**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ЧЕЧЕНСКОЙ РЕСПУБЛИКИ**

**МУ«ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЯ СЕРНОВОДСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА»**

**МБОУ «СОШ № 2 с.СЕРНОВОДСКОЕ»**

|  |  |
| --- | --- |
| **РАССМОТРЕНО**  На заседании МО учителей начальных классов  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Асланбекова Л.С.  Протокол № 1 от 30.08.2023 г. | **СОГЛАСОВАНО**  Заместитель директора по УВР  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Асланбекова Л.С.  31.08.2023 г. |

**Фонд оценочных средств**

**по учебному предмету:**

**«Физическая культура»**

**3а класс**

Составитель учитель начальных классов

Бахарчиева С.М.

**с.СЕРНОВОДСКОЕ**

**2023 г.**

**Паспорт фонда оценочных средств**

**по физической культуре**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Предмет** | **Наименование** | **Источник** |
| 1 | Физическая культура | Тестовая работа за 1 полугодие | «Школа России»  В.И.Лях 2022.Проверочные  работы 3 класс.Просвещение. |
| 2 | Физическая культура | Тестовая работа за 2 полугодие | «Школа России»  В.И.Лях 2022.Проверочные  работы 3 класс.Просвещение. |

**Тестовая работа за 1 полугодие**

**Учени\_\_\_\_ 3а класса**

**МБОУ «СОШ № 2 с.Серноводское»**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

1. Какой отдых НЕ способствует сохранению здоровья?

А. Прогулки

Б. Компьютерные игры

В. Спортивные игры

2. Выбери физические качества человека:

А. Доброта, терпение, жадность

Б. Сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость

В. Скромность, аккуратность, верность

3. Почему надо чаще мыть руки?

А. Чтобы не заболеть

Б. Чтобы сохранить кожу

В. Чтобы руки были красивыми

4. В какое время суток необходимо выполнять зарядку?

А. Вечером

Б. Утром, после сна

В. В конце учебного дня

5.Чтобы осанка была правильной нужно:

А. Часами сидеть за компьютером

Б. Развивать все мышцы тела

В. Кататься на санках

6. Что относится к правилам здорового образа жизни?

А. Покупка лекарств

Б. Обильное питание

В. Занятие спортом

7. К гимнастическим предметам относятся:

А. Портфель, тетрадь, карандаш

Б. Мяч, скакалка, обруч

В. Кроссовки, коньки, лыжи

8. Подвижные игры помогут тебе стать:

А. Умным

Б. Общительным

В. Ловким, быстрым, выносливым

9. К спортивным играм с мячом относятся:

А. Хоккей, шашки

Б. Футбол, волейбол, баскетбол

В. Бадминтон, шахматы

10. Какое физическое качество развивает упражнение «наклон вперёд стоя»:

А. выносливость

Б. гибкость

В. ловкость

**Тестовая работа за 2 полугодие**

**Учени\_\_\_\_ 3а класса**

**МБОУ «СОШ № 2 с.Серноводское»**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

1.Что такое физическая культура?

а) регулярные занятии физическими упражнениями, играми и спортом;

б) прогулка на свежем воздухе;

в) культура движений;

г) выполнение упражнений.

2.Что такое ЧСС?

а) чрезвычайная служба спасения

б) число, суммы слагаемого

в) частота сердечных сокращений

3.В каком древнегреческом городе устраивались состязания- Олимпийские игры?

а) Афины;

б) Олимпия;

в) Спарта;

г) Риме.

4.Сколько и какие команды даются для бега с низкого старта?

а) две команды – «Становись!» и «Марш!»;

б) три команды – «На старт!», «Внимание!», «Марш!»;

в) две команды – «На старт!» и «Марш!»;

г) две команды – «Внимание!» и «Марш!».

5.Упражнения из какого вида спорта помогают стать быстрыми и выносливыми?

а) шахматы;

б) фигурное катание;

в) гимнастика;

г) легкая атлетика.

6.Талисман паралимпийских игр?

а) Снежный барс;

б) Снежинка;

в) Сова ;

г) Лучик.

7.Под осанкой понимается…

а) привычное положение тела, когда человек сидит, стоит и передвигается;

б) силуэт человека;

в) привычка к определенным позам;

г) качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие.

8.Орган дыхания человека:

а) рот;

б) кожа;

в) трахея;

г) кишечник.

9.Физкультминутка это..?

а) способ преодоления утомление;

б) возможность прервать урок;

в) время для общения с одноклассниками;

г) спортивный праздник.

10.Что может являться причиной травматизма во время занятий на гимнастических снарядах?

а) выполнение упражнений без страховки;

б) выполнение упражнений на самодельной перекладине;

в) выполнение упражнений без присутствия врача;

г) выполнение упражнения без присутствия товарища.