**Ключ к ответам в теоретико-методическом задании**

**для обучающихся 9-11 классов**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № вопроса | Ответы | | | |
| 1 |  |  |  | г |
| 2 |  | б |  |  |
| 3 | а |  |  |  |
| 4 |  |  |  | г |
| 5 |  |  | в |  |
| 6 |  | б |  |  |
| 7 | -физическая активность задерживает развитие коронарного атеросклероза и тем самым предупреждает возникновение многих болезней сердца,  -увеличивается ЖЕЛ, повышается эластичность межреберных хрящей и подвижность диафрагмы, развивается дыхательная, и как следствие улучшается газообмен в легких,  -улучшается функция поджелудочной железы, вырабатывается инсулин –гормон, расщепляющий глюкозу. Благодаря этому улучшаются условия накопления и рационального энергии организма,  -улучшается работа печени – главной биохимической лаборатории организма,  -снижается содержание холестерина в крови. Под влиянием тренировок жиры не откладываются в сосудах или подкожной клетчатке, а расходуются организмом,  -систематические занятия способны исправить многие физические дефекты организма человека как врожденные, так и приобретенные.  За полный ответ – 3 б,  За каждый правильный ответ – 0,5 б | | | |
| 8 | Оценивает жюри. В ответе должны присутствовать слова подтверждающие воздействие на организм обучающегося «увеличение», «снижение», «повышение» и т.д.  За полный ответ - 3 балла  за частичный ответ – 1 балл | | | |
| 9 | Общие положения  Место, сроки проведения,  Организаторы мероприятия,  Требования к участникам и условия их допуска,  Программа мероприятия, Условия подведения итогов,  Награждение,  Условия финансирования,  Обеспечение безопасности участников и зрителей,  Страхование участников,  Подача заявок на участие.  За полный ответ – 2 б,  За каждый правильный ответ – 0,2 б. | | | |
| 10 | Присуждается специалистам за пропаганду в своих и других странах принципа «фэйр плэй» | | | |
| 11 | Регистрация на сайте gto.ru,  получение ID номера,  прикрепление в центру тестирования,  прохождение медосмотра,  подача заявки в центр тестирования,  отслеживание расписания сдачи норм ГТО. | | | |
| 12 | 1 –Б, 3-Д, 4-Г | | | |

**Ключ к ответам в теоретико-методическом задании**

**для обучающихся 7-8 классов**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № вопроса | Ответы | | | |
| 1 |  |  | в |  |
| 2 | а |  |  |  |
| 3 |  | б |  |  |
| 4 | а |  |  |  |
| 5 |  | б |  |  |
| 6 | а |  |  |  |
| 7 |  |  |  | г |
| 8 | Режим дня,  питание,  двигательная активность,  личная гигиена,  использование естественных природных факторов,  отсутствие пагубных привычек  За полный ответ – 3 б,  За каждый правильный ответ – 0,5 б | | | |
| 9 | Бег на короткие (30,60,100 м), средние (1000 и 1500 м) и длинные (2000, 3000 м) дистанции  За полный ответ – 2 б,  За каждый правильный ответ – 0,5 б | | | |
| 10 | Финиширование | | | |
| 11 | «На старт», «Внимание», «Марш!» | | | |
| 12 | Регистрация на сайте gto.ru,  получение ID номера,  прикрепление в центру тестирования,  прохождение медосмотра,  подача заявки в центр тестирования,  отслеживание расписания сдачи норм ГТО.  За полный ответ – 3 б,  За неполный ответ – 0 б. | | | |
| 13 | А-3, А-5,Б-1, Б-7, В-6,Г-2,Д-4  За полный ответ – 1 б,  За неполный ответ – 0 б. | | | |