

Демонстрационный материал учебного предмета Физическая культура 2 класс

Назначение работы

В целях дифференцированного подхода к организации физической культуры все обучающиеся общеобразовательных учреждений в зависимости от состояния здоровья делятся на три группы: *основную, подготовительную, специальную медицинскую.*

Обучающиеся *основной группы* выполняют контрольные нормативы физической подготовленности учащихся общеобразовательных учреждений. Данные нормативы взяты из «Спортивно-технический комплекс «Готов к труду и защите Отечества» и определяют уровень физических качеств, способностей учащихся.

Обучающиеся *подготовительной группы* выполняют контрольные нормативы, но оценка ставится на балл выше и тоже выводится средний балл.

Обучающиеся, которые на основании медицинского заключения о состоянии их здоровья, не могут заниматься физической культурой, относятся к специальной медицинской группе, пишут итоговую контрольную работу в форме теста (приложение1)

Условия выполнения видов испытаний нормативов

1. Подтягивание на перекладине (юноши). Учащийся с помощью учителя принимает положение виса хватом сверху. Подтянуться непрерывным движением так, чтобы подбородок оказался над перекладиной. Опуститься в вис. Самостоятельно остановить раскачивание и зафиксировать на 0,5 секунды в видимое для учителя положение виса. Не допускается сгибать руки поочередно, делать рывки ногами или туловищем, отпускать хват, раскрыв ладонь, останавливаться при выполнении очередного подтягивания. Пауза между повторениями не должна превышать 3 секунд.

2. 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 в 1 классе за 30 сек, во 2-4 за 60 секунд.

3. 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.

4. Наклон вперед из положения стоя. Стоя на полу, не отрывая пяток, ноги выпрямлены в коленях, ступни параллельно, расстояние между ними составляет 15-20 сантиметров. Выполняется 2 наклона вниз, на 3-м фиксируется результат по кончикам пальцев или ладоням при фиксации этого результата не менее 2 секунд, при этом сгибание ног в коленях не допускается.

5. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (далее – отжимания), Исходное положение: упор лежа, голова, туловище, ноги составляют прямую линию. Сгибание рук выполняется до прямого угла в локтевом сгибе, 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.

Критерии оценивания результатов промежуточной аттестации

Промежуточная аттестация состоит из 4 практических заданий для обучающихся 2 классов, по каждому из которых обучающийся получает отметку. Если обучающийся не справился с отметкой «3», но показал результат выше, чем при выполнении этого норматива в начале учебного года, то по данному нормативу обучающемуся ставится отметка «3». Обучающемуся ставится «ЗАЧЁТ» при выведении среднего балла от «3» и выше, «НЕЗАЧЁТ» при среднем балле равным «2».

1. Подтягивание на перекладине (мальчики)

Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (девочки)

класс	Мальчики (подтягивание)			Девочки (отжимание)		
оценка	5	4	3	5	4	3
2	5	4	2	12	7	4

2. Прыжок в длину с места

класс	Мальчики			Девочки		
оценка	5	4	3	5	4	3
2	142	122	108	137	117	103

3. Наклон вперед из положения стоя

класс	Мальчики			Девочки		
оценка	5	4	3	5	4	3
2	+7	+3	+1	+9	+5	+3

4. Подъём туловища из положения лёжа в 1 классе за 30 с., во 2-4 классах за мин.

класс	Мальчики			Девочки		
оценка	5	4	3	5	4	3
2	37	25	20	32	22	17

6. Дополнительные материалы и оборудование

Для проведения практической части работы необходимо следующее оборудование:
маты, перекладина, рулетка, мел, свисток.

Демонстрационный материал учебного предмета Физическая культура для обучающихся, которые относятся к специальной медицинской группе и не могут выполнять физические упражнения, 2 класс

1. Лучший отдых-это:

- А. Движение
- Б. Просмотр телевизора
- В. Рисование

2. Что помогает проснуться твоему организму:

- А. Еда
- Б. Утренняя зарядка
- В. Будильник

3. Для чего нужны физкультминутки?

- А. Снять утомление
- Б. Чтобы проснуться
- В. Чтобы быть здоровым

4. Чтобы осанка была правильной нужно:

- А. Заниматься физкультурой
- Б. Развивать все мышцы тела
- В. Плавать

5. В каких профессиях может понадобиться умение лазать?

- А. Пожарный
- Б. Врач
- В. Повар

6. Выбери физические качества человека:

- А. Доброта, терпение, жадность
- Б. Сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость
- В. Скромность, аккуратность, верность

7. Метание развивает:

- А. Глазомер, координацию, укрепляет мышцы рук и туловища
- Б. Быстроту, выносливость
- В. Гибкость, ловкость

Общие рекомендации для оценивания

- Отметка «5» ставится, если выполнено более 85% работы, когда обучающийся обнаруживает усвоение обязательного уровня и уровня повышенной сложности основных образовательных программ;
 - Отметка «4» ставится, если выполнено более 65% работы, когда обучающийся обнаруживает усвоение обязательного уровня и частично уровня повышенной сложности основных образовательных программ;
 - Отметка «3» ставится, если выполнено не менее 50% работы, когда обучающийся обнаруживает усвоение обязательного уровня основных образовательных программ, на уровне представлений и элементарных понятий.
 - Отметка «2» ставится, если выполнено менее 50% работы, когда обучающийся имеет отдельные представления об изученном материале, при этом большая часть обязательного уровня основных образовательных программ не усвоена.
- Обучающийся получает «ЗАЧЁТ» при итоговой отметке в «3», «4», «5» и «НЕЗАЧЁТ» при итоговой отметке «2».