| участвовать в играх и игровых заданиях, спортивных эстафетах; устанавливать ролевое участие членов команды; выполнять перестроения | Практическая работа |
| осваивать физические упражнения на развитие гибкости и координационно-скоростных способностей; | зачет |
| осваивать и демонстрировать технику перемещения гимнастическим шагом, мягким бегом вперёд, назад, прыжками, подскоками, галопом | зачет |
| осваивать и демонстрировать технику выполнения подводящих, гимнастических и акробатических упражнений, танцевальных шагов, работы с гимнастическими предметами для развития моторики, пространственного воображения, меткости, гибкости, координационно-скоростных способностей | Практическая работа |
| демонстрировать равновесие стоя и в полуприседе на каждой ноге попеременно, прыжки на месте с полуповоротом с прямыми ногами и в группировке (в обе стороны); | зачет |
| осваивать технику плавания одним или несколькими спортивными стилями плавания (при наличии материально-технического обеспечения) | устно |
| К концу обучения в 3 классе обучающийся научится | Способ оценки |
| представлять и описывать структуру спортивного движения в нашей стране, формулировать отличие задач физической культуры от задач спорта; | устно |
| выполнять задания на составление комплексов физических упражнений по преимущественной целевой направленности их использования, находить и представлять материал по заданной теме, объяснять связь физических упражнений для формирования и укрепления здоровья, развития памяти, разговорной речи, мышления; представлять и описывать общее строение человека, называть основные части костного скелета человека и основные группы мышц | Практическая работа |
| описывать технику выполнения освоенных физических упражнений; формулировать основные правила безопасного | Практическая работа |

| | |
|---|---------------------|
| поведения на занятиях по физической культуре; | |
| находить информацию о возрастных периодах, когда эффективно развивается каждое из следующих физических качеств: гибкость, координация, быстрота, сила, выносливость; | устно |
| различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств и способностей человека; | Практическая работа |
| различать упражнения на развитие моторики; | Практическая работа |
| объяснять технику дыхания под водой, технику удержания тела на воде | устно |
| формулировать основные правила выполнения спортивных упражнений (по виду спорта на выбор); | устно |
| выявлять характерные ошибки при выполнении физических упражнений | Практическая работа |
| самостоятельно проводить разминку по её видам: общую, партерную, разминку у опоры, характеризовать комплексы гимнастических упражнений по целевому назначению; | Практическая работа |
| организовывать проведение игр, игровых заданий и спортивных эстафет (на выбор). | Практическая работа |
| определять максимально допустимую для себя нагрузку (амплитуду движения) при выполнении физического упражнения, оценивать и объяснять меру воздействия того или иного упражнения (по заданию) на основные физические качества и способности; | Практическая работа |
| проводить наблюдения за своим дыханием при выполнении упражнений основной гимнастики. | Практическая работа |
| составлять, организовывать и проводить игры и игровые задания; | Практическая работа |
| выполнять ролевые задания при проведении спортивных эстафет с гимнастическим предметом/без гимнастического предмета (организатор эстафеты, главный судья, капитан, член команды) | зачет |
| осваивать и выполнять технику разучиваемых физических упражнений и комбинаций гимнастических упражнений с использованием в том числе танцевальных шагов, поворотов, прыжков; осваивать и выполнять технику спортивного плавания стилями (на выбор):брасс, кроль на спине, кроль; | устно |
| осваивать технику выполнения комплексов гимнастических упражнений для развития гибкости, координационно-скоростных способностей; | зачет |

| | |
|---|----------------------|
| осваивать универсальные умения при выполнении организующих упражнений и жизненно важных навыков двигательной деятельности человека, такие как: построение и перестроение, перемещения различными способами передвижения, группировка, перекаты, повороты, прыжки, удержание на воде, дыхание под водой и другие; | зачет |
| проявлять физические качества: гибкость, координацию – и демонстрировать динамику их развития; | зачет |
| осваивать универсальные умения по самостоятельному выполнению упражнений в оздоровительных формах занятий; | Практическая работа |
| осваивать и демонстрировать технику стилей спортивного плавания (брасс, кроль) с динамикой улучшения показателей скорости при плавании на определённое расстояние; | устно |
| осваивать комплексы гимнастических упражнений и упражнений акробатики с использованием и без использования гимнастических предметов (мяч, скакалка); | Практическая работа |
| осваивать универсальные умения прыжков, поворотов, равновесий, включая: серию поворотов и прыжков на девяносто и сто восемьдесят градусов, прыжки с толчком одной ногой, обеими ногами с прямыми и согнутыми коленями, прямо и с полуповоротом, с места и с разбега, прыжки и подскоки через вращающуюся скакалку | зачет |
| осваивать универсальные умения ходьбы на лыжах (при возможных погодных условиях), бега на скорость, метания теннисного мяча в заданную цель, прыжков в высоту через планку, прыжков в длину и иное; | устно |
| осваивать универсальные умения при выполнении специальных физических упражнений, входящих в программу начальной подготовки по виду спорта (по выбору) | зачет |
| К концу обучения в 4 классе обучающийся научится | Способ оценки |
| определять и кратко характеризовать физическую культуру, её роль в общей культуре человека, пересказывать тексты по истории физической культуры, олимпизма, понимать и раскрывать связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью; | устно |
| называть направления физической культуры в классификации физических упражнений по признаку исторически сложившихся систем физического воспитания; понимать и перечислять физические упражнения в классификации по преимущественной целевой направленности | устно |
| формулировать основные задачи физической культуры, объяснять отличия задач физической культуры от задач спорта; | устно |
| характеризовать туристическую деятельность, её место в классификации физических упражнений по признаку | устно |

| | |
|---|---------------------|
| исторически сложившихся систем физического воспитания и отмечать роль туристической деятельности в ориентировании на местности и жизнеобеспечении в трудных ситуациях; | |
| давать основные определения по организации строевых упражнений: строй, фланг, фронт, интервал, дистанция, направляющий, замыкающий, шеренга, колонна; | Практическая работа |
| знать строевые команды; | зачет |
| знать и применять методику определения результатов развития физических качеств и способностей: гибкости, координационно-скоростных способностей | зачет |
| Определять ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма; | Практическая работа |
| определять состав спортивной одежды в зависимости от погодных условий и условий занятий; | |
| различать гимнастические упражнения по воздействию на развитие физических качеств (сила, быстрота, координация, гибкость). | Практическая работа |
| составлять индивидуальный режим дня, вести дневник наблюдений за своим физическим развитием, в том числе оценивая своё состояние после закаливающих процедур; | устно |
| измерять показатели развития физических качеств и способностей по методикам программы по физической культуре (гибкость, координационно-скоростные способности); | Практическая работа |
| объяснять технику разученных гимнастических упражнений и специальных физических упражнений по виду спорта (по выбору); | Практическая работа |
| общаться и взаимодействовать в игровой деятельности | Практическая работа |
| моделировать комплексы упражнений по заданной цели: на развитие гибкости, координации, быстроты, моторики, улучшение подвижности суставов, увеличение эластичности мышц, формирование стопы и осанки, развитие меткости и другие; | тест |
| составлять, организовывать и проводить подвижные игры с элементами соревновательной деятельности | Практическая работа |
| осваивать универсальные умения по самостоятельному выполнению упражнений в оздоровительных формах занятий (гимнастические минутки, утренняя гимнастика, учебно-тренировочный процесс); | тест |

| | |
|---|---------------------|
| моделировать физические нагрузки для развития основных физических качеств и способностей в зависимости от уровня физической подготовленности и эффективности динамики развития физических качеств и способностей | Практическая работа |
| осваивать универсальные умения по контролю за величиной физической нагрузки при выполнении упражнений на развитие физических качеств по частоте сердечных сокращений; | Практическая работа |
| осваивать навыки по самостоятельному выполнению гимнастических упражнений при различных видах разминки: общей, партерной, разминки у опоры – в целях обеспечения нагрузки на группы мышц в различных положениях (в движении, лёжа, сидя, стоя); | зачет |
| принимать на себя ответственность за результаты эффективного развития собственных физических качеств. | зачет |
| осваивать и показывать универсальные умения при выполнении организующих упражнений; | Практическая работа |
| осваивать технику выполнения спортивных упражнений | |
| осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании специальных физических упражнений; | зачет |
| проявлять физические качества гибкости, координации и быстроты при выполнении специальных физических упражнений и упражнений основной гимнастики; | зачет |
| выявлять характерные ошибки при выполнении гимнастических упражнений и техники плавания; различать, выполнять и озвучивать строевые команды; | устно |
| Осваивать универсальные умения по взаимодействию в группах при разучивании и выполнении физических упражнений; | тест |
| осваивать и демонстрировать технику различных стилей плавания (на выбор), выполнять плавание на скорость; | устно |
| описывать и демонстрировать правила соревновательной деятельности по виду спорта (на выбор); | Практическая работа |
| соблюдать правила техники безопасности при занятиях физической культурой и спортом; демонстрировать технику удержания гимнастических предметов (мяч, скакалка) при передаче, броске, ловле, вращении, перекатах; | Практическая работа |
| Демонстрировать технику выполнения равновесий, поворотов, прыжков толчком с одной ноги (попеременно), на месте и с разбега; | зачет |

| | |
|--|---------------------|
| осваивать технику выполнения акробатических упражнений (кувырок, колесо, шпагат/полушпагат, мост из различных положений по выбору, стойка на руках); | зачет |
| осваивать технику танцевальных шагов, выполняемых индивидуально, парами, в группах; | Практическая работа |
| моделировать комплексы упражнений общей гимнастики по видам разминки(общая, партерная, у опоры); | зачет |
| осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр, игровых заданий, спортивных эстафет; | Практическая работа |
| осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности; | Практическая работа |
| осваивать технические действия из спортивных игр | зачет |

2. Требования к выставлению отметок за промежуточную аттестацию

Промежуточная аттестация обучающихся проводится в апреле – мае в качестве контроля освоения учебного предмета, за исключением 1 класса.

Промежуточная аттестация обучающихся осуществляется по пятибалльной системе оценивания. Для тестовых работ, результат прохождения которых фиксируется в ином количестве баллов, педагогом разрабатывается шкала перерасчета полученного результата в отметку по пятибалльной шкале.

Отметки за промежуточную аттестацию фиксируются педагогом в журнале успеваемости и дневнике обучающегося (электронном журнале) в сроки и порядке, предусмотренном локальным нормативным актом школы.

3. График контрольных мероприятий

| Контрольное мероприятие | Срок проведения | Класс |
|---------------------------------|-------------------------|-------|
| Проверка домашнего задания | На каждом занятии | 2-4 |
| Опрос по пройденной теме | По итогам освоения темы | 2-4 |
| Тематическая контрольная работа | По итогам освоения темы | 2-4 |
| Итоговая контрольная работа | Апрель-май | 2-4 |