

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУЧНЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ
РЕСПУБЛИКИ МОЛДОВА**

НАЦИОНАЛЬНОЕ АГЕНСТВО ПО КУРРИКУЛУМУ И ОЦЕНКЕ

ШКАЛА ОЦЕНИВАНИЯ № 2
когнитивных компетенций учащихся спортивных лицеев
по учебной дисциплине «Спортивная подготовка»
в рамках тестирования, проводимого 28 февраля 2024 г.

№ во-проса	Всего баллов	Правильные ответы	Структурный анализ		
			Код во-проса	Очки	Спецификация баллов
1.	11	Физическое состояние человека отражает уровень физической подготовленности способствующее ему жить и работать в неблагоприятных условиях окружающей среды.	1.1.	3	3 балла за комментарии определения.
		Качественная профессиональная деятельность человека зависит от его физического состояния.	1.2.	3	2 балла, если ответ учащегося будет коррелировать с идеей ответа в шкале.
		Физическое упражнение.	1.3.	2	3 балла за правильный ответ.
		Название принципа - принцип обратимости. Характеристика принципа обратимости. Физическое состояние обратимо. Если интенсивно и систематически выполнять физические упражнения, то физическое состояние улучшается и наоборот: выполнение физических упражнений с перерывами, особенно на длительный срок, приводит к ее потере.	1.4.	3	1 бал за название принципа. 2 балла за правильный ответ, касающееся характеристики принципа.
2.	8	Сущность - комплексная подготовка, включающая различные виды подготовки спортсмена. Значение – способствует качественной подготовки спортсмена к соревнованиям. Примеры: 1. Специальная физическая подготовка. 2. Техническая подготовка. 3. Тактическая подготовка 4. Психологическая подготовка.	2 2 2	2 2 4	По 2 балла за содержательные и логически сформулированные ответы. По 1 баллу за каждый правильно названный тип подготовки.
3.	4	Название этапа – основной Продолжительность – 60 мин. Основная задача – обучение и совершенствование техники двигательных действий.	3	1 1 2	По 1 баллу за первые два ответа. 2 балла за третий ответ.

4.	10	<p>4.1. $NCEF = (П_2 - П_1) + (П_3 - П_1) / 10 =$ $= (120 - 70) + (100 - 70) / 10 = 50 + 30 / 10 = 80 / 10 = 8,0$</p> <p>4.2. - неудовлетворительный Вывод. В данном примере уровень развития физической работоспособности является неудовлетворительный.</p>	4.1.	6	6 баллов за правильный ответ, касающийся пункта 4.1. 4 балла за ответ 4.2 и за вывод.												
5	8	<p>1. $Сред.инд.тр.П. = (220 - В - П.п.) \times 0,6 + П.п. =$ $(220 - 21 - 72) \times 0,6 + 72 = 127 \times 0,6 + 72 = 76,2 + 72 = 148,2$</p> <p>2. $Макс.инд.тр.П = Сред.инд.тр.П. + 12 =$ $148,2 + 12 = 160,2$</p>	1	5	За решение первого пункта - 5 баллов, за решение второго пункта - 3 балла.												
6.	6	<table border="1"> <thead> <tr> <th data-bbox="344 624 555 770">СТРУКТУРНЫЕ КОМПОНЕНТЫ СПОРТИВНОЙ ТЕХНИКИ</th> <th data-bbox="555 624 743 770">Название компонентов</th> <th data-bbox="743 624 1094 770">Название двигательных актов, входящие в содержание компонентов</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="344 770 555 909"></td> <td data-bbox="555 770 743 909">1 – Основы техники</td> <td data-bbox="743 770 1094 909"><i>Старт, разбег, толчек, полет, приземление.</i></td> </tr> <tr> <td data-bbox="344 909 555 1010"></td> <td data-bbox="555 909 743 1010">2 – ведущее звено техники</td> <td data-bbox="743 909 1094 1010">Толчек</td> </tr> <tr> <td data-bbox="344 1010 555 1285"></td> <td data-bbox="555 1010 743 1285">3 – детали техники</td> <td data-bbox="743 1010 1094 1285"><i>Неправильное приземление или маленькие /большие беговые шаги перед отталкиванием и др.</i></td> </tr> </tbody> </table>	СТРУКТУРНЫЕ КОМПОНЕНТЫ СПОРТИВНОЙ ТЕХНИКИ	Название компонентов	Название двигательных актов, входящие в содержание компонентов		1 – Основы техники	<i>Старт, разбег, толчек, полет, приземление.</i>		2 – ведущее звено техники	Толчек		3 – детали техники	<i>Неправильное приземление или маленькие /большие беговые шаги перед отталкиванием и др.</i>	6	6	Максимальное количество баллов будет дано, если ответ ученика будет соответствовать ответу шкалы.
СТРУКТУРНЫЕ КОМПОНЕНТЫ СПОРТИВНОЙ ТЕХНИКИ	Название компонентов	Название двигательных актов, входящие в содержание компонентов															
	1 – Основы техники	<i>Старт, разбег, толчек, полет, приземление.</i>															
	2 – ведущее звено техники	Толчек															
	3 – детали техники	<i>Неправильное приземление или маленькие /большие беговые шаги перед отталкиванием и др.</i>															
7.	6	<p>Сущность стресса – это психоэмоциональное и физиологическое состояние человека возникающее под воздействием внутренних и внешних раздражителей.</p> <p>Первое последствие – возникновение травмы.</p> <p>Второе последствие – искаженное техническое выполнение упражнения.</p>	7	4	4 балла за правильное раскрытие сущности стресса. По 1 баллу за каждый правильный ответ.												
8.	2	Приоритетным физиологическим эффектом сауны/парной бани является выведение из организма человека токсичных веществ.	8	2	2 балла за правильный ответ.												
9.	4	2-принцип перенапряжения; 4-принцип обратимости. Принцип прогрессии. Организм не может быстро адаптироваться к повышенным требованиям. Адаптация происходит постепенно. Это означает, что степень сложности упражнения должна повышаться постепенно, чтобы избежать травм мышц, суставных связок и др.	9	1 1 2	По 1 баллу за названные принципы. 2 балла за комментарием.												

10.	7	1 - Ознакомление с формулой Кервонена: <i>Сред.инд.тр.П. = (220-В-П.п.) x 0,6+П.п.</i> 2 - Применение формулы Кервонена требует знание возраста человека (<i>В</i>) и пульса, измеренного в состоянии покоя в течение 1 мин (<i>П.п.</i>). 3 - Ввод <i>личных показателей</i> в формулу. 4 - Расчет <i>Сред.инд.тр.п.</i>	10	3 1 1 2	Оценка за ответы: первый пункт – 3 балла, четвертый пункт – 2 балла 2 и 3 пунктов – по 1 баллу				
11.	7	<i>1 – Л, 2 – Л, 3 – Л, 4 – И, 5 – Л, 6 – И, 7 - И</i>	11	7	По 1 баллу за каждый правильный ответ.				
12.	7	а) причина стресса б) принятое решение в) эффективность принимаемого решения.	12	2 2 3	Оценка за ответы: - а) и б) по два балла, - в) три балла.				
13.	2	Быстрота движений – это способность человека выполнять скоростные движения за кратчайший промежуток времени.	13	2	.				
14	5	1 - Журавски Николай. 2 - Каяк-каное. 3 - Три раза. 4 - Двухкратный олимпийский чемпион и серебряный призер или 2 золотые + 1 серебряная медаль. 5 - В настоящее время является президентом Национального олимпийского и спортивного комитета Республики Молдова.	14	1 1 1 1	Оценка зависит от полноты и правильности ответов.				
15.	5	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="text-align: center;">П Р А В И Л А</th> <th style="text-align: center;">Р И С У Н О К</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="padding: 5px;">1- Ученик начинает выполнять тест по команде учителя. 2- Ученик, при поднимании туловища должен коснуться предплечьями (которых не отрывает от груди) бедер.</td> <td style="padding: 5px;">Рисунок должен отражать положение лежа на спине, ноги согнуты в коленях, руки скрещены на груди.</td> </tr> </tbody> </table>	П Р А В И Л А	Р И С У Н О К	1- Ученик начинает выполнять тест по команде учителя. 2- Ученик, при поднимании туловища должен коснуться предплечьями (которых не отрывает от груди) бедер.	Рисунок должен отражать положение лежа на спине, ноги согнуты в коленях, руки скрещены на груди.	15	5	5 баллов если ответы ученика соответствуют ответам шкалы.
П Р А В И Л А	Р И С У Н О К								
1- Ученик начинает выполнять тест по команде учителя. 2- Ученик, при поднимании туловища должен коснуться предплечьями (которых не отрывает от груди) бедер.	Рисунок должен отражать положение лежа на спине, ноги согнуты в коленях, руки скрещены на груди.								
16.	8	Ученик должен раскрыть следующие вопросы: пропаганда олимпизма, моноторизация и управление олимпийским движением в стране, национальные олимпийские структуры/организации, участие и выступления молдавских спортсменов на летних Олимпийских играх.	16	8	Оценивание дифференцированное в зависимости от правильности и полноты ответов.				
Всего	100								