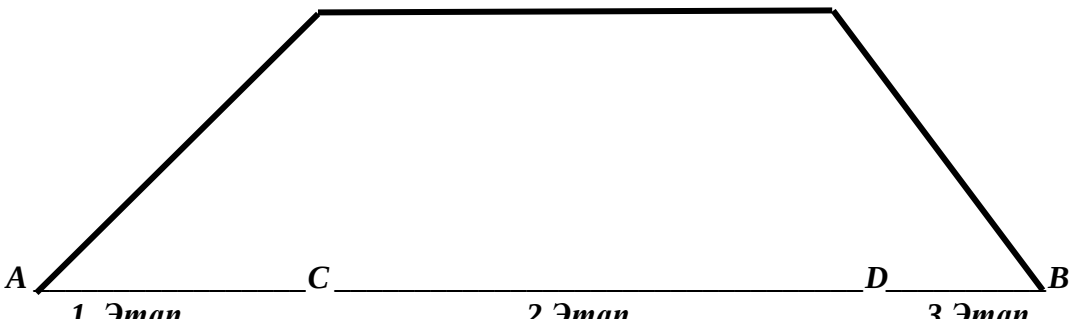


МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУЧНЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ РЕСПУБЛИКИ МОЛДОВА
НАЦИОНАЛЬНОЕ АГЕНСТВО ПО КУРРИКУЛУМУ И ОЦЕНКЕ

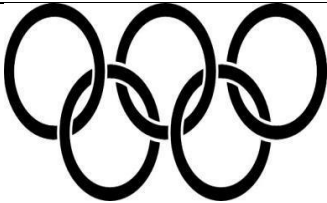
Ш К А Л А О Ц Е Н И В А Н И Я

для оценки когнитивных компетенций учащихся-выпускников 12-х классов спортивных лицеев,
а также других довузовских учебных заведений, в которых созданы классы/группы спортивного профиля
(дата проведения тестирования — 12 июня 2026 г.)

№ п/п вопро- са	Всего бал- лов	Правильные ответы	Структурный анализ/Оценка		
			Код во- проса	Бал- лы	Спецификация баллов
1.		Определение. <i>Физическая культура</i> — совокупность материальных и духовных ценностей, созданных обществом и используемых человеком в целях своего физического совершенствования.	1.1	3	Максимальный балл будет присужден за ответ учащегося, который соответствует ответу шкалы оценивания.
		<i>Значение материальных ценностей физической культуры</i> заключается в создании условий для систематических занятий физическими упражнениями, которые человек выполняет с целью укрепления и поддержания своего здоровья.	1.2	3	За ответы, отличающиеся от приведенных в шкале оценивания, учащемуся начисляется 1 балл.
		<i>Примеры:</i> спортивный зал, спортивная площадка, спортивный инвентарь, спортивное оборудование и т. д.	1.3	3	За правильный ответ, соответствующий требованиям задания, начисляется 3 балла.
2.		Физические упражнения считаются основным средством рекреативной физической культуры, физического воспитания и спорта, поскольку они позволяют достигать разнообразных и многочисленных оздоровительных, развивающих, воспитательных и других задач/целей.	2.1	3	Снятие баллов будет производиться в зависимости от степени отклонения от образца ответа.
		а) — физические упражнения, выполняемые в свободное время, способствуют восстановлению/регенерации психофизических сил человека, затраченных в ходе профессиональной деятельности. б) – систематические занятия физическими упражнениями способствуют гармоничному физическому развитию учащегося. в) – многократное повторение физических упражнений способствует совершенствованию спортивной техники различных технико-тактических приемов, что приводит к достижению высоких результатов в соревнованиях.	2.2	6	2 балла за каждый уместный ответ, схожий (по сути) с образцом ответа шкалы.

3.		... Закон Республики Молдова о физическом воспитании и спорте.	3.1	2	За правильный ответ, соответствующему ответу в шкале оценивания начисляется 2 балла.
		– сила-скорость : • количество подходов – 5–6; • количество повторений в каждом подходе – 15-20 - сила-выносливость : • количество подходов – 5–6; • количество повторений в каждом подходе – 50–100	3.2	4	За каждый правильный ответ начисляется 1 балл.
			3,3	3	3 балла, если ответ учащегося отражает правильное деление урока на этапы с указанием их продолжительности и если кривая интенсивности физической нагрузки «следует» следующему алгоритму: постепенное нарастание — поддержание — постепенное снижение.
4.		Сущность структурных компонентов спортивной техники ➤ Этап 1 - Основы спортивной техники - совокупность всех двигательных актов, из которых состоит двигательное действие. ➤ Этап 2 - Основное звено спортивной техники - главный элемент двигательного действия, без выполнения которого невозможно целостного ее выполнение. ➤ Этап 3 - Детали спортивной техники – незначительные отклонения от технического образца, которые не мешают полноценному выполнению двигательного действия.	1	3	По 1 баллу за правильное название компонентов и по 2 балла за правильное объяснение сути каждого компонента.
			2	2	
			3	-2	
5.		Примечание. Баллы за ответы на вопрос А1-А3 не начисляются, поскольку они уже были начислены (за эти названия компонентов спортивной техники) в пункте. Б/1 – 1-старт, 2-разбег, 3-толчек, 4-полет, 5-приземление. Б/2 – толчек. Б/3 – Неравномерные беговые шаги, перекачивание на спину при приземлении, слабое отталкивание/взрывная сила, небольшой угол фазы полета и т. д.	В-1 В-2 В-3	5 1 3	Обратите внимание на примечание, указанное в 3-м столбце!!! -5 баллов за правильный ответ на вопрос В-1; 1 балл за правильный ответ на вопрос В-2; 3 балла – за правильный ответ на вопрос В-3.

6.	9	Приоритетные задачи: ➤ I этап - морфо-функциональная подготовка организма к повышенным физическим нагрузкам запланированных в следующем этапе тренировочного занятия. ➤ II этап – обучение и совершенствование спортивной техники различных элементов, упражнений, технико-тактических двигательных действий. ➤ III этап - восстановление организма путем снижения интенсивности физических нагрузок.		3	По 3 балла за правильный ответ (соответствующий ответу в критериях оценки) на каждом этапе тренировочного занятия.
		Разница заключается в том, что на этапе 1 объем физической нагрузки постепенно увеличивается, а на этапе 3 — постепенно уменьшается.	6.2	3	
7.	10	Содержание подготовленного эссе продемонстрирует развитие аналитические и познавательные навыки учащегося, которые проявляются в творческой и конструктивной обработке информации, представленной в таблице.	7	10	Оценка будет выставляться в зависимости от содержания эссе с учетом требований задания.
8.	5	1 - Л 2 - Л 3 - Л 4 - Л 5 - Л		5	1 балл за каждый правильный ответ.
9.	7	- Правильные ответы: а и в. - Экзаменатор будет учитывать: • последовательность математических действий, выполненных при применении формулы. • правильное указание единиц измерения в вычисленном показателе, то есть ответ обязательно должен заканчиваться на г/1 см L. - Сформулированный вывод должен основываться на сопоставлении рассчитанного показателя со стандартными показателями (для соответствующего пола человека, прошедшего тест: девочки – 325–375 и мальчики – 375–400 г/1 см L).	A	1	1 балл за правильное определение формулы, 4 балла за правильное применение формулы и 2 балла за правильное формулирование вывода.
			B	4	
10.	4	Два приоритетных фактора: 1— степень развития специальных двигательных качеств; 2— осознанное выполнение двигательных действий, сопровождающееся самоконтролем.	C	2	2 балла за каждый ответ, если он соответствует ответам в критериях оценки.
				2	
11.		Название принципа - принцип обратимости. Характеристика принципа. 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		1	1 балл за правильное название принципа.
				3	3 балла за правильную характеристику, соответствующую ответу в критериях оценки.

		потере.			
12.		а) Явление «болезни цивилизации», научно именуемое гиподинамией, характеризуется крайне низким уровнем двигательной активности и очень незначительной физической нагрузкой, что негативно сказывается на здоровье современного человека. б) Влияние гиподинамии на современного человека заключается в значительном снижении функциональности систем: мышечной, сердечно-сосудистой, дыхательной и т. д., что приводит к нарушению его здоровья. в) Решения по предотвращению последствий гиподинамии — разработка и реализация индивидуальных программ физической активности как в рамках суточного режима, так и на недельной основе.	а б с	2 2 1	Назначенные баллы будут начисляться дифференцированно в зависимости от ответа учащегося по сравнению с ответом, указанным в шкале оценивания.
13.		Ответы учащихся принимаются, поскольку они разнообразны и различаются в зависимости от вида спорта.	13	4	Оценка будет выставляться в соответствии с алгоритмом, заданным в условиях задания (для 4 преимуществ).
14.		 Название символа — олимпийские круги. Значение олимпийского символа. Пять переплетенных кругов, выполненных в различных цветах (синий, черный, красный, желтый, зеленый), символизируют единство континентов и спортсменов со всего мира.	14	4	1 балл за правильное название символа и 3 балла за исчерпывающее и правильное объяснение его сути.
Итого	100				