**ПРИЛОЖЕНИЕ К ООП НОО**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**«ГУДЕРМЕССКАЯ СШ №6»**

**ФОС**

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

4 КЛАСС

2023-2024 УЧЕБНЫЙ ГОД

**Критерии оценивания по физической культуре в 4 классе**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Физические качества, двигательные умения и навыки** | **Контрольные упражнения** | **Критерии оценивания физической подготовленности (нормативы)** | | | | | | | |
| **Мальчики** | | | | **Девочки** | | | |
| **«5»** | **«4»** | **«3»** | **«2»** | **«5»** | **«4»** | **«3»** | **«2»** |
| 1 | Скоростные | **Бег 30 м с(сек)** | 5,4 | 6,0 | 6,2 | 6,9 | 5,6 | 6,2 | 6,4 | 7,0 |
| или бег на 60 м | 10,4 | 11,5 | 11,9 | 12,2 | 10,8 | 12,0 | 12,4 | 12,7 |
| 2 | Скоростно-силовые | **Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)** | 160 | 140 | 130 | 120 | 150 | 130 | 120 | 110 |
| или прыжок в длину с разбега (см) | 285 | 225 | 210 | 190 | 200 | 190 | 180 | 170 |
| Поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во за 1 минуту) | 42 | 32 | 27 | 20 | 36 | 27 | 24 | 18 |
| 3 | Силовые | Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз) | 5 | 3 | 2 | 1 |  |  |  |  |
| или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (кол-во раз) | 20 | 12 | 9 | 6 | 15 | 9 | 7 | 4 |
| или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз) | 22 | 13 | 10 | 7 | 13 | 7 | 5 | 3 |
| **Метание теннисного мяча (м)** | 21 | 18 | 15 | 10 | 18 | 15 | 12 | 8 |
| 4 | Выносливость | **Бег на 1км (мин.,сек)** | 4,50 | 5,50 | 6,10 | 6,30 | 5,10 | 6,20 | 6,30 | 7,0 |
| 5 | Координация | Челночный бег 3х10 м (сек) | 8,5 | 9,3 | 9,6 | 9,9 | 8,7 | 9,5 | 9,9 | 10,2 |
| 6 | Гибкость | Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи-см) | +8 | +4 | +2 | -3 | +11 | +5 | +3 | -1 |

**Паспорт**

**фонда оценочных средств**

**по физической культуре**

**4 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Контролируемые разделы (темы) предмета | Четверть. | Наименование  оценочного средства |
| 1 | **«Оздоровительная физическая культура**». | 1 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м.  **Выполнение нормативов** . |
| 2 | **«Спортивно-оздоровительная физическая культура».** | 2 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м.  **Выполнение нормативов**. |
| 3 | **«Спортивно-оздоровительная физическая культура».** | 3 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО.Метание малого мяча в цель.  **Выполнение нормативов.** |
| 4 | **«Прикладно-ориентированная физическая культура».** | 4 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами.  **Выполнение нормативов.** |