

შეფასების სქემა საგანში - ფიზიკური აღზრდა და სპორტი, 2023 წელი

დავალება 1. - 27. თოთოეული დავალების სწორი პასუხი ფასდება 1 ქულით.

- | | |
|-------|-------|
| 1. ა | 15. გ |
| 2. ბ | 16. ბ |
| 3. გ | 17. ა |
| 4. დ | 18. გ |
| 5. გ | 19. დ |
| 6. დ | 20. ა |
| 7. ბ | 21. გ |
| 8. გ | 22. დ |
| 9. ა | 23. ბ |
| 10. ბ | 24. ბ |
| 11. გ | 25. ა |
| 12. დ | 26. გ |
| 13. ბ | 27. ბ |
| 14. ა | |

ღია დავალებები 28. – 32.

დავალება 28.

დავალებას აქვს ორის შეკითხვა, თითო შეკითხვას აქვს ორი პასუხი.
დავალების თითო სწორი პასუხი ფასდება 1 ქულით, სულ - 4 ქულა.

დავალების პირველი კითხვის პასუხად, აპლიკანტს მოეთხოვება სურათებზე წარმოდგენილი ოთხი ვარჯიშიდან შეარჩიოს, რომელი ორი ვარჯიშის შესრულება არ არის რეკომენდებული მეოთხე კლასის მოსწავლისათვის და ჩაწეროს პასუხებისთვის საგანგებოდ გამოყოფილ არეში შერჩეული ორი ვარჯიშის აღმნიშვნელი ციფრი.

პირველი კითხვის სწორი პასუხები:

ვარჯიში N 1

ვარჯიში N 4

დავალების მეორე კითხვის პასუხად, აპლიკანტს მოეთხოვება ჩაწეროს სხეულის ნებისმიერი 2 ნაწილი, რომლის კუნთების ძლიერი დაჭიმვაც შეიძლება გამოვლინდეს, მითითებულ ასაკში, აღნიშნული ვარჯიშების შესრულების დროს.

მეორე კითხვის სწორი პასუხების ვარიანტები: ზურგის, ზედა და/ან ქვედა კიდურების, მუცლის, კისრის კუნთების ძლიერი დაჭიმვა.

დავალება 29.

დავალების თითო სწორი პასუხი ფასდება 1 ქულით, სულ 3 ქულა.

აპლიკანტს მოეთხოვება ჩაწეროს ცხრილში 3 სპეციალური ვარჯიშის დასახელება, რომელთა გამოყენებაც რეკომენდებულია, **საბაზო საფეხურის მძლეოსნობის სტანდარტის თანახმად, ტყორცნის უნარის განვითარებისათვის.**

სწორი პასუხის ვარიანტები:

1. ვარჯიში ტყორცნაზე საგნის გარეშე (ტყორცნის იმიტაცია)
2. ვარჯიში ტყორცნაზე საგნის გამოყენებით
3. სპეციალური ვარჯიშები ტანვარჯიშულ კედელთან
4. ვარჯიშები საგნის ტყორცნაზე წყვილებში
5. ადგილიდან მცირე წონის ბურთის ტყორცნა

დავალება 30.

დავალების თითო სწორი პასუხი ფასდება 1 ქულით, სულ 3 ქულა.

აპლიკანტს მოეთხოვება ჩაწეროს 3 სპეციალური ვარჯიშის დასახელება, რომელთა გამოყენებაც რეკომენდებულია, საბაზო საფეხურის სტანდარტის თანახმად, „სასტარტო დგომის“ შესწავლისთვის ფრენბურთში.

სწორი პასუხების ვარიანტები:

1. მდგრადი დგომი; 2. ძირითადი დგომი; 3. არამდგრადი დგომი.

დავალება 31.

დავალების თითო სწორი პასუხი ფასდება 1 ქულით, სულ 5 ქულა.

აპლიკანტს მოეთხოვება ჩაწეროს 5 სპეციალური ვარჯიში ხტომებზე, რომელთა გამოყენებაც რეკომენდებულია საბაზო საფეხურზე, მძლეოსნობის სტანდარტის თანახმად.

სწორი პასუხების ვარიანტები:

1. ხტომები ორი ფეხით
2. ცალ ფეხზე ხტომები ბარიერის გარეშე
3. გამორბენის შემდეგ ირმის ნახტომები
4. წახტომები ცალ ფეხზე ადგილზე
5. წახტომები ცალ ფეხზე მოძრაობაში
6. სიმაღლეზე შეხტომები
7. ხტომები ფეხიდან ფეხზე
8. ხტომა ადგილიდან

დავალება 32.

თითო სწორი პასუხი ფასდება 1 ქულით, სულ 4 ქულა.

აპლიკანტს მოეთხოვება ჩაწეროს 4 აუცილებელი ქმედება, რომელსაც უნდა მიმართოს მოსწავლემ ზამთრის პერიოდში გარეთ ვარჯიშის დროს, ასთმის შეტევის განვითარების თავიდან ასაცილებლად.

სწორი პასუხების ვარიანტები:

1. ვარჯიშამდე 10-15 წუთით ადრე ინჰალატორის შესუნთქვა
2. 10 წუთის განმავლობაში გახურება/ მოთელვა
3. ვარჯიშის დროს თბილი შარფის შემოხვევა ცხვირ-ტუჩზე
4. სუნთქვა მხოლოდ ცხვირით (ჰაერის გათბობის მიზნით)
5. ვარჯიში დაბალი ინტენსივობის (მსუბუქი) დატვირთვით

დავალება 33. – 36. „ჭეშმარიტია - მცდარია“.

სწორი პასუხი ფასდება 2 ქულით.

დავალება - „მცდარია“ - აპლიკანტს მოეთხოვება მონიშნოს შესაბამისი უჯრა აღნიშვნით „მ“ (მცდარია) და ჩაწეროს სწორი განმარტება. თუ აღნიშვნა გაკეთებულია სწორად, მაგრამ არ არის ჩაწერილი სწორი ფორმულირება, იწერება ერთი ქულა. იმ შემთხვევაში, თუ ფორმულირებაც სწორია -2 ქულა. თუ აღნიშვნა და ფორმულირება არ ემთხვევა ერთმანეთს იწერება 0 ქულა.

დავალება - „ჭეშმარიტია“ - სწორი ფორმულირება დავალების პირობაშია მოცემული, აპლიკანტს მოეთხოვება მონიშნოს შესაბამისი უჯრა აღნიშვნით „ჭ“ („ჭეშმარიტია“), სწორი ფორმულირების ჩაწერა არ არის საჭირო. სწორი პასუხი ფასდება 2 ქულით.

დავალება 33 .

დავალებაში მოცემული დებულება **მცდარია**.

სწორი განმარტება: ადგილიდან სიგრძეზე ხტომის დროს, დახტომისას ფეხების მოძრაობა უნდა იყოს **სიმეტრიული**, ფეხები განზე, მხრების სიგანეზე, **სიმძიმის მთელ ტერფზე** გადანაწილებით.

დავალება 34.

დავალებაში მოცემული დებულება **მცდარია**.

სწორი განმარტება: მხოლოდ ერთი სპორტული სახეობისათვის დამახასიათებელი სპეციალიზებული ვარჯიშების სისტემატური გამოყენება, დაწყებით და საბაზო საფეხურზე, უარყოფითად აისახება მრავალფეროვანი მოძრაობითი უნარების განვითარებაზე, რადგან ვითარდება მხოლოდ ის უნარები, რომლებიც ერთი სპორტული სახეობისთვის არის დამახასიათებელი.

დავალება 35.

დავალებაში მოცემული დებულება **ჭეშმარიტია**.

დავალება 36.

დავალებაში მოცემული დებულება **ჭეშმარიტია**.

დავალება 37.- 40. შესაბამისობის დადგენა.

თითო სწორი პასუხი ფასდება 1 ქულით, სულ 4 ქულა.

აპლიკანტს მოეთხოვება შეუსაბამოს A სვეტში მოცემული პირობები B სვეტში მოცემულ სავარაუდო პასუხებს. ერთ პირობას მხოლოდ ერთი პასუხი შეესაბამება.

სწორი პასუხები:

დავალება 37.

1 - ე

2 - ა

3 - დ

4 - ბ

დავალება 38.

1 - დ

2 - ზ

3 - ბ

4 - ე

დავალება 39.

1 - ე

2 - ვ

3 - დ

4 - ა

დავალება 40.

1 - დ

2 - ვ

3 - ა

4 - ბ