


	2.3.	Объясни одним предложением выражение «спортивное соревнование», отражая его сущность и краткое название документа на основании которого организуется эта соревновательная деятельность. _____ _____ _____.	0 0 1 2 3	0 0 1 2 3
	2.4.	Дополни предложения. Урок физической культуры, ровно как и тренировочный урок, по своей структуре содержит _____ части, которые называются: _____. _____ Приоритетная цель первой части урока может быть сформулирована следующим образом: подготовка _____ _____ _____ - действие, обеспечивающее предупреждение _____ _____ обучающегося/спортсмена.	0 0 1 2 3 4 5 6 7	0 0 1 2 3 4 5 6 7
	2.5.	Объясни сущность понятия «Спорт». _____ _____ _____ _____.	0 0 1 2	0 0 1 2
3. Аргументация пользы занятий физическими упражнениями и.	3	Составь два разных утверждения об оздоровительном (1) и развивающем (2) влиянии занятий физическими упражнениями содержащееся в модуле «Гимнастика». 1- _____ _____ _____ 2- _____ _____ _____.	0 0 1 2 3 4	0 0 1 2 3 4
4. Национальное олимпийское движение.	4.1.	Прочти утверждения и обведи кружком букву П для верных ответов или Л для ложных ответов. 1. П Л - Национальный Олимпийский и Спортивный Комитет Республики Молдова руководит национальным и международным олимпийским движением. 2. П Л - Национальный Олимпийский и Спортивный Комитет Республики Молдова был создан в 1991 году. 3. П Л - Семь спортсменов из Республики Молдова становились олимпийскими чемпионами на различных летних Олимпийских играх. 4. П Л - В настоящее время президентом Национального олимпийского и спортивного комитета Республики Молдова является Николай Журавский, а генеральным секретарем - Кристина Васильянова.	0 0 1 2 3 4	0 0 1 2 3 4
	4.2.	 Что изображено на картинке слева, кто её автор? _____ _____ _____ _____ _____.	0 0 1 2 3 4	0 0 1 2 3 4

	4.3.	<p>Определи три олимпийских вида спорта в которых молдавские спортсмены завоевали наибольшее количество олимпийских медалей.</p> <p>1 - _____</p> <p>2 - _____</p> <p>3 - _____</p>	<p>0</p> <p>0</p> <p>1</p> <p>2</p> <p>3</p>	<p>0</p> <p>0</p> <p>1</p> <p>2</p> <p>3</p>
	4.4.	<p>Заполни пробелы в структурированном эссе.</p> <p>«Молдавские спортсмены на летних Олимпийских играх»</p> <p>Спортсмены из бывшей Молдавской Советской Социалистической Республики (МССР), ныне Республика Молдова (РМ), участвуют в летних Олимпийских играх (О.и.) с _____ года, а дебют молдавских спортсменов на зимних О.и. датируется _____ годом.</p> <p>Общее число молдавских спортсменов участвующих в летних О.и. составляет _____ человек, из которых - _____ завоевали - _____ олимпийских медалей: золотых - _____, серебряных - _____, бронзовых - _____. В рамках одной летней Олимпиады два спортсмена: 1) - _____, 2) - _____ завоевали по две олимпийские медали. Такое же количество олимпийских медалей завоевали еще три спортсмена: 1) - _____, 2) - _____, 3) - _____ но в разных годах проведения летних О.и.</p> <p>Самым успешным молдавским олимпийцем считается каноист - _____, на счету которого _____ олимпийских медалей, из них: - _____.</p> <p>Первую олимпийскую _____ медаль, среди спортсменов бывшей МССР, завоевал _____, в _____ году в соревнованиях по _____.</p> <p>Последние летние О.и. состоялись в - _____, году, в г. _____, страна - _____, где молдавский спортсмен - _____ завоевал _____ медаль в _____ виде спорта _____.</p> <p>Следующий, очередной выпуск _____ летних О. и. состоится летом _____ года, в г. - _____, страна – _____.</p>	<p>0</p> <p>0</p> <p>1</p> <p>2</p> <p>4</p> <p>5</p> <p>6</p> <p>7</p> <p>8</p> <p>9</p> <p>10</p> <p>11</p> <p>12</p> <p>13</p> <p>14</p> <p>15</p> <p>16</p> <p>17</p> <p>18</p> <p>19</p> <p>20</p> <p>21</p> <p>22</p> <p>23</p> <p>24</p> <p>25</p> <p>26</p> <p>27</p> <p>28</p> <p>29</p> <p>30</p>	<p>0</p> <p>0</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>5</p> <p>5</p> <p>6</p> <p>6</p> <p>7</p> <p>7</p> <p>8</p> <p>8</p> <p>9</p> <p>9</p> <p>10</p> <p>10</p> <p>11</p> <p>11</p> <p>12</p> <p>12</p> <p>13</p> <p>13</p> <p>14</p> <p>14</p> <p>15</p> <p>15</p> <p>16</p> <p>16</p> <p>17</p> <p>17</p> <p>18</p> <p>18</p> <p>19</p> <p>19</p> <p>20</p> <p>20</p> <p>21</p> <p>21</p> <p>22</p> <p>22</p> <p>23</p> <p>23</p> <p>24</p> <p>24</p> <p>25</p> <p>25</p> <p>26</p> <p>26</p> <p>27</p> <p>27</p> <p>28</p> <p>28</p> <p>29</p> <p>29</p> <p>30</p> <p>30</p>
5. Аргументированный комментарий о связи между двигательной активностью и продол-	5.1.	<p>Объясни как ты понимаешь выражение "долгожитель" определив возраст человека-долгожителя и основного фактора способствующий этому.</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p>0</p> <p>0</p> <p>1</p> <p>2</p> <p>3</p>	<p>0</p> <p>0</p> <p>1</p> <p>2</p> <p>3</p>

жительность жизни человека.	5.2.	Резюмируй влияние двигательной активности на увеличение продолжительности жизни человека. _____ _____ _____ _____ _____	0 0 1 2 3 4	0 0 1 2 3 4
6. Анализ и обобщение различных аспектов физического состояния человека.	6.1.	Самоопредели степень развития физического состояния собственного организма обведя букву одного ответа из нижеперечисленных: а – очень высокий; б - высокий; в - средний; г – удовлетворительный; е – неудовлетворительный.	0 0 1	0 0 1
	6.2.	Прокомментируй почему физическое упражнение считается основным фактором благотворно влияющим на физическое состояние человека. _____ _____ _____	0 0 1 2 3	0 0 1 2 3
	6.3.	Охарактеризуй два компонента физического состояния человека в основе которых проявляется двигательное качество – выносливость. 1-_____ _____ 2-_____ _____	0 0 1 2 3 4	0 0 1 2 3 4
	6.4.	Приведи пять примеров специалистов работа которых требует особого/специального физического состояния: 1-_____ 2-_____ 3-_____ 4-_____ 5-_____	0 0 1 2 3 4 5	0 0 1 2 3 4 5
7. Выявление эффективного решения в целях рационального дозирования интенсивности физических нагрузок.	7.	Проблемная ситуация, реши её. Предположим, что твоя 19-летняя знакомая имеет проблемы со здоровьем и хочет улучшить ее с помощью движения – спортивной ходьбы, однако, не знает как правильно дозировать интенсивность физической нагрузки, что фактически способствовало бы укреплению её здоровье. Определи эффективный способ решения данной ситуации, учитывая, что частота пульса у нее в состоянии покоя (ЧП) составляет 95 уд/1 мин. Алгоритм решения описанной ситуации 1-Объясни очень кратко, что ты будешь делать (что будешь применять) и почему, чтобы решить данную ситуацию? - _____ _____ 2-Демонстрируй эффективность найденного решения для разрешения проблемной ситуации.	0 0 1 2 3 4 5 6 7	0 0 1 2 3 4 5 6 7

