

-МО Староминский район –
Государственное казенное общеобразовательное учреждение Краснодарского
края специальная (коррекционная) школа-интернат
ст-цы Староминской

Дидактический материал по теме:
«Использование тестовых заданий на уроках физической культуры»
(методическая разработка)

Автор - составитель:
Лях Светлана Юрьевна,
учитель физической культуры,
высшая квалификационная категория

станция Староминская,
2021г.

Лях С.Ю. Тестовые задания по физкультуре: дидактический материал/
С.Ю. Лях. - Староминская: государственное казенное общеобразовательное учреждение Краснодарского края специальная (коррекционная) школа – интернат ст-цы Староминской, 2021.-20 с.

Аннотация

Представленные тестовые материалы по физической культуре для обучающихся 4 - 6 классов соответствуют требованиям адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

Работа с данным дидактическим материалом может проводиться индивидуально, парами или в группах и использоваться при обобщении и закреплении знаний.

Данный материал оказывает практическую помощь в решении важной и сложной задачи укрепления здоровья обучающихся, их правильному физическому развитию. Использование тестовых заданий является эффективным методом проверки знаний школьников с проблемами в обучении и способом повышающим мотивацию к предмету.

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|--|-------|
| 1. Пояснительная записка..... | 4 |
| 2. Это надо знать | 5-6 |
| 3. Здоровый образ жизни..... | 7 |
| 4. Виды спорта..... | 8-9 |
| 5. Легкая атлетика..... | 10 |
| 6. Гимнастика..... | 11-15 |
| 7. Баскетбол..... | 16 |
| 8. Волейбол..... | 17-18 |
| 9. Заключение..... | 19 |
| 10. Список используемой литературы | 20 |

Пояснительная записка

Программа по физической культуре для детей с ОВЗ направлена на укрепление здоровья, развитие физических качеств, коррекцию недостатков в развитии. Качество обучения зависит от глубины, своевременности и объективности оценки получаемых знаний.

Актуальность материала обусловлена тем, что деятельность учителя невозможна без использования современных образовательных технологий, одной из которых является личностно - ориентированная технология, дающая возможность осуществлять дифференцированный и индивидуальный подход в обучении посредством применения тестовых технологий.

Цель создания данного пособия: подбор тестовых заданий для осуществления диагностики овладения учебным материалом, освоение новых знаний, закрепление пройденного материала на уроке.

Задачи:

1. Поддерживать интерес учащихся к учебному процессу.
2. Осуществлять оперативную диагностику овладения учебным материалом.

Тест для учащихся - это система заданий в виде утверждений, расположенных в порядке возрастания трудности, имеющих форму типа «дописать», «выбрать правильный ответ», «установить соответствие», «установить последовательность» и т. д, которые позволяют оценить уровень подготовки ученика. При выполнении различных обучающих и контролирующих заданий учащийся выполняет либо репродуктивную, либо продуктивную познавательную деятельность, при этом и та, и другая деятельность реализуется либо с опорой, либо без опоры. На этом основано выделение уровня знаний. Уровень усвоения у учащихся с ослабленным здоровьем предполагает наличие у учащихся знаний – знакомств. Это уровень узнавания, ознакомления. Знания на этом уровне позволяют учащимся опознать объект среди предъявленных ему, либо соотнести свойства с характеристикой объекта и т.д.

Реализуя текущий контроль, составляю индивидуальные карточки – задания на каждого учащегося, учитывая его успеваемость и подготовку в физическом и психическом развитии. Дидактический материал разработан для контроля качества обучения учащихся 4-6 классов по темам: «Это надо знать», «Баскетбол», «Волейбол», «Легкая атлетика», «Гимнастика», «Общая

физическая подготовка», «Здоровый образ жизни», «Знакомство с видами спорта»

Раздел «Это надо знать»

1. После окончания спортивной тренировки необходимо? (указать правильный ответ)

- а) лечь на диван и отдохнуть
- б) принять душ или обтереться влажным полотенцем
- в) поиграть с друзьями в малоподвижные игры
- г) принимать пищу и пить много жидкости

2. Покажи стрелками соответствие мяча игре

Баскетбол

Теннис

Волейбол



Регби

Футбол

3. Спортивные и подвижные игры (укажи стрелками)?

| | | |
|-----------------|------------------------|-------------------|
| Футбол | Игра «Волк во рву» | Волейбол |
| Баскетбол | Подвижные игры | Игра «Мышеловка» |
| Гандбол | Спортивные игры | Игра «Два мороза» |
| Игра «Пятнашки» | Регби | Хоккей |

4. Раздели виды спорта по группам

Индивидуальные

Командные

Биатлон
Футбол
Хоккей
Настольный теннис
Волейбол
Баскетбол
Бег
Прыжки в длину

5. Закаливающие процедуры следует начать с обливания?

- А. Горячей водой.
- Б. Тёплой водой.
- В. Водой имеющей температуру тела.
- Г. Прохладной водой.

6. Каким требованиям должна отвечать обувь?

- А. Иметь вес 300 г.
- Б. Соответствовать цвету формы.
- В. иметь узкий длинный носок.
- Г. Соответствовать виду спорта.

7. Как должен выглядеть ученик на уроке физкультуры?

- А. Брюки школьные, майка, туфли.
- Б. Кроссовки, рубашка, брюки.
- В. Брюки спортивные, кроссовки, футболка.

Раздел «Здоровый образ жизни»

1. Дополните предложение.

1. ЗОЖ- это _____

2. Перечислите слагаемые здорового образа жизни

3. Режим дня –это _____

4. _____ комплекс физических упражнений, облегчающих переход от сна к бодрствованию.

5. Режим сна - _это _____

6. Перечислите основные правила гигиены питания

7. Перечислите вредные привычки

8. Перечислите внешние признаки утомления

Раздел «Виды спорта».

1. Подчеркнуть летние виды спорта

Хоккей

легкая атлетика

футбол

биатлон

лыжи

прыжки в воду

керлинг

баскетбол

водное поло

фигурное катание

гандбол

шортрек

прыжки в воду

керлинг

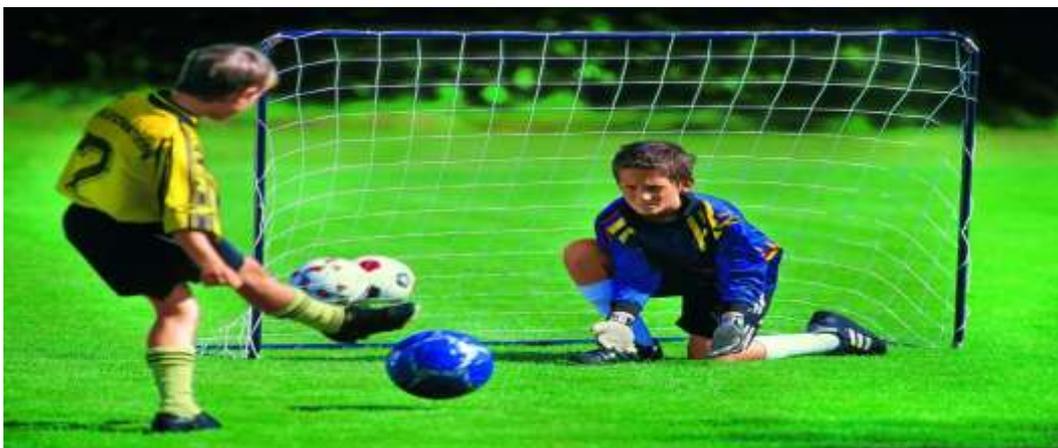
баскетбол

водное поло

фигурное катание

гандбол

2. Перечислите виды спорта, которые вы видите на картинке.



Раздел «Легкая атлетика»

1. Короткие дистанции (спринт)– это:

1) Бег на 800м 2) бег на 100м 3) бег на 450м

2. Бег на длинные дистанции - это

1) 30 м 2) 5000м 3) 100м,

3. При эстафетном беге

1) передают эстафетную палочку 2) пробегают молча вперед 3) говорят «беги»

4. Начинают бег при стартовых командах:

а) «на старт!», «внимание!», «марш!»

б) «внимание!», «вперед!» «марш!»

в) «на старт!», «бегом!», «марш!»

5. В каких видах результат фиксируют из 1 попытки

1) метание мяча 2) прыжки в длину 3) бег

Раздел «Гимнастика».

1. Перечислите инвентарь с которыми можно выполнить разминку:

2. Какие виды движений относятся к гимнастическим?

(подчеркнуть) прыжок в длину, бег на 100м., выполнение упражнений с мячами, метание мяча в цель, вис на гимнастической стенке, упражнения с обручем, перекаты, прыжок в высоту с разбега, плавание.

3. Перечислите упражнения для укрепления осанки.

4. Соотношение физических упражнений для развития гибкости, выносливости, силы, координации движений и ориентировки в пространстве, укреплению правильной осанки - к картинке.





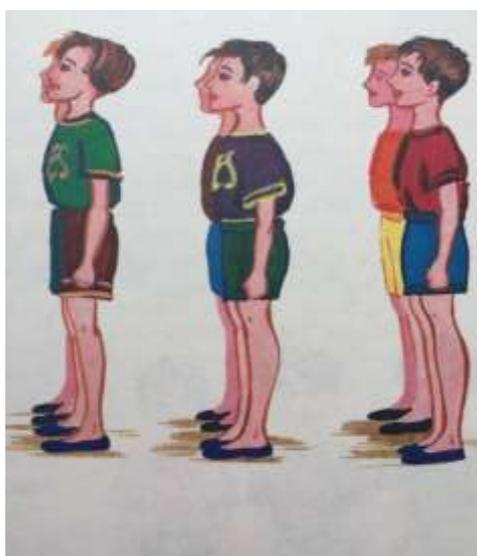
5. Соотношение способа построения к картинке.

Построение в шеренгу _____

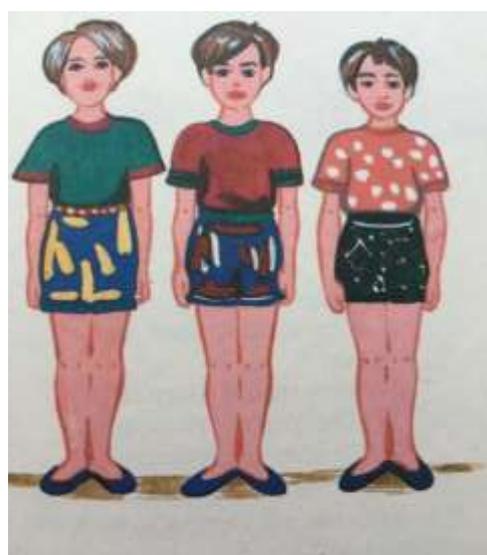
Построение в две колонны _____

Построение в колонну _____

Построение в две шеренги _____



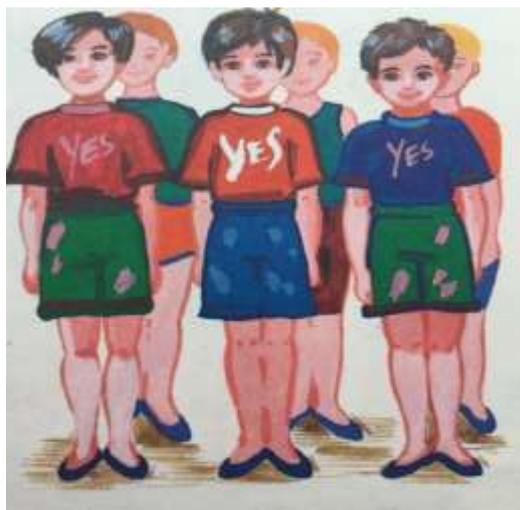
А



Б



В



Г

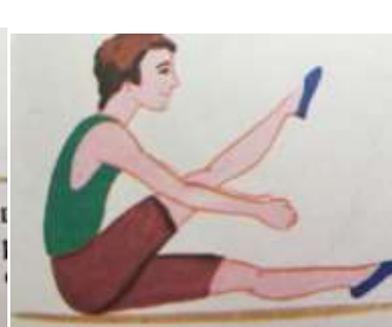
6. Соответствие картинки способам передвижения (подчеркнуть правильный ответ)



Маша – прыжок через скакалку
Наташа – бег
Сергей - ходьба

Андрей – подтягивание на канате
Алексей - бег

7. Исходное положение тела обозначить соответствующее картинке, сделав выбор: сед с упором сзади, ноги скрестно; лёжа на животе с прогибом; лёжа на животе с упором рук, нога приподнята; стойка на коленях; стоя и сидя на коленях с палкой за спиной; стоя на коленях, прогиб назад; стоя на коленях, прогиб назад; сидя, нога поднята, руки под коленом; лёжа на животе с прогибом, руки назад; стойка ноги скрестно; стойка руки на пояс и ноги врозь; упор лёжа



Раздел «Баскетбол».

1. Какое количество игроков в команде по баскетболу?

- А. 3
- Б. 5
- В. 10
- Г. 6

2. Ведение мяча в баскетболе какими движениями выполняется.

- А. Двумя руками одновременно.
- Б. Правой рукой
- В.левой рукой.
- Г. Ногой.

3. Движения и задания не соответствующие баскетбольным (подчеркнуть)

Ведение мяча одной рукой

Ведение мяча одной рукой в ходьбе «змейкой»

Ведение мяча в ходьбе правой и левой руками

Передача мяча в паре

Ходьба по гимнастической скамейке

Бег по виражу

Передача мяча в паре

Прыжок через козла «согнув ноги»

Передача мяча в ходьбе в паре

Метание мяча вдаль

Броски мяча от груди в стену

Раздел «Волейбол»

1. Вспомни правила поведения во время игры, подбери соответствующие слова и дополни предложения: соблюдай, проявляй, играй, не критикуй, выиграл, выполняй.

Правила поведения во время игры

_____ и соблюдай правила игры

_____ и не обижай игроков своей команды.

_____ технику безопасности во время игры.

_____ свои лучшие качества в игре (ловкость, выносливость, смекалку, быстроту движений)

_____ подачу мяча после свистка судьи.

_____ не зазнавайся, проявляй уважение к сопернику

2. Дополни слова по смыслу

Бросаем мячик возле сетки,

Забить стараемся мы гол.

И смелым нужно быть и метким

В игре с названием _____? _____ (футбол).

Он активный – кроха мячик

Через сеточку он скачет

Вот он справа, а вот слева,

И ракеткам есть здесь дело,

В _____ (теннис) мы играем дружно

? _____ (Баскетбольный), твёрдый мячик

По площадке чётко скачет,

Резко, быстро он летает

В щит, в корзину попадает!

?_____ (Шар) воздушный тоже мяч

Не пускается он вскачь.

Высоко всегда летает,

Прыгать всех нас заставляет!

3. Ответить на вопросы, записать ответ

1. По какому параметру футболиста по итогам соревнований называют лучшим бомбардиром? _____

2. Чем мяч на гвоздь похож? _____

3. Как называют гимнастический снаряд, и верхнюю часть футбольных ворот? _____

4. Как называется итог игры, в которой нет победителя? (ничья)

5. Как называется команда лучших футболистов, представляющая страну на чемпионате мира? (сборная страны)

6. Какого цвета карточка в футболе означает удаление с поля?
(красная)

Ответы: и тот и другой можно забивать; количество забитых голов; перекладина;

Заключение.

Данный дидактический материал апробирован в течение трех лет в условиях ГКОУКК школы – интерната ст-цы Староминской. Результаты показали, что использование тестовых заданий помогает детям успешно усваивать программный материал по физической культуре, обогащает их словарный запас, расширяет кругозор, развивается речь. Дети не только учатся правильно выполнять упражнения, но и уметь их комментировать. Для учителя тестовые задания дают возможность узнать о заблуждениях детей, чтобы иметь возможность вовремя провести коррекцию.

Список используемой литературы.

1. Амосов Н. М. О природе человека «Физкультура и спорт» 1992, № 9, 10.
2. Журнал «Физическая культура в школе» 2008-2019г.
3. Программы специальной коррекционной образовательной школы 8 вида 1 -4 классы под редакцией В.В.Воронковой, Москва, 2001г.
4. Учебное пособие - Н: Учебная литература 1997г. «Физическая культура во вспомогательной школе».
5. Книга для учителя М: Просвещение, 1992г. «Двигательные возможности учащихся вспомогательной школы».
6. «Подвижные игры для детей с нарушением в развитии» под редакцией Шашковой Л. В., СПб «Детство-Пресс», 2002г.