Приложение 4

к рабочей программе дисциплины

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ БАЗОВЫМ ВИДАМ СПОРТА

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

по дисциплине

**ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ БАЗОВЫМ ВИДАМ СПОРТА**

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профиль подготовки: Менеджмент в физической культуре и спорте

Уровень высшего образования: Бакалавриат

Форма обучения: Очная

Санкт-Петербург

2024 г.

ОПК-10 — способность организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта

| **Номер задания** | **Содержание вопроса** | **Тип вопроса** | **Уровень сложности** | **Время ответа, мин.** |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Прочитайте текст и установите соответствие  К каждому техническому действию в левом столбце подберите соответствующую игровую ситуацию из правого столбца.  К каждой позиции в левом столбце, подберите позицию из правого столбца.   |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | 1. | Удар по мячу | А. | Сохранение контроля над мячом в ограниченном пространстве | | 2. | Передача мяча | Б. | Завершение атаки ударом по воротам | | 3. | Приём мяча | В. | Перехват или отбор мяча у соперника | | 4. | Ведение мяча |  |  | | 5. | Подкат |  |  | | На соответствие | Базовый | 2 |
|  | Прочитайте текст и установите соответствие  Сопоставьте вид спорта с основной системой организма, на которую идёт наибольшая нагрузка во время тренировок и соревнований:  К каждой позиции в левом столбце, подберите позицию из правого столбца.   |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | 1. | Бег на длинные дистанции | А. | Сердечно-сосудистая система | | 2. | Тяжелая атлетика | Б. | Мышечная система | | 3. | Плавание | В. | Нервная система | | 4. | Шахматы | Г. | Дыхательная система | | 5. | Стрельба из лука |  |  | | 6. | Дыхательная гимнастика |  |  | | На соответствие | Повышенный | 4 |
|  | Прочитайте текст и установите последовательность  Расположите наименования основных элементов таблицы традиционного конспекта урока по физической культуре слева направо в правильной последовательности  Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо без пробелов и точек.  1.Содержание  2.Частные задачи  3.Методические указания  4.Дозировка | На послед-ть | Базовый | 2 |
|  | Прочитайте текст и установите последовательность  Какая последовательность частей тела используется при записи положения позы или упражнения в конспекте урока.  Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо без пробелов и точек.  1. Руки  2. Ноги  3. Туловище  4. Голова | На послед-ть | Повышенный | 4 |
|  | Прочитайте текст и установите последовательность  Расположите этапы подготовки спортсмена к соревнованиям в правильной последовательности:  Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо без пробелов и точек.  1.Тренировочный сбор  2.Оценка текущей физической готовности  3.Участие в соревнованиях  4.Разработка индивидуального тренировочного плана | На послед-ть | Высокий | 4 |
|  | Прочитайте текст, выберите правильный ответ и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа  Какой из перечисленных критериев является ключевым при спортивном отборе в волейболе?  Запишите номер выбранного ответа без точки и обоснование выбора  1. Рост и прыгучесть  2. Выносливость  3. Знание правил волейбола  4. Гибкость | Комбинир. с 1-м ответом | Базовый | 3 |
|  | Прочитайте текст, выберите правильный ответ и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа  Какая техника спуска с горы наиболее подходит для лыжника, который хочет контролировать свою скорость и легко поворачивать на умеренном склоне?  Запишите номер выбранного ответа без точки и обоснование выбора  1. Прямой спуск  2. Торможение плугом  3. Поворот переступанием  4. Карвинговый поворот | Комбинир. с 1-м ответом | Базовый | 1 |
|  | Прочитайте текст, выберите правильный ответ и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа  Основной критерий отбора детей в командные виды спорта:  Запишите номер выбранного ответа без точки и обоснование выбора  1.Антропометрия  2.Наличие умений и навыков  3.Знание истории спорта  4.Наличие спортивной формы | Комбинир. с 1-м ответом | Базовый | 3 |
|  | Прочитайте текст, выберите правильные ответы и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа.  Какие дисциплины включены в федерацию гимнастики России?  Запишите номера выбранных ответов без пробелов и точек и обоснование выбора  1. Спортивная гимнастика, прыжки на батуте, художественная гимнастика  2. Брейк, эстетическая гимнастика,  3. Спортивная акробатика, спортивная аэробика  4. Ррок-н-ролл, джаз модерн | Комбинир. с 2-мя и более ответами | Базовый | 2 |
|  | Прочитайте текст, выберите правильные ответы и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа.   В каких видах спорта существует понятие "технические оценки", которые влияют на общий результат соревнования?  Запишите номера выбранных ответов без пробелов и точек и обоснование выбора  1. Футбол  2. Гимнастика  3. Легкая атлетика  4. Плавание  5. Фигурное катание | Комбинир. с 2-мя и более ответами | Базовый | 1 |
|  | Прочитайте текст, выберите правильные ответы и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа.  Какие виды спорта или виды физической активности наиболее эффективно способствуют развитию сердечно-сосудистой системы, повышают выносливость и улучшают общее состояние здоровья?  Запишите номера выбранных ответов без пробелов и точек и обоснование выбора:  1.Бег на длинные дистанции  2.Шахматы  3.Плавание  4.Пауэрлифтинг  5.Велоспорт  6.Йога | Комбинир. с 2-мя и более ответами | Повышенный | 5 |
|  | Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ  Спортсмен только начали заниматься плаванием и испытываете трудности с координацией движений при плавании кролем. Что делать, чтобы улучшить технику? | Открытый | Повышенный | 5 |
|  | Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ   В ответственном матче баскетбольная команда уступает сильному сопернику 10 очков в начале четвертой четверти. Соперник активно прессингует и эффективно использует быстрые переходы в атаку. Какие тактические изменения и психологические приемы будут предприниматься, чтобы переломить ход игры и увеличить шансы команды на победу, учитывая ограниченное время и необходимость поддерживать высокий темп? | Открытый | Высокий | 10 |

ОПК-2 — способность осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий

| **Номер задания** | **Содержание вопроса** | **Тип вопроса** | **Уровень сложности** | **Время ответа, мин.** |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1. | Прочитайте текст и установите соответствие  Сопоставьте вид спорта с основным физическим качеством, которое наиболее важно для достижения высоких результатов в этом виде спорта.  К каждой позиции в левом столбце, подберите позицию из правого столбца.   |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | 1. | Тяжелая атлетика | А. | Сила | | 2. | Гимнастика | Б. | Выносливость | | 3. | Велоспорт | В. | Гибкость | | 4. | Лыжные гонки |  |  | | 5. | Синхронное плавание |  |  | | На соответствие | Базовый | 1 |
| 2. | Прочитайте текст и установите соответствие  Соотнесите возрастные группы и задачи подготовки  К каждой позиции в левом столбце, подберите позицию из правого столбца.   |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | 1. | 13-15 лет | А. | Развитие физических качеств | | 2. | 7-9 лет | Б. | Совершенствование мастерства | | 3. | 10-12 лет | В. | Выполнение разряда «мастер спорта» | |  |  | Г. | Овладение основами техники | | На соответствие | Повышенный | 5 |
| 3. | Прочитайте текст и установите последовательность  Расположите этапы обучения передаче мяча внутренней частью стопы в правильной последовательности при игре в футбол.  Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо без пробелов и точек.  1.Обучение без мяча: стойка и замах  2.Передачи мяча в парах с места  3.Выполнение передач в движении (на ходу)  4.Применение приема в игровых упражнениях | На послед-ть | Базовый | 3 |
| 4. | Прочитайте текст и установите последовательность  Расположите этапы спортивной подготовки по порядку.  Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо без пробелов и точек.  1.Учебно-тренировочный  2.Начальный  3.Этап высшего спортивного мастерства  4.Этап совершенствования спортивного мастерства | На послед-ть | Повышенный | 4 |
| 5. | Прочитайте текст и установите последовательность  Расположите этапы подготовки спортсменов из командных видов спорта к матчу с точки зрения психологии.  Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо без пробелов и точек.  1.Формирование установки на достижение результата  2.Индивидуальная беседа с игроками по ролям и зонам ответственности  3.Проведение релаксационных и дыхательных упражнений  4.Коллективная предматчевая установка с акцентом на командные цели | На послед-ть | Высокий | 7 |
| 6. | Прочитайте текст, выберите правильный ответ и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа  При катание на лыжах по трассе с небольшим уклоном, нужно остановиться быстро и безопасно. Какую технику следует использовать?  Запишите номер выбранного ответа без точки и обоснование выбора  1. Карвинговый поворот  2. Торможение боковым соскальзыванием  3. Телемарк  4. Поворот плугом | Комбинир. с 1-м ответом | Базовый | 1 |
| 7. | Прочитайте текст, выберите правильный ответ и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа  Во время матча по футболу полузащитник получил мяч в центре поля. Все фланги закрыты, нападающий врывается в свободную зону между защитниками. Какое тактическое действие будет наиболее эффективным в данной ситуации?  Запишите номер выбранного ответа без точки и обоснование выбора  1.Отдать короткую передачу назад защитнику  2.Самостоятельно вести мяч в сторону фланга  3.Выполнить длинную передачу в зону рывка нападающего  4.Начать дриблинг с попыткой обыгрыша соперника | Комбинир. с 1-м ответом | Базовый | 3 |
| 8. | Прочитайте текст, выберите правильный ответ и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа  При ОРУ в парах, что является ориентиром при выполнении упражнения?  Запишите номер выбранного ответа без точки и обоснование выбора  1. Первый партнер  2. Нахождение преподавателя в точке зала  3. Второй партнер  4. Точки зала | Комбинир. с 1-м ответом | Базовый | 2 |
| 9. | Прочитайте текст, выберите правильные ответы и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа.  Какие из перечисленных видов спорта или физической активности лучше всего подходят для развития гибкости и улучшения подвижности суставов?  Запишите номера выбранных ответов без пробелов и точек и обоснование выбора  1.Тяжелая атлетика  2.Стретчинг  3.Йога  4.Пилатес  5.Бег на короткие дистанции  6.Гимнастика | Комбинир. с 2-мя и более ответами | Базовый | 2 |
| 10. | Прочитайте текст, выберите правильные ответы и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа.  Какие из перечисленных видов физической активности наиболее эффективно способствуют увеличению мышечной силы и мышечной массы (гипертрофии)?  Запишите номера выбранных ответов без пробелов и точек и обоснование выбора  1.Бег на длинные дистанции  2.Плавание  3.Йога  4.Пилатес  5.Тяжелая атлетика  6.Бодибилдинг | Комбинир. с 2-мя и более ответами | Базовый | 3 |
| 11. | Прочитайте текст, выберите правильные ответы и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа.  Какие упражнения применяются для развития прыгучести?  Запишите номера выбранных ответов без пробелов и точек и обоснование выбора  1. Прыжки через скакалку  2. Выпрыгивания из приседа с отягощением  3. Бег трусцой 30 минут  4. Плиометрические прыжки (на тумбу, через барьеры)  5. Упражнения на растяжку | Комбинир. с 2-мя и более ответами | Повышенный | 5 |
| 12. | Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ  Какие средства используются в гимнастике? | Открытый | Повышенный | 5 |
| 13. | Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ  При разработке программы физической активности для офисных работников в компании, где большинство сотрудников ведут сидячий образ жизни и жалуются на усталость и боли в спине. Какие простые и эффективные упражнения и активности можно предложить, чтобы улучшить их физическое состояние и повысить работоспособность, учитывая, что у сотрудников мало времени и ограничено пространство для занятий? | Открытый | Высокий | 10 |

ОПК-3 — способность проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке

| **Номер задания** | **Содержание вопроса** | **Тип вопроса** | **Уровень сложности** | **Время ответа, мин.** |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Прочитайте текст и установите соответствие  Соотнесите позиции в волейболе и ключевые навыки:  К каждой позиции в левом столбце, подберите позицию из правого столбца.   |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | 1. | Связующий | А. | Прием мяча | | 2. | Либеро | Б. | Умение громко кричать на игре | | 3. | Диагональный | В. | Точность передач | | 4. |  | Г. | Сильный удар | | 5. |  |  |  | | 6. |  |  |  | | На соответствие | Базовый | 3 |
|  | Прочитайте текст и установите соответствие  Сопоставьте вид физической активности с основной системой организма, которая в наибольшей степени вовлечена в ее выполнение.  К каждой позиции в левом столбце, подберите позицию из правого столбца.   |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | 1. | Спринт | А. | Мышечная система | | 2. | Йога | Б. | Дыхательная система | | 3. | Плавание | В. | Нервная система | | 4. | Велоспорт | Г. | Сердечно-сосудистая система | | 5. | Игра на музыкальном инструменте |  |  | | 6. | Лыжные гонки |  |  | | На соответствие | Повышенный | 5 |
|  | Прочитайте текст и установите последовательность  Расположите этапы обучения нападающему удару при игре в волейбол в правильной последовательности.  Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо без пробелов и точек.  1. Разбег  2. Удар  3. Прыжок  4. Приземление  5. Замах | На послед-ть | Базовый | 3 |
|  | Прочитайте текст и установите последовательность  Установите правильную последовательность этапов при планировании тренировки, направленной на развитие выносливости.  Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо без пробелов и точек.  1.Выбор методов и средств, соответствующих возрасту и уровню подготовленности  2.Определение цели тренировки  3.Планирование объема и интенсивности нагрузки  4.Проведение контроля и анализа эффективности занятий | На послед-ть | Повышенный | 4 |
|  | Прочитайте текст и установите последовательность  Упорядочите этапы стратегического планирования соревновательной программы для тренеров в командных видах спорта.  Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо без пробелов и точек.  1.Оценка текущей команды и ее финансовых ресурсов  2.Планирование тренировочного процесса на основе оценки  3.Определение критериев успеха команды  4.Подбор турниров и матчей | На послед-ть | Высокий | 5 |
|  | Прочитайте текст, выберите правильный ответ и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа  Какой тип лыж лучше всего подходит для катания по глубокому, неподготовленному снегу?  Запишите номер выбранного ответа без точки и обоснование выбора  1. Узкие лыжи для карвинга  2. Широкие лыжи с рокером  3. Лыжи для ски-тура  4. Лыжи для могула | Комбинир. с 1-м ответом | Базовый | 1 |
|  | Прочитайте текст, выберите правильный ответ и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа  Что такое «перетренированность» в спорте?  Запишите номер выбранного ответа без точки и обоснование выбора  1.Состояние оптимальной физической формы  2.Состояние недостаточного восстановления после интенсивных тренировок  3.Состояние повышенной мотивации к тренировкам  4.Состояние полного отсутствия физических нагрузок. | Комбинир. с 1-м ответом | Базовый | 1 |
|  | Прочитайте текст, выберите правильный ответ и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа  Тренер планирует развить у игроков общую аэробную выносливость в начале подготовительного периода. Какое упражнение на этом этапе будет наиболее эффективным?  Запишите номер выбранного ответа без точки и обоснование выбора  1.Интервальный бег высокой интенсивности  2.Повторный бег по 100 м с короткими паузами  3.Равномерный бег средней интенсивности на 20–30 минут  4.Тест Купера | Комбинир. с 1-м ответом | Базовый | 3 |
|  | Прочитайте текст, выберите правильные ответы и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа.  Какие физические качества тестируют при отборе в игровые виды спорта на начальном этапе подготовки?  Запишите номера выбранных ответов без пробелов и точек и обоснование выбора  1. Быстрота  2. Ловкость  3. Творчество  4. Гибкость | Комбинир. с 2-мя и более ответами | Базовый | 3 |
|  | Прочитайте текст, выберите правильные ответы и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа.  Какие дистанции являются спринтерскими?  Запишите номера выбранных ответов без пробелов и точек и обоснование выбора  1. Марафон  2. Бег на 60 метров  3. Бег на 1500 метров  4. Полумарафон  5. Бег на 200 метров | Комбинир. с 2-мя и более ответами | Базовый | 1 |
|  | Прочитайте текст, выберите правильные ответы и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа.  Какие из перечисленных видов спорта или физической активности наиболее эффективно способствуют развитию координации и баланса?  Запишите номера выбранных ответов без пробелов и точек и обоснование выбора  1.Шахматы  2.Гимнастика  3.Тяжелая атлетика  4.Танцы  5.Йога  6.Бег на длинные дистанции | Комбинир. с 2-мя и более ответами | Повышенный | 5 |
|  | Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ  Спортсмен плывет вольным стилем в открытом водоеме и чувствует, что начинаете уставать. До берега еще далеко, и он понимает, что темп нужно снизить. Опишите действия, чтобы безопасно добраться до берега, сохраняя энергию. | Открытый | Повышенный | 5 |
|  | Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ  Тренер начинающей группы легкоатлетов, где есть подростки с разным уровнем подготовки и интересами. Впереди - городские соревнования, и нужно за короткий срок не только улучшить их физическую форму, но и мотивировать к участию и достижению личных результатов, учитывая, что не все настроены на победу. Какие методы тренировок и мотивационные стратегии можно применить, чтобы подготовить команду к соревнованиям и поддержать позитивный настрой, независимо от занятых мест? | Открытый | Высокий | 8 |

ОПК-4 - способность проводить тренировочные занятия различной направленности и организовать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта

| **Номер задания** | **Содержание вопроса** | **Тип вопроса** | **Уровень сложности** | **Время ответа, мин.** |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Прочитайте текст и установите соответствие  Установите соответствие между элементами тренировочного занятия и их основным назначением.  К каждой позиции в левом столбце, подберите позицию из правого столбца.   |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | 1. | Вводная часть | А. | Адаптация организма к нагрузке, постановка задач | | 2. | Основная часть | Б. | Развитие и закрепление двигательных навыков, обучение технико-тактическим действиям | | 3. | Заключительная часть | В. | Снижение нагрузки, восстановление, подведение итогов | | 4. | Специальная подготовка |  |  | | На соответствие | Повышенный | 3 |
|  | Прочитайте текст и установите соответствие       Сопоставьте этап спортивной подготовки из левого столбца с его основной задачей из правого столбца.  К каждой позиции в левом столбце, подберите позицию из правого столбца.   |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | 1. | Поддержание достигнутого уровня спортивной формы в течение соревновательного периода. | А. | Базовая подготовка | | 2. | Развитие специфических навыков и умений, необходимых для успешного выступления в выбранном виде спорта. | Б. | Специализированная подготовка | | 3. | Подготовка к конкретным соревнованиям, отработка тактики и стратегии. | В. | Предсоревновательная подготовка | | 4. | Участие в соревнованиях и достижение наилучших результатов. | Г. | Соревновательная подготовка | | 5. | Создание фундамента для дальнейшего спортивного совершенствования, развитие общих физических качеств. | Д. | Переходный период | | 6. | Активный отдых и восстановление организма после интенсивного тренировочного и соревновательного периода. |  |  | | На соответствие | Повышенный | 5 |
|  | Прочитайте текст и установите последовательность  На занятии для построения и начало движения в строю, какие подаются команды  Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо без пробелов и точек.  1. Равняйсь, смирно  2. В одну шеренгу становись  3. В обход налево шагом марш  4. Направо | На послед-ть | Базовый | 2 |
|  | Прочитайте текст и установите последовательность  Расположите в правильном порядке алгоритм спортивного отбора в волейболе  Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо без пробелов и точек.  1.Заключение тренера  2.Контрольные игры  3.Углубленная диагностика  4. Первичное тестирование | На послед-ть | Повышенный | 5 |
|  | Прочитайте текст и установите последовательность  Расположите этапы обучения технике верхней передачи в правильной последовательности  Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо без пробелов и точек.  1. Исходное положение  2.Прием мяча на пальцы  3.Амортизирующее движение ногами  4.Выход под мяч  5.Завершающее движение руками | На послед-ть | Высокий | 8 |
|  | Прочитайте текст, выберите правильный ответ и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа  Какая из следующих техник лучше всего подходит для подъема в гору на лыжах по подготовленной трассе?  Запишите номер выбранного ответа без точки и обоснование выбора  1.Ёлочка  2. Лесенка  3. Скользящий шаг  4. Все вышеперечисленное | Комбинир. с 1-м ответом | Базовый | 1 |
|  | Прочитайте текст, выберите правильные ответы и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа.  Какой из перечисленных компонентов является наиболее важным для развития выносливости?  Запишите номера выбранных ответов без пробелов и точек и обоснование выбора  1.Сила  2.Скорость  3.Гибкость  4.Аэробная мощность | Комбинир. с 1-м ответом | Базовый | 2 |
|  | Прочитайте текст, выберите правильные ответы и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа.  Что учитывал П.Ф. Лесгафт при построении последовательности упражнений в разминке?  Запишите номера выбранных ответов без пробелов и точек и обоснование выбора  1. Анатомические особенности  2. Физиологические особенности  3. Гетерохронность систем организма  4. Возбудимость нейронов на двигательный импульс. | Комбинир. с 1-м ответом | Базовый | 2 |
|  | Прочитайте текст, выберите правильные ответы и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа.  Какие снаряды используются в соревнованиях по метанию в олимпийских видах легкой атлетике?  Запишите номера выбранных ответов без пробелов и точек и обоснование выбора  1. Мяч  2. Диск  3. Граната  4. Копье  5. Молот | Комбинир. с 2-мя и более ответами | Базовый | 1 |
|  | Прочитайте текст, выберите правильные ответы и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа.  Какие из перечисленных видов спорта или физической активности наиболее эффективно помогают в снижении уровня стресса и улучшении психического здоровья?  Запишите номера выбранных ответов без пробелов и точек и обоснование выбора  1.Шахматы  2.Бег трусцой (легкий бег)  3.Тяжелая атлетика  4.Йога  5.Медитация  6.Командные виды спорта (футбол, баскетбол) | Комбинир. с 2-мя и более ответами | Базовый | 3 |
|  | Прочитайте текст, выберите правильные ответы и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа.  Какие аспекты имеют критическое значение для успешной атаки в баскетболе?  Запишите номера выбранных ответов без пробелов и точек и обоснование выбора  1. Согласованная работа команды  2. Индивидуальная физическая сила игроков  3. Точная передача мяча между игроками  4. Эффективная реализация бросков с дальних дистанций | Комбинир. с 2-мя и более ответами | Повышенный | 4 |
|  | Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ    Спортсмен член команды по волейболу, ему 12 лет имеет:  рост 165 см; хорошую координацию; слабую прыгучесть.  Определите перспективную игровую позицию (амплуа). | Открытый | Повышенный | 5 |
|  | Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ  Спортсмен катается на горных лыжах и замечаете, что начинаете терять контроль над скоростью на крутом участке трассы. Перед ним находится зона с буграми (могулами). Опишите действия, чтобы безопасно преодолеть этот участок, учитывая, что спортсмен не являетесь опытным могулистом. | Открытый | Высокий | 8 |