

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Институт технологий (филиал) федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Донской государственный технический университет» в г. Волгодонске Ростовской области (ИТ (филиал) ДГТУ в г. Волгодонске)

УТВЕРЖДАЮ И.о. директора А.В.Поздеев «28» апреля 2025 г.

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ (ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА)

для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине «Здоровьесберегающая социальная педагогика»

для обучающихся по направлению подготовки 39.03.02 Социальная работа направленность Социальная работа в системе социальных служб 2025 года набора

Лист согласования

Оценочные материалы (оценочные средства) по дисциплине <u>«Здоровьесберегающая социальная педагогика»</u> составлены в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по 39.03.02 Социальная работа направленность Социальная работа в системе социальных служб.

Рассмотрены и одобрены на заседании кафедры «Социально-культурный сервис и гуманитарные дисциплины» протокол № $\underline{9}$ от « $\underline{28}$ » $\underline{04}$ $\underline{2025}$ г.

Разработчики оценочных материалов (оценочных средств)	
Доцент	В.И. Лабунская
	«28»04 2025 г.
И.о. зав. кафедрой	А.А. Морозова
	« 28»04 2025 г.
Согласовано:	
Директор ГБУ СОН РО «СРЦ г. Волгодонска»	Г.В. Голикова
	«28»04 2025 г.
Директор АНО ЦСОН «Милосердие» г. Волгодонск	Т.Г. Горчанюк
	«28» 04 2025 г.

Лист визирования оценочных материалов (оценочных средств) на очередной учебный год

	«»20 г.
1 ,	по дисциплине «Здоровьесберегающая социальная актуальными для использования на 20 20
Протокол заседания кафедры «СКС и ГД» от «_ И.о. заведующего кафедрой «СКС и ГД»	_»20 г. №
И.о. заведующего кафедрой «СКС и ГД»	А.А. Морозова
	«»20 г.
1 \	по дисциплине «Здоровьесберегающая социальная актуальными для использования на 20 20
Протокол заседания кафедры «СКС и ГД» от «	»20_ г. №
И.о. заведующего кафедрой «СКС и ГД»	А.А. Морозова
	«»20 г.
	по дисциплине «Здоровьесберегающая социальная актуальными для использования на 20 20
Протокол заседания кафедры «СКС и ГД» от «_	»20_ г. №
И.о. заведующего кафедрой «СКС и ГД»	А.А. Морозова
	«»20 г.

Содержание

1 Паспорт оценочных материалов (оценочных средств)	5
1.1 Перечень компетенций, формируемых дисциплиной (модулем), с указанием этапов их	
формирования в процессе освоения ОПОП	5
1.2 Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их	
формирования	9
1.3 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений,	
навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования	
компетенций, описание шкал оценивания	12
2 Контрольные задания (демоверсии) для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта	
деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения	
образовательной программы	13

1. Паспорт оценочных материалов (оценочных средств)

Оценочные материалы (оценочные средства) прилагаются к рабочей программе дисциплины и представляет собой совокупность контрольно-измерительных материалов (типовые задачи (задания), контрольные работы, тесты и др.) и методов их использования, предназначенных для измерения уровня достижения обучающимся установленных результатов обучения.

Оценочные материалы (оценочные средства) используются при проведении промежуточной аттестации обучающихся.

1.1 Перечень компетенций, формируемых дисциплиной, с указанием этапов их формирования в процессе освоения ОПОП

Перечень компетенций, формируемых в процессе изучения дисциплины:

- УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.
- УК-8: Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций.
- ПК-3: Способен к организации социального обслуживания получателей социальных услуг с учетом индивидуальной программы предоставления социальных услуг, индивидуальных потребностей и обстоятельств, по которым гражданин признан нуждающимся в социальном обслуживании.

Конечными результатами освоения дисциплины являются сформированные когнитивные дескрипторы «знать», «уметь», «владеть», расписанные по отдельным компетенциям. Формирование дескрипторов происходит в течение всего семестра по этапам в рамках контактной работы, включающей различные виды занятий и самостоятельной работы, с применением различных форм и методов обучения (табл. 1).

Таблица 1 Формирование компетенций в процессе изучения дисциплины

		Таблица 1 Формирование	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	· · · · · · ·		
Код	Уровень	Дескрипторы компетенции	Вид учебных	Контролируемые	Оценочные материалы	Критерии
компетенции	освоения	(результаты обучения, показатели	занятий, работы 1 ,	разделы и темы	(оценочные средства),	оценивания
		достижения результата обучения,	формы и методы	дисциплины	используемые для	компетенций ⁴
		которые обучающийся может	обучения,		оценки уровня	
		продемонстрировать)	способствующие		сформированности	
			формированию и		компетенции	
			развитию			
			компетенции ²			
УК-7	УК-7.1	Знает роль физической культуры в	Л., П.р., С.р	1.1 - 1.5	Вопросы к зачету,	Ответы на
		жизни человека и общества,		2.1 - 2.5	вопросы для устного	вопросы к
		научно-практические основы			опроса, практические	зачёту;
		физической культуры для			задания	ответы на
		обеспечения полноценной				вопросы для
		социальной и профессиональной				устных опросов,
		деятельности в социально-				выполнение
		педагогической деятельности по				практической
		здоровьесбрежению взрослого и				работы и ее
		детского населения.				защита по
	УК-7.2	Умеет применять на практике				контрольным
		средства и методы физической				вопросам в
		культуры для обеспечения				форме
		полноценной социальной и				собеседования,
		профессиональной деятельности,				подготовка
		использовать физические				сообщений и
		упражнения для профилактики				докладов к
		профессиональных заболеваний в				практическим
		образовании и иных сферах				занятиям 1,2.
		социальной жизни.				

1

 $^{^{1}}$ Лекционные занятия, практические занятия, лабораторные занятия, самостоятельная работа

² Необходимо указать активные и интерактивные методы обучения (например, интерактивная лекция, работа в малых группах, методы мозгового штурма, решение творческих задач, работа в группах, проектные методы обучения, ролевые игры, тренинги, анализ ситуаций и имитационных моделей и др.), способствующие развитию у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений, лидерских качеств

³ Указать номера тем в соответствии с рабочей программой дисциплины

⁴ Необходимо выбрать критерий оценивания компетенции: посещаемость занятий; подготовка к практическим занятиям; подготовка к лабораторным занятиям; ответы на вопросы преподавателя в рамках занятия; подготовка докладов, эссе, рефератов; умение отвечать на вопросы по теме практических работ, познавательная активность на занятиях, качество подготовки рефератов и презентацией по разделам дисциплины, контрольные работы, экзамены, умение делать выводы и др.

УК-8	УК-7.3	Владеет навыками использования средств и методов физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, обеспечения полноценной профессиональной деятельности в школьной и внешкольной образовательной деятельности. Знает классификацию и источники	Л., П.р., С.р	1.1 - 1.5	Вопросы к зачету,	Ответы на
		опасностей природного и техногенного происхождения; причины, признаки и последствия опасностей, методы и способы защиты от чрезвычайных ситуаций; принципы организации безопасности труда на предприятии, технические средства защиты людей в условиях чрезвычайной ситуации в процессе использования форм и методов обеспечения безопасности жизнедеятельности.	и., 11.р., С.р	2.1 - 2.5	вопросы к зачету, вопросы для устного опроса, практические задания	вопросы к зачёту; ответы на вопросы для устных опросов, выполнение практической работы и ее защита по контрольным вопросам в форме
	УК-8.2	Умеет поддерживать безопасные условия жизнедеятельности; выявлять признаки, причины и условия возникновения чрезвычайных ситуаций; оценивать вероятность возникновения потенциальной опасности и принимать меры по ее предупреждению в реализации программ здоровьесбережения и безопасности жизнедеятельности в образовании.				собеседования, подготовка сообщений и докладов к практическим занятиям 1,2.

	УК-8.3	Владеет методами прогнозирования возникновения опасных или чрезвычайных ситуаций; навыками по применению основных методов защиты в условиях чрезвычайных ситуаций, навыками оказания первой помощи пострадавшим в социальной работе со взрослым и детским населением.				
ПК-3	ПК-3.1	Знает основные направления политики в сфере социальной защиты населения, нормативноправовые акты и Национальные стандарты РФ а области социального обслуживания населения, состав документов, необходимых для оказания социальных услуг; основы административно-организационной деятельности по реализации социального обслуживания населения, сферу профессиональной ответственности специалистов смежных профессий (психолог, социальный педагог, юрист, реабилитолог), основы валеологии и психологии, особенности применения технологий социальной работы в России и за рубежом в целях реализации требований ФГОС к здоровьесбережению и созданию безопасных условий жизни обучающихся.	Л., П.р., С.р	1.1 - 1.5 2.1 - 2.5	Вопросы к зачету, вопросы для устного опроса, практические задания	Ответы на вопросы к зачёту; ответы на вопросы для устных опросов, выполнение практической работы и ее защита по контрольным вопросам в форме собеседования, подготовка сообщений и докладов к практическим занятиям 1,2.
	ПК-3.2	Умеет выявлять проблему гражданина, оформлять документы				

	на социальное обслуживание,
	выбирать оптимальные способы
	решения проблемы гражданина,
	использовать оптимальное
	сочетание видов и форм
	социального обслуживания,
	технологий социальной
	реабилитации, адаптации,
	коррекции; обеспечивать
	координацию деятельности
	специалистов в решении
	конкретных задач социального
	обслуживания, мотивировать
	клиентов социальной службы к
	активному участию
	индивидуальной программы,
	используя методы и технологии
	самоактуализации, составлять
	социальный паспорт семьи и
	гражданина для реализации
	комплексной программы
	предоставления социальных услуг
	по сохранению и укреплению
	физического и иных видов здоровья
	обучающихся.
ПК-3.3	Владеет приемами организации
	оказания социально-бытовых,
	социально-медицинских,
	социально-педагогических,
	социально-правовых и социально-
	реабилитационных услуг;
	способами обеспечения
	посредничества между
	гражданином и учреждением с
	целью решения его проблемы,
	методами выявления и оценки

личностных ресурсов граждан –
получателей услуг и активизации
потенциала и собственных
возможностей граждан:
технологией организации
профилактической работы по
предупреждению развития трудной
жизненной ситуации гражданина и
вовлечение в социальную работу
институтов гражданского общества
в социальной работе по
формированию здорового образа
жизни.

1.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Оценивание результатов обучения по дисциплине осуществляется в соответствии с Положением о текущем контроле и промежуточной аттестации обучающихся.

По дисциплине «Здоровьесберегающая социальная педагогика» предусмотрены следующие виды контроля: текущий контроль (осуществление контроля всех видов аудиторной и внеаудиторной деятельности обучающегося с целью получения первичной информации о ходе усвоения отдельных элементов содержания дисциплины); промежуточная аттестация (оценивается уровень и качество подготовки по дисциплине в целом).

Текущий контроль в семестре проводится с целью обеспечения своевременной обратной связи, для коррекции обучения, активизации самостоятельной работы обучающихся. Текущий контроль служит для оценки объёма и уровня усвоения обучающимся учебного материала одного или нескольких разделов дисциплины (модуля) в соответствии с её рабочей программой и определяется результатами текущего контроля знаний обучающихся.

Текущий контроль осуществляется два раза в семестр по календарному графику учебного процесса.

Текущий контроль предполагает начисление баллов за выполнение различных видов работ. Результаты текущего контроля подводятся по шкале балльно-рейтинговой системы. Регламент балльно-рейтинговой системы определен Положением о системе «Контроль успеваемости и рейтинг обучающихся».

Текущий контроль является результатом оценки знаний, умений, навыков и приобретенных компетенций обучающихся по всему объёму учебной дисциплины, изученному в семестре, в котором стоит форма контроля в соответствии с учебным планом.

Текущий контроль успеваемости предусматривает оценивание хода освоения дисциплины: теоретических основ и практической части.

Промежуточная аттестация по дисциплине «Здоровьесберегающая социальная педагогика» проводится в форме зачёта.

В табл. 2 приведено весовое распределение баллов и шкала оценивания по видам контрольных мероприятий.

Таблица 2. Весовое распределение баллов и шкала оценивания по видам контрольных мероприятий

		1101111111						
		Текущий		Промежуточ	Итогов	oe		
	(50	ная	количес	ГВО				
Блок 1 Блок 2						аттестация	баллов	ПО
						(50 баллов)	результа	там
							текуще	ГО
							контрол	ЯИ
							промежу	точ
							ной	
							аттестан	ии
Лекцион	Практи	Лаборат	Лекцион	Практич	Лаборат		Менее	61

⁵ Вид занятий по дисциплине (лекционные, практические, лабораторные) определяется учебным планом. Количество столбцов таблицы корректируется в зависимости от видов занятий, предусмотренных учебным планом.

Распределение баллов по блокам,по каждому виду занятий в рамках дисциплины определяет преподаватель. Распределение баллов по дисциплине утверждается протоколом заседания кафедры. По заочной форме обучения мероприятия текущего контроля не предусмотрены.

ные	ческие	орные	ные	еские	орные	от 0 до 50	балла	_
занятия	заняти	занятия	занятия	занятия	занятия	баллов	не зачтен	ю;
(X_1)	я (Y1)	(\mathbf{Z}_1)	(X_2)	(\mathbf{Y}_2)	(\mathbb{Z}_2)		Более	60
-	-	-	-	-	-		баллов	_
Сумма баллов за 1 блок = X_1			Сумма баллов за 2 блок = X_2 +				зачтено	
$+ Y_1$			Y_2					

Для определения фактических оценок каждого показателя выставляются следующие баллы (табл.3):

Таблица 3- Распределение баллов по дисциплине

Вид учебных работ по	Количество	баллов			
дисциплине					
	1 блок	2 блок			
Текущ	ий контроль (50 баллов)				
Посещение занятий					
Выполнение заданий по					
дисциплине (УО), в том числе:					
- устный опрос (УО, Д, С)	-	=			
- практические задания (ПЗ)	-	-			
Промежуточная аттестация (50 баллов)					
Зачет в устной форме					

Зачет является формой оценки качества освоения обучающимся образовательной программы по дисциплине. По результатам зачета обучающемуся выставляется оценка «зачтено» или «не зачтено».

Оценка «зачтено» выставляется на зачете обучающимся, если:

- обучающийся набрал по текущему контролю необходимые и достаточные баллы для выставления оценки автоматом;
- обучающийся знает и воспроизводит основные положения дисциплины в соответствии с заданием, применяет их для выполнения типового задания в котором очевиден способ решения;
- обучающийся продемонстрировал базовые знания, умения и навыки важнейших разделов программы и содержания лекционного курса;
- у обучающегося не имеется затруднений в использовании научно-понятийного аппарата в терминологии курса;
- на дополнительные вопросы преподавателя обучающийся дал правильные или частично правильные ответы.

Оценка «не зачтено» ставится на зачете обучающийся, если:

- обучающийся имеет представление о содержании дисциплины, но не знает основные положения (темы, раздела, закона и т.д.), к которому относится задание, не способен выполнить задание с очевидным решением, не ориентируется в практический ситуации;
- имеются существенные пробелы в знании основного материала по программе курса;
- в процессе ответа по теоретическому и практическому материалу, содержащемуся в вопросах зачетного билета, допущены принципиальные ошибки при изложении материала;

- имеются систематические пропуски обучающийся лекционных и практических занятий по неуважительным причинам;
- во время текущего контроля обучающийся набрал недостаточные для допуска к зачету (зачету) баллы;
 - вовремя не подготовил отчет по практическим работам, предусмотренным РПД. Компетенция(и) или ее часть (и) не сформированы.

1.3 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности

Оценивание результатов обучения студентов по дисциплине «Здоровьесберегающая социальная педагогика» осуществляется по регламенту промежуточной аттестации.

Формы промежуточного контроля знаний:

- устный опрос (УО);
- практические задания (ПЗ);

Проработка конспекта лекций и учебной литературы осуществляется студентами в течение всего семестра, после изучения новой темы. Перечень вопросов для устного опроса определен содержанием темы в РПД и методическими рекомендациями по изучению дисциплины.

Защита практических заданий производится студентом в день их выполнения в соответствии с расписанием занятий. Преподаватель проверяет правильность выполнения практического задания студентом, контролирует знание студентом пройденного материала с помощью контрольных вопросов или тестирования.

Оценка компетентности осуществляется следующим образом: в процессе защиты выявляется информационная компетентность в соответствии с практическим заданием, затем преподавателем дается комплексная оценка деятельности студента.

Высокую оценку получают студенты, которые при подготовке материала для самостоятельной работы сумели самостоятельно составить логический план к теме и реализовать его, собрать достаточный фактический материал, показать связь рассматриваемой темы с современными проблемами науки и общества, со направлением обучения студента и каков авторский вклад в систематизацию, структурирование материала.

Оценка качества подготовки на основании выполненных заданий ведется преподавателям (с обсуждением результатов), баллы начисляются в зависимости от сложности задания.

Итоговый контроль освоения умения и усвоенных знаний дисциплины «Здоровьесберегающая социальная педагогика» осуществляется в процессе промежуточной аттестации на зачете.

2. Контрольные задания (демоверсии) для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

2.1. Задания для оценивания результатов обучения в виде знаний

Вопросы для устного опроса (доклада, сообщения)

- 1. Здоровье подрастающего поколения как терминальная ценность
- 2.Понятие социального здоровья
- 3.3 доровье сбережение школьников как направление социальной педагогики
- 4. Требования ФГОС нового поколения к охране и сбережению здоровья
- 5. Социокультурные эталоны здоровья
- 6.Здоровый образ жизни как тренд современной социальной культуры
- 7. Ценностный и когнитивный компоненты культуры здоровья
- 8.Система работы образовательной организации по формированию здорового образа жизни
- 9. Культура безопасного образа жизни
- 10. Дети с ограниченными возможностями здоровья как объект социальной педагогики
- 11. Коррекционная работа с детьми с ОВЗ
- 12. Медико гигиенические здоровьесберегающие технологии
- 13. Физкультурно-оздоровительные здоровьесберегающие технологии
- 14. Психолого-педагогические здоровьесберегающие технологии
- 15. Учебно-воспитательные здоровьесберегающие технологии.

Критерии оценивания устного опроса (доклада, сообщения):

Максимальная оценка – 5 баллов.

- 5 баллов ставится, если студент: полно и аргументировано отвечает по содержанию вопроса; обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры; излагает материал последовательно и правильно, с соблюдением исторической и хронологической последовательности;
- 4 балла ставится, если студент дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, но допускает 1-2 ошибки, которые сам же исправляет.
- 3 балла ставится, если студент обнаруживает знание и понимание основных положений данного задания, но излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил; не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; излагает материал непоследовательно и допускает ошибки.
- 1-2 балла ставится, если студент обнаруживает незнание ответа на соответствующее задание, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал.

Вопросы к зачету по дисциплине

«Здоровьесберегающая социальная педагогика»

- 1. Предмет и задачи социальной педагогики
- 2. Социокультурное понимание здоровья
- 3. Социокультурные эталоны здоровья
- 4. Культура здорового образа жизни школьника в контексте ФГОС
- 5. Нормативные требования к здоровьеформирующему образованию
- 6. Компоненты культуры здоровья и безопасного образа жизни: ценностный,

когнитивный, деятельностный

- 7.Система работы общеобразовательной организации по формированию культуры здорового образа жизни школьника в начальном общем образовании
- 8.Система работы общеобразовательной организации по формированию культуры здорового образа жизни школьника в основном общем образовании
- 9. Коррекционная работа с детьми с ОВЗ
- 10. Принципы коррекционной работы и направления деятельности с детьми с ОВЗ
- 11. Здоровье сберегающие технологии в образовании
- 12.Медико-гигиенические и физкультурно-оздоровительные здоровьесберегающие технологии
- 13. Экологическое здоровьесбережение и технологическое обеспечение безопасности жизнедеятельности
- 14. Здоровесберегающие образовательные технологии: организационнопедагогические, психолого-педагогические, учебно-воспитательные
- 15. Гигиенические основы сохранения и укрепления физического здоровья школьников
- 16. Работоспособность школьника и предупреждение утомления школьника
- 17. Признаки и симптомы переутомления школьника
- 18. Психическое здоровье школьников
- 19. Факторы нарушения психического здоровья
- 20. Понятие социального здоровья
- 21. Социальная дезадаптация детей
- 22. Социальная педагогическая запущенность детей
- 23. Способы воспитания нравственного здоровья
- 24. Ценности здоровья и безопасности как основа культуры здоровья
- 25. Требования к здоровьесберегающему уроку
- 26. Требования к применению ТСО и объему домашнего задания
- 27. Факторы гигиенической рациональности урока
- 28.Педагогические средства профилактики употребления обучающимися психоактивных веществ
- 29. Первичная наркопрофилактика
- 30. Формы и методы организации профилактической работы

2.2 Задания для оценивания результатов в виде владений и умений

Практические задания

по дисциплине «Здоровьесберегающая социальная педагогика»

1. Здоровье как многомерное понятие.

Задание: в энциклопедиях, словарях, справочниках найдите и выпишите определение здоровья. Проанализируйте, сделайте выводы

2. Во ФГОС нового поколения введены требования по разработке программы/ направления по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся.

Задание: дайте определение ключевых терминов, понятий, как вы их понимаете.

- 3. В Примерной основной образовательной программе изучите раздел «Программа формирования здорового и безопасного образа жизни». Изобразите схематично цель и задачи, содержательные требования, ожидаемые результаты.
- 4. В Примерной основной образовательной программе изучите раздел «Программа воспитания и социализации обучающихся на ступени основного общего

- образования». Изобразите схематично цель и задачи, содержательные требования, ожидаемые результаты.
- 5. Составьте программу экологического воспитания школьников в контексте требований образовательного стандарта.
- 6. Составьте программу коррекционной работы в свете требований образовательного стандарта.
- 7. Составьте программу организации образовательного процесса для детей с ограниченными возможностями здоровья в свете требований образовательного стандарта.
- 8. Подготовьте доклад «Состояние здоровья современных школьников и роль образовательного учреждения в его формировании»
- 9. Подготовьте доклад «Формы и методы формирования культуры здоровья и безопасного образа жизни школьников»
- 10. Подготовьте доклад «Школы здоровья в России: история и современность»

Критерии оценки выполнения практического задания:

- «5» (отлично): выполнены все практическое задание, студент четко и без ошибок ответил на все контрольные вопросы.
- «4» (хорошо): выполнено задание; студент ответил на все контрольные вопросы с замечаниями.
- «3» (удовлетворительно «3» (удовлетворительно): выполнены все задание с замечаниями; студент ответил на все контрольные вопросы с замечаниями.
- «2» (не зачтено): студент не выполнил или выполнил неправильно задание; студент ответил на контрольные вопросы с ошибками или не ответил на контрольные вопросы.

Отчет рассматривается как критерий оценки только при выполнении студентом практической работы. Студент не допускается к защите практической работы без ее выполнения.

Структура оценочных материалов (оценочных средств), позволяющих оценить уровень компетенций, сформированный у обучающихся при изучении дисциплины «Здоровьесберегающая социальная педагогика» приведен в таблице 4.

Таблица 4 - Оценочные материалы (оценочные средства) по дисциплине «Здоровьесберегающая социальная педагогика»

	Оценочные средства		•	Оценочные средства			Оценочные средства		
Компетен ция	Знать	текущий контроль	промежуто чный контроль	Уметь	текущий контроль	промежуто чный контроль	Владеть	текущий контроль	промежуточ ный контроль
УК-7	УК - 7.1	Не	Вопросы к	УК - 7.2	Не	Вопросы к	УК – 7.3	Не	Вопросы к
	Знает роль	предусмот	зачету № 1-	Умеет применять на	предусмотр	УО, Д, С.	Владеет	предусмотре	зачету № 1-
	физической	рен	30.	практике средства и	ен	Практическ	навыками	Н	30,
	культуры в жизни			методы физической		ие задания	использования		практически
	человека и			культуры для		№ 1-10	средств и		е задания №
	общества, научно-			обеспечения			методов		1-10,
	практические			полноценной			физической		задания к
	основы			социальной и			культуры для		практически
	физической			профессиональной			сохранения и		м занятиям
	культуры для			деятельности,			укрепления		1,2.
	обеспечения			использовать			здоровья,		
	полноценной			физические			обеспечения		
	социальной и			упражнения для			полноценной		
	профессионально			профилактики			профессиональн		
	й деятельности в			профессиональных			ой деятельности		
	социально-			заболеваний в			в школьной и		
	педагогической			образовании и иных			внешкольной		
	деятельности по			сферах социальной			образовательной		
	здоровьесбрежени			жизни.			деятельности.		
	ю взрослого и								
	детского								
	населения.								
УК-8	УК-8.1	Не	Вопросы к		Не	Вопросы к	УК-8.3	Не	Вопросы к
	Знает	предусмот		Умеет поддерживать	предусмотр	УО, Д, С.	Владеет	предусмотре	зачету № 1-
	классификацию и	рен	30	безопасные условия	ен	Практическ		Н	30,
	источники			жизнедеятельности;			прогнозировани		практически
	опасностей			выявлять признаки,		№ 1-10	я возникновения		е задания №
	природного и			причины и условия			опасных или		1-10, задания
	техногенного			возникновения			чрезвычайных		К
	происхождения;			чрезвычайных			ситуаций;		практически
	причины,			ситуаций; оценивать			навыками по		м занятиям
	признаки и			вероятность			применению		1,2.
	последствия			возникновения			основных		
	опасностей,			потенциальной			методов защиты		

		Оценочнь	іе средства		Оценочнь	іе средства		Оценочнь	не средства
Компетен ция	Знать	текущий контроль	промежуто чный контроль	Уметь	текущий контроль	промежуто чный контроль	Владеть	текущий контроль	промежуточ ный контроль
	методы и способы защиты от чрезвычайных ситуаций; принципы организации безопасности труда на предприятии, технические средства защиты людей в условиях чрезвычайной ситуации в процессе использования форм и методов обеспечения безопасности жизнедеятельност и.			опасности и принимать меры по ее предупреждению в реализации программ здоровьесбережения и безопасности жизнедеятельности в образовании.			в условиях чрезвычайных ситуаций, навыками оказания первой помощи пострадавшим в социальной работе со взрослым и детским населением.		
ПК-3	Знает основные	Не предусмот рен	Вопросы к зачету № 1- 30		Не предусмотр ен	УО, Д, С. Практическ	ПК-3.3 Владеет приемами организации оказания социально- бытовых, социально- медицинских, социально- педагогических, социально- правовых и социально- реабилитационн	Н	Вопросы к зачету № 1-30, практически е задания № 1-10, задания к практически м занятиям 1,2.

		Оценочны	е средства		Оценочнь	не средства		Оценочнь	не средства
Компетен ция	Знать	текущий контроль	промежуто чный контроль	Уметь	текущий контроль	промежуто чный контроль	Владеть	текущий контроль	промежуточ ный контроль
	документов,			сочетание видов и			ых услуг;		
	необходимых для			форм социального			способами		
	оказания			обслуживания,			обеспечения		
	социальных			технологий			посредничества		
	услуг; основы			социальной			между		
	административно-			реабилитации,			гражданином и		
	организационной			адаптации,			учреждением с		
	деятельности по			коррекции;			целью решения		
	реализации			обеспечивать			его проблемы,		
	социального			координацию			методами		
	обслуживания			деятельности			выявления и		
	населения, сферу			специалистов в			оценки		
	профессионально			решении конкретных			личностных		
	й ответственности			задач социального			ресурсов		
	специалистов			обслуживания,			граждан –		
	смежных			мотивировать			получателей		
	профессий			клиентов социальной			услуг и		
	(психолог,			службы к активному			активизации		
	социальный			участию			потенциала и		
	педагог, юрист,			индивидуальной			собственных		
	реабилитолог),			программы,			возможностей		
	основы			используя методы и			граждан:		
	валеологии и			технологии			технологией		
	психологии,			самоактуализации,			организации		
	особенности			составлять			профилактическ		
	применения			социальный паспорт			ой работы по		
	технологий			семьи и гражданина			предупреждени		
	социальной			для реализации			ю развития		
	работы в России и			комплексной			трудной		
	за рубежом в			программы			жизненной		
	целях реализации			предоставления			ситуации		
	требований ФГОС			социальных услуг по			гражданина и		
	К			сохранению и			вовлечение в		
	здоровьесбережен			укреплению			социальную		
	ию и созданию			физического и иных			работу		
	безопасных			видов здоровья			институтов		

		Оценочнь	іе средства		Оценочнь	ие средства		Оценочнь	не средства
Компетен ция	Знать	текущий контроль	промежуто чный контроль	Уметь	текущий контроль	промежуто чный контроль	Владеть	текущий контроль	промежуточ ный контроль
	условий жизни			обучающихся.			гражданского		
	обучающихся.						общества в		
							социальной		
							работе по		
							формированию		
							здорового		
							образа жизни.		

Примечание
* берется из РПД
** сдача практических работ, защита курсового проекта, РГР и т.д.

Карта тестовых заданий

Компетенция УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной леятельности

Индикатор УК-7.3. Владеет навыками использования средств и методов физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, обеспечения полноценной профессиональной деятельности

Дисциплина Здоровьесберегающая социальная педагогика

Описание теста:

- 1. Тест состоит из 70 заданий, которые проверяют уровень освоения компетенций обучающегося. При тестировании каждому обучающемуся предлагается 30 тестовых заданий по 15 открытого и закрытого типов разных уровней сложности.
- 2. За правильный ответ тестового задания обучающийся получает 1 условный балл, за неправильный ответ 0 баллов. По окончании тестирования, система автоматически определяет «заработанный итоговый балл» по тесту, согласно критериям оценки
- 3 Максимальная общая сумма баллов за все правильные ответы составляет 100 баллов.
- 4. Тест успешно пройден, если обучающийся правильно ответил на 70% тестовых заданий (61 балл).
- 5. На прохождение тестирования, включая организационный момент, обучающимся отводится не более 45 минут. На каждое тестовое задание в среднем по 1,5 минуты.
- 6. Обучающемуся предоставляется одна попытка для прохождения компьютерного тестирования.

Кодификатором теста по дисциплине является раздел рабочей программы «4. Структура и содержание дисциплины (модуля)»

Комплект тестовых заданий

Задания закрытого типа Задания альтернативного выбора

Выберите один правильный ответ

Простые (1 уровень)

- 1. Предмет социальной педагогики сформулировал
- А) А.С. Макаренко
- Б) Р. Мертон
- В) С.Т. Шацкий
- 2. Укажите неверный уровень здоровья
- А) личное;
- Б) индивидуальное;
- В) общественное;
- Г) групповое
- 3. Состояние полного физического, душевного, социального и духовного благополучия называется
- А) блаженство;
- Б) нирвана;
- В) здоровье;
- Г) релаксация
- 4. Здоровье человека на 50% зависит от

- А) наследственности;
- Б) образа жизни;
- В) медицины;
- Г) внешней среды
- 5. «Валео» в переводе с латинского означает

А)здоровье;

- Б)привет;
- В)наука;
- Г) человек
- 6. Вещества синтетического или растительного происхождения, влияющие на психическое состояние человека это
- А) гидратанты;
- Б) антибиотики;
- В) витамины;
- Г) наркотики.

Средне -сложные (2 уровень)

- 7. Уровни здоровья:
 - А) общественное, групповое, индивидуальное;
 - Б) общественное, групповое, общемировое;
 - В) групповое, индивидуальное, собственное;
 - Г) групповое, индивидуальное, собственное
 - 8. Что не является условием здорового образа жизни?
 - А) активная жизненная позиция;
 - Б) полноценный отдых;
 - В) пассивность;
 - Г) рациональное питание
 - 9. Социально-педагогическая профилактика это:
 - А) восстановление социальных функций;
 - Б) работа по предупреждению негативного социального поведения;
 - В) коррекция недопустимого социального поведения.
 - 10. Общественное здоровье это
 - А) здоровье группы людей;
 - Б) личное здоровье;
 - В) здоровье населения страны;
 - Г) здоровье людей определенной этнической группы
- 11. Вид здоровья, характеризующий состояние органов и систем человека и наличие резервных возможностей называется
 - А) физическое здоровье;
 - Б) духовное здоровье;
 - В) нравственное здоровье;
 - Г) социальное здоровье;
 - 12. Тест Купера это
 - А) пробегание 3 км дистанции с максимальной скоростью;

- Б) прохождение 3 км дистанции с максимальной скоростью;
- В) пробегание максимально возможного расстояния в течение 12 минут;
- Г) количество прыжков через скакалку в течение 1 минуты.
- 13. Приказ Минздрава РФ, определяющий порядок профилактики и формирование здорового образа жизни
- А)№572н
- Б)№269н
- В)№363н
- Г) №383н
- 14. Сбалансированность питания 1 порядка это соотношение
- А) белков животного и растительного происхождения;
- Б) жиров животного и растительного происхождения;
- В) белков, жиров, углеводов;
- Г) моносахаридов, полисахаридов
- 15. Какой из ниже перечисленных элементов относится к макроэлементам?
- А) Кальций;
- Б) Марганец;
- В) Железо;
- Г) Магний
- 16. Основной строительный материал организма человека это
- А) белки;
- Б) жиры;
- В) витамины;
- Г) углеводы
- 17. Какой вид здоровья отвечает за состояние мыслительных процессов?
- А) физическое:
- Б) социальное;
- В) психическое;
- Г) нравственное
- 18. Психическое здоровье это
- А) оптимальное состояние и функционирование всех систем человека;
- **Б)** состояние равновесия между человеком и внешним миром, объективное отражение реальности;
 - В) только нормальное функционирование ЦНС;
- Г) положение человека в обществе, его активная позиция в отношениях с окружающими людьми
 - 19. Какой из пунктов не относится к познавательным психическим процессам?
 - A) память;
 - Б) внимание;
 - В) мышление;
 - Г) самооценка
 - 20. Признаком старения является
 - А) нарушение биоритмов;
 - Б) сонливость;
 - В) бессонница;

- Г) отсутствие аппетита 21. Тип людей с повышенной работоспособностью в утренние часы называется А) жаворонки; Б) совы; В) воробьи; Г) голуби 22. Что не относится к причинам нарушения биоритмов? А) регулярная физическая нагрузка;
- Б) стресс;
- В) нарушение режима труда и отдыха;
- Г) частые поездки с изменением часового пояса

Сложные (3 уровень)

- 23. Нервная клетка, способная вырабатывать нервные импульсы называется
- А) рецептор;
- Б) нейрон;
- В) аксон;
- Г) неврон
- 24. Сколько стран мира соблюдают полный отказ от употребления алкоголя?
- А) ни одной;
- Б) 64:
- B) 90;
- Γ) 24
- 25. Дайте определение «аддиктивному поведению»
- А) адекватно воспринимаемая реальность;
- Б) зависимость от наркотиков;
- В) стремление человека уйти от реальной жизни путем изменения психического состояния:
 - Г) снижение работоспособности

Задания на установление соответствия

Установите соответствие между левым и правым столбцами.

Простые (1 уровень)

26 Установите соответствие:

(1A, 2F)

- 1 На сколько процентов здоровье человека A) 20% Б) 50% зависит от его наследственности
- 30% 2 На сколько здоровье человека зависит от B) образа жизни
- 27 Установите соответствие:

(1B, 2A)

1Способность выполнять движения с большой амплитудой

Способность быстро, точно, экономно, рационально решать

меняющихся условиях	Б) скорость	
	B)	гибкость
Средне-сложные (2 уровень)		
28 Установите соответствие: (1В, 2А) 1 Способность человека длительное время выполнять какую-либо деятельность без снижения ее эффективности 2 Способность выполнять двигательное действие в минимальный промежуток времени		орость робные способности выносливость
29 Установите соответствие: (1A, 2Б) 1 Сложные соединения, построенные из нескольких групп моносахаридов 2 Основной источник тепловой энергии, необходимой для жизнедеятельности организма	А) олигосахар Б) жиры В)	оиды полисахариды
 30 Установите соответствие: (1Б, 2В) 1 Вещества, выполняющие функции стабилизации гомеостаза, называются 2 Органические соединения, состав которых отражается формулой СНО 	А) витаминыБ) минеральныВ) углеводыГ)	ые вещества жиры
31 Установите соответствие: (1Г, 2Б) 1 Продукты питания: масло, орехи, шоколад, яиц богаты этим 2 относится к макроэлементам	желтки	Б) кальций В) магний Г) жиры
А) железо		
32 Установите соответствие:(1B, 2A)1 Мужской половой гормон2 гормон «счастья»A) эндорфин		Б) прогестерон В) тестостерон
33 Установите соответствие:		

А) ловкость

задачи

В

двигательные

(1Б, 2А)

1 Религиозно-философская система, одна из древнейших	А) бодибилдинг
2 Комплексная система упражнений с отягощениями, совершенствующая телосложение	Б) йога В) аэробика
34 Установите соответствие: (1В, 2Д) 1 Тип людей с повышенной работоспособностью в вечерние часы называется 2 Тип людей с повышенной работоспособностью в утренние часы называется	В) совы Г) ночник Д) жаворонки
А) голуби	
Б) утреник	
Сложные (3 уровень)	
 35 Установите соответствие: (1Б, 2В) 1 Какова продолжительность интеллектуального биоритма 2 Какова продолжительность эмоционального биоритма 	А) 25 дней Б) 33 дня В) 28 дней Г) 35 дней
Задания открытого типа Задания на дополнение	
Напишите пропущенное слово.	
Простые (1 уровень)	
36 Активность самого человека, направленная на сохранен называется (ЗОЖ, здоровый образ жизни	
37 это совокупность физических, психичеловека, являющихся основой его долголетия, осущест создания семьи, рождения и воспитания детей, овладени (здоровье)	вления творческих планов,
38 – это компетентность в вопросах здоров здорового образа жизни (культура здоровья)	вья и следования принципам

физиологических процессов, максимальная адаптация к окружающей среде
(педагогическое определение); это состояние роста и развития органов и систем
организма, основу которого составляют морфологические и функциональные резервы,
обеспечивающие адаптационные реакции (медицинское определение) (физическое
здоровье)
40 это высокое сознание, развитое мышление, большая
внутренняя и моральная сила, побуждающая к созидательной деятельности
(педагогическое определение); это состояние психической сферы, основу которой
составляет статус общего душевного комфорта, адекватная поведенческая реакция (медицинское определение) (психическое здоровье)
(медицинское определение) (психическое здоровье)
41 это здоровье общества, а также окружающей среды для каждого
человека. (социальное здоровье)
42 это комплекс характеристик мотивационной и потребностно -
информативной сферы в жизнедеятельности, основу которого определяет система
ценностей, установок и мотивов поведения индивида в обществе (нравственное
здоровье)
Средне-сложные (2 уровень)
43 Система ценностей и убеждений это (духовное здоровье)
44 – текущее состояние органов и систем организма человека, основу
которого составляет биологическая программа индивидуального развития,
опосредованная базовыми потребностями, доминирующими на различных этапах
, v
онтогенетического развития. (соматический компонент)
онтогенетического развития. (соматический компонент)
45 Уровень роста и развития органов и систем организма, основу которого
45 Уровень роста и развития органов и систем организма, основу которого составляют морфо - физиологические и функциональные резервы, обеспечивающие
45 Уровень роста и развития органов и систем организма, основу которого составляют морфо - физиологические и функциональные резервы, обеспечивающие
45 Уровень роста и развития органов и систем организма, основу которого составляют морфо - физиологические и функциональные резервы, обеспечивающие адаптационные реакции называется (физический компонент,
45 Уровень роста и развития органов и систем организма, основу которого составляют морфо - физиологические и функциональные резервы, обеспечивающие адаптационные реакции называется (физический компонент, физическим компонентом)
45 Уровень роста и развития органов и систем организма, основу которого составляют морфо - физиологические и функциональные резервы, обеспечивающие адаптационные реакции называется (физический компонент, физическим компонентом) 46 состояние психической сферы, основу которого составляет
45 Уровень роста и развития органов и систем организма, основу которого составляют морфо - физиологические и функциональные резервы, обеспечивающие адаптационные реакции называется (физический компонент, физическим компонентом)
45 Уровень роста и развития органов и систем организма, основу которого составляют морфо - физиологические и функциональные резервы, обеспечивающие адаптационные реакции называется (физический компонент, физическим компонентом) 46 состояние психической сферы, основу которого составляет состояние общего душевного комфорта, обеспечивающее адекватную поведенческую
45 Уровень роста и развития органов и систем организма, основу которого составляют морфо - физиологические и функциональные резервы, обеспечивающие адаптационные реакции называется (физический компонент, физическим компонентом) 46 состояние психической сферы, основу которого составляет состояние общего душевного комфорта, обеспечивающее адекватную поведенческую реакцию (психический компонент)
45 Уровень роста и развития органов и систем организма, основу которого составляют морфо - физиологические и функциональные резервы, обеспечивающие адаптационные реакции называется (физический компонент, физическим компонентом) 46 состояние психической сферы, основу которого составляет состояние общего душевного комфорта, обеспечивающее адекватную поведенческую реакцию (психический компонент) 47 Комплекс характеристик мотивационной и потребностно - информативной сферы
45 Уровень роста и развития органов и систем организма, основу которого составляют морфо - физиологические и функциональные резервы, обеспечивающие адаптационные реакции называется
45 Уровень роста и развития органов и систем организма, основу которого составляют морфо - физиологические и функциональные резервы, обеспечивающие адаптационные реакции называется (физический компонент, физическим компонентом) 46 состояние психической сферы, основу которого составляет состояние общего душевного комфорта, обеспечивающее адекватную поведенческую реакцию (психический компонент) 47 Комплекс характеристик мотивационной и потребностно - информативной сферы жизнедеятельности, основу которого определяет система ценностей, установок и мотивов поведения индивида в обществе это (нравственный
45 Уровень роста и развития органов и систем организма, основу которого составляют морфо - физиологические и функциональные резервы, обеспечивающие адаптационные реакции называется
45 Уровень роста и развития органов и систем организма, основу которого составляют морфо - физиологические и функциональные резервы, обеспечивающие адаптационные реакции называется
45 Уровень роста и развития органов и систем организма, основу которого составляют морфо - физиологические и функциональные резервы, обеспечивающие адаптационные реакции называется
45 Уровень роста и развития органов и систем организма, основу которого составляют морфо - физиологические и функциональные резервы, обеспечивающие адаптационные реакции называется

49 Система мероприятий, направленных на сохранение и улучшение здоровья всех
участников образовательного процесса называется (здоровьесберегающая
деятельность, здоровьесберегающей деятельностью)
50
50 это система мер, направленных на профилактику так называемых «школьных болезней» и улучшения здоровья участников образовательного
процесса - учащихся и учителей - с использованием здоровьесберегающих технологий
(здоровьесбережение)
(здоровые сосрежение)
51 Умение держать себя в руках, управлять своим поведением; умение подчинять свои действия определенным требованиям, принципам называется
(самодисциплиной, самодисциплина)
52 1) область знаний о сохранении, укреплении и формировании индивидуального здоровья человека; 2) научная основа здорового образа жизни; 3) наука о путях и способах формирования, сохранения и укрепления индивидуального здоровья человека называется
53 Валеологическая — — состояние личности, обусловленное пониманием сущности здоровья и ЗОЖ, чётко выраженной мотивации здоровьесберегающей деятельности (грамотность)
54 Валеологическое — организация формирования знаний о принципах ЗОЖ, правилах его построения и введения. (обучение)
55 Побудительная причина, заинтересованность в совершении чего-либо это (стимул)
56 Область медицины, изучающая влияние условий жизни и труда на здоровье человека и разрабатывающая меры профилактики заболеваний, обеспечения оптимальных условий существования, сохранения здоровья и продления жизни называется (гигиена, гигиеной)
57 контингент населения, повышено подверженный воздействию определенных факторов (внешних и внутренних), угрожающих здоровью или жизни (группа риска)
58 Деятельность, способствующая выполнению жизненных целей и задач, обеспечивающая при этом общественное положение и необходимое материальное обеспечение называется (работа, работой)
59 Расстройство приспособления живого организма к действию факторов окружающей и внутренней среды называется (дизадаптация, дизадаптацией)
60 Дыхательная — система упражнений направленных на развитие дыхания, в том числе речевого; на дифференциацию ротового и носового дыхания (гимнастика)
61 Невосприимчивость организма по отношению к возбудителям болезней или определенным ядам называется (иммунитет)

62 — совокупность приемов механического дозированного воздействия на какие-либо участки поверхности тела человека, проводимых с помощью специальных аппаратов или руками с лечебной, профилактической или гигиенической целью. (массаж)
63 — нужда в чем - либо, объективно необходимом для поддержания жизнедеятельности и развития организма, человеческой личности, социальной группы, общества в целом (потребность, потребности)
64 человека — наука, изучающая общие закономерности взаимоотношений природы и человека и разрабатывающая мероприятия, направленные на оптимизацию их взаимодействия. (экология)
65 Научно поставленный опыт, наблюдение исследуемого явления в точно учитываемых условиях, позволяющих следить за ходом явления и многократно воспроизводить его при повторении этих условийуступок это - (эксперимент)
66 — особый класс психических процессов и состояний, возникающих при выполнении любой деятельности и в связи с ней, а также под влиянием внешних и внутренних воздействий и обстоятельств (эмоции)
Сложные (3 уровень)
67 – дискомфортное психологическое состояние, обусловленное невозможностью достижения целей, затрагивающее самооценку и другие структуры личности (фрустрация)
68 Процесс самопознания субъектом внутренних психических актов и состояний называется (рефлексия)
69 способный вызвать развитие заболевания (патогенный)
70 Необходимый для жизни процесс постоянного обмена газами между организмом и окружающей средой (дыхание)

Карта учета тестовых заданий (вариант 1)

Компетенция	УК-7. Способен	поддерживать долж	кный уровень фи	зической			
	подготовленности	подготовленности для обеспечения полноценной социальн					
	профессиональной д	профессиональной деятельности					
Индикатор	УК-7.3. Владеет на	авыками использования с	средств и методов фи	зической			
	культуры для сохра	нения и укрепления здор	овья, обеспечения пол	ноценной			
	профессиональной д	цеятельности					
Дисциплина	Здоровьесберегаюш	ая социальная педагогика					
	Тестовые задания Итого						
Уровень	Закрытого типа		Открытого типа				
освоения	Альтернативный	Установление					
	выбор	соответствия/	На дополнение				
		последовательности					
1.1.1 (20%)	5	2	7	14			
1.1.2 (70%)	17	7	24	48			
1.1.3 (10%)	3	1	4	8			
Итого:	25 шт.	10 шт.	35 шт.	70 шт.			

Карта учета тестовых заданий (вариант 2)

Компетенция	УК-7. Способен	поддерживать должны	й уровень физической
	подготовленности дл	ия обеспечения полн	юценной социальной и
	профессиональной деято		
Индикатор	УК-7.3. Владеет навы	ками использования сред	ств и методов физической
	культуры для сохранен	ия и укрепления здоровь	я, обеспечения полноценной
	профессиональной деято		
Дисциплина	Здоровьесберегающая с	оциальная педагогика	
Уровень		Тестовые задания	
освоения	Закрыт	ого типа	Открытого типа
	Альтернативного выбора	Установление	•
		соответствия/Установление	На дополнение
		последовательности	
1.1.1	1. Предмет социальной	26 Установите соответствие:	36 Активность самого
	педагогики сформулировал	1 На сколько	человека, направленная на
	А) А.С. Макаренко	процентов здоровье	сохранение и укрепление
	Б) Р. Мертон	человека зависит от его	здоровья называется
	В) С.Т. Шацкий	наследственности	
	2. Укажите неверный	2 На сколько здоровье	37 это
	уровень здоровья	человека зависит от образа	совокупность физических,
	А) личное;	жизни	психических, социальных
	Б) индивидуальное;	A) 20%	качеств человека,
	В) общественное;	Б) 50%	являющихся основой его
	Г) групповое	B) 30%	долголетия, осуществления
	3. Состояние полного	27 Установите соответствие:	творческих планов, создания
	физического, душевного,	1Способность выполнять	семьи, рождения и
	социального и духовного	движения с большой	воспитания детей, овладения
	благополучия называется	амплитудой	достижениями культуры
	А) блаженство;	2 Способность быстро,	, ,,
	Б) нирвана;	точно, экономно,	38 – это
	В) здоровье;	рационально решать	компетентность в вопросах
	Г) релаксация	двигательные задачи в	здоровья и следования

	4. Здоровье человека на	меняющихся условиях	принципам здорового образа
	50% зависит от	А) ловкость	ини
	А) наследственности;	Б) скорость	20
	Б) образа жизни;	В) гибкость	39 – это
	В) медицины;		совершенство саморегуляции
	Г) внешней среды		в организме, гармония
	5.«Валео» - в переводе с		физиологических процессов,
	латинского означает		максимальная адаптация к
	А)здоровье;		окружающей среде
	Б)привет;		(педагогическое
	В)наука;		определение); это состояние
	Г) человек		роста и развития органов и
	6.Вещества синтетического		систем организма, основу
			которого составляют
	или растительного		морфологические и
	происхождения, влияющие		функциональные резервы,
	на психическое состояние		обеспечивающие
	человека - это		адаптационные реакции
	А) гидратанты;		(медицинское определение)
	Б) антибиотики;		40 это
	В) витамины;		высокое сознание, развитое
	Г) наркотики.		мышление, большая
			внутренняя и моральная сила,
			побуждающая к
			созидательной деятельности
			(педагогическое
			определение); это состояние
			психической сферы, основу
			которой составляет статус
			общего душевного комфорта,
			адекватная поведенческая
			реакция (медицинское
			определение)
			· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·
			41 это здоровье
			общества, а также
			окружающей среды для
			каждого человека.
			42 это
			комплекс характеристик
			мотивационной и
			потребностно -
			информативной сферы в
			жизнедеятельности, основу
			которого определяет система
			ценностей, установок и
			мотивов поведения индивида
			в обществе
1.1.2	7 Vegenversesses	29 Vorgovor 222	·
1.1.2	7. Уровни здоровья:	28 Установите соответствие:	43 Система ценностей и
	А) общественное,	1 Способность человека	убеждений это
	групповое,	длительное время	44 – текущее
	индивидуальное;	выполнять какую-либо	состояние органов и систем
	Б) общественное,	деятельность без снижения	организма человека, основу
	групповое, общемировое;	ее эффективности	которого составляет
	В) групповое,	А) скорость	биологическая программа
	индивидуальное,	Б) аэробные способности	индивидуального развития,
	собственное;	В) выносливость	опосредованная базовыми
	Г) групповое,	2 Способность выполнять	потребностями,
	индивидуальное,	двигатель-	доминирующими на
	собственно	ное действие в	различных этапах
	8. Что не является	минимальный	онтогенетического развития.
	условием здорового образа	промежуток времени	
	жизни?	29 Установите соответствие:	45 Уровень роста и развития

- A) активная жизненная позиция;
- Б) полноценный отдых;
- В) пассивность;
- Г) рациональное питание
- 9. Социально-педагогическая
- профилактика это: А) восстановление
- социальных функций;
- Б) работа по предупреждению негативного социального поведения;
- B) коррекция недопустимого социального поведения.
- 10. Общественное здоровье это
- А) здоровье группы людей;
- Б) личное здоровье;
- В) здоровье населения страны;
- Г) здоровье людей определенной этнической группы
- 11. Вид здоровья, характеризующий состояние органов и систем человека и наличие резервных возможностей называется
- А) физическое здоровье;
- Б) духовное здоровье;
- В) нравственное здоровье;
- Г) социальное здоровье;
- 12. Тест Купера это
- А) пробегание 3 км дистанции с максимальной скоростью;
- Б) прохождение 3 км дистанции с максимальной скоростью;
- В) пробегание максимально возможного расстояния в течение 12 минут;
- Γ) количество прыжков через скакалку в течение 1 минуты.
- 13. Приказ Минздрава РФ, определяющий порядок профилактики и формирование здорового образа жизни
- А)№572н
- Б)№269н
- В)№363н
- Г) №383н
- 14. Сбалансированность питания 1 порядка это соотношение
- А) белков животного и

- 1 Сложные соединения, построенные из нескольких групп моносахаридов
- 2 Основной источник тепловой энергии, необходимой для жизнедеятельности организма
- А) олигосахариды
- Б) жиры
- В) полисахариды
- 30 Установите соответствие:

формулой С..Н..О..

- 1 Вещества, выполняющие функции стабилизации гомеостаза, называются 2 Органические соединения, состав которых отражается
- А) витамины
- Б) минеральные вещества
- В) углеводы
- Г) жиры
- 31 Установите соответствие: 1 Продукты питания: масло, орехи, шоколад, желтки яиц
- богаты этим 2 относится к
- макроэлементам
- А) железо
- Б) кальций
- В) магний
- Г) жиры Установите соответствие:
- 1 Мужской половой гормон
- 2 гормон «счастья»
- А) эндорфин
- Б) прогестерон
- В) тестостерон
- 33 Установите соответствие:
- 1 Религиозно-философская система, одна из древнейших
- 2 Комплексная система упражнений с отягощениями, совершенствующая телосложение
- А) бодибилдинг
- Б) йога
- В) аэробика
- 34 Установите соответствие:
- 1 Тип людей с повышенной работоспособностью в вечерние часы называется 2 Тип людей с повышенной работоспособностью в

утренние часы называется

- А) голуби
- Б) утреник

- органов и систем организма, основу которого составляют морфо - физиологические и функциональные резервы, обеспечивающие адаптационные реакции называется
- 46 ______ состояние психической сферы, основу которого составляет состояние общего душевного комфорта, обеспечивающее адекватную поведенческую реакцию
- 47 Комплекс характеристик мотивационной и потребностно информативной сферы жизнедеятельности, основу которого определяет система ценностей, установок и мотивов поведения индивида в обществе это .-
- 48 _______ это среда, построенная на основных принципах здоровьесбережения, повышающих удовлетворённость жизнью, качество жизни, трудовой, интеллектуальный и нравственный потенциал человека
- 49 Система мероприятий, направленных на сохранение и улучшение здоровья всех участников образовательного процесса называется
- 50 ______ это система мер, направленных на профилактику так называемых «школьных болезней» и улучшения здоровья участников образовательного процесса учащихся и учителей с использованием здоровьесберегающих технологий
- 51 Умение держать себя в руках, управлять своим поведением; умение подчинять свои действия определенным требованиям, принципам называется
- 52 1) область знаний о сохранении, укреплении и формировании

растительного происхождения; b) жиров жинотного и растительного происхождения; b) жиров жинотного и растительного происхождения; b) белков, жиров, утлеводов; l) моносахаридов, l) моносахаридов, nолнеахаридов l. K акой из инже перечисленных знементов стиосител к макроэлементам? A) Калагийі, b) жирег жирования с достояние и макроэлементам? A) Калагийі, b) жирег жирования с достояние пониманием сущности могивальный загериал организма человека тото А) белка; l) магий l6. Основной строитслыный загериал организма человека - это A) белка; l) утлеводы в достовние мыслительных процессов? A) физическое; l) уравет венное l) катамиты; l) утлеводы в достояние мыслительных процессов? A) физическое; l) уравет венное l) катамиты; l) утлеводы в достояние и мункционирование весх систем человека и разрабатывающая меры ирофизактиви и тутуа па загоровье - это A) обтимальное состояние и функционирование весх систем человека и разрабатывающая меры ирофизактиви заболеваний, обсественные и функционирование весх систем человека и разрабатывающая меры ирофизактиви в межу человека и разрабатывающая познаны условий существования, сохранения заболеваний, обсественные с человека и разрабатывающая меры ирофизактиви в заболеваний, обсественные от польжение реальности, l) состояние развоестия в нестоя в польжение реальности, l) состояние развоестия в нестоя в польжение человека и разрабатывающая меры ирофизактиви воздействию определениях жизии называется 57 контишения жизии называется 57 контишения жизии называется 58 Деятельность, способствующаю выполнению жизиенным делей и задач, обспечения и необходимое материальное обспечение вызывается 59 Расстройство приспособления живого организма к абствию факторов оружающей и плутренней среды называется 59 Расстройство приспособления живого организма к абствию факторов оружающей и плутренней среды называется 59 Расстройство приспособления живого организма к абствию факторов оружающей и плутренней среды называется 59 Расстройство приспособления живого обспеченные необходи	раститали нага	В) совы	индирилуан ного эдорорга
 Б) жаров животного и расптепьного происхождения; В) белков, жиров, утлеводов; Г) моносахаридов, поинсахаридов, поинсахаридов, поинсахаридов 15. Какой из нике перечисленных элементов относится к макроэлементных доровья человека называется 1 доровья человека называется 1 доровья человека поинмапием суппости здоровья человека тот доровье обрегающей деятельности 1 доровье обрегающей деятельности 3доровье обрегающей деятельности 4 фризираеское; Г) утлеводы 17. Какой выд здоровье обрегающей деятельных процессов? А) физическое; В) пекмическое здоровье обрегающей деятельности в функционирование веех сцетем человека; Б) состоящее распывноесия между человеком и внешним миром, объективное отражение реальности; В) только нормальное функционирование шеех смещений подветь и притивальных условий существования, состаечения познавательнам позницая в отношениях с окружающими додьми 3доровья и продления жизни изинается — контингент населения, повышено подверженный подрействию определенных и потращено браговоровье обеспечение пазывается Б) выммание; В) вессониция; С) состаемение постамение маним изинается присцособления живого органима к действию органима к дей	растительного	,	индивидуального здоровья
растительного происхождения; В) белков, жиров, утлажодов; 1) моносахаридов, полисахаридов, полисахаридов 15. Какой из ниже перечисленных элементов отпоситех к макроллементам? А) Кальший; Б) Марганец; В) Железо; 1) Магиий 16. Основной строительный материал организма человека - это А) белки; Б) жиры; В) жиры; В) жиры; В) жиры; В) жиры; В) витамины; 1) углеводы 17. Какой вид доровья отоемение и функционирования есех систем человека в обместве, его активная мера полимальное состояние и функционирование песх систем человека в обместие, его активная в обместие, его активная полиция ж адоровье и продесния жизни называется в обместве, его активная в обместе, его активная полиция с окружающими дидьми нестойности; В) только нормальное офункционирование ПНС; организма в обместе, его активная в обместе, его активная полиция с окружающими дидьми нестойностия к полявается в обместве, его активная полиция с окружающими дидьми нестойностия в полявия в потношениях с окружающими продыми песка окружающими продыми общественное положение и необходимое материальное обселечение изывается обреденный живого организма к действено обселения живого организма к действено обселения живого организма к действено обреденных живого организма к действено обселения живого органи		· ·	
происхождения; В) белеов, жиров, утлеводов; Г) моносахаридов, полисахаридов 15. Какой из нике 16. Селеовеньых элементов отпоситея к макрозиементам? А) Кальший; В) Марганец; В) фелео, Г) Магний Доровья и дож, чётко полимальное соеровных элементов Доровья и дож, чётко полимальное соеровных отвечает за соеговние доровьем за дожденей доровьем		Д) живоропки	
В) белков, жиров, углековов; Г) моносахаридов, полисахаридов (15 макой из ниже перечисленных элементов относится к макроэлементам? А) Кальций; Б) Марганен; В) Желею; Г) Магний (16 Основной строительный материал организма человека - это А) бальци; В) Желею; Г) Магний (16 Основной строительный материал организма человека - это А) бальци; В) жиры; В) жиры; В) жиры; В) жиры; В) жиры (17 магний (17 магний (18 магний	-		
уулеводов; Г) моносахаридов 15. Какой из ниже перечисленных элементов относится к макроэлементам? А) Кальций; В) Жаранец; В) Железо; 1 Магний 16. Основной строительный материал организма человека - это А) белки; В) жизамины; В) жизамины; В) жизамины; Г) углеводов Т) магний 54 Валеологическое —— организация формирования знаний о принципах ЗОЖ, цеятов —— организация формирования знаний о принципах ЗОЖ, правилах его построения и введения. 55 Побудительная причина, заинтересованность в совершении чего-либо это - построения и введения. 55 Побудительная причина, заинтересованность в совершении чего-либо это - построения и продления жизии и труда на здоровье человека и разрабатывающая меры профилактики заболеваний, обеспечения оптимальных условий существования, сохранения между человеком и введиним миром, объективно отражение реальности; В) голько нормальное функционирование ЦНС; Г) положение человека в общестее, его активия в общестее, его активия в общестее, его активия в позиция в отношениях с окружающими подьми подыми в отношениях с окружающими подьми подыми в отношениях с окружающими подьми подыми в отношениях с окружающими подьми подымать; Б) винмание; В) мышление; В) мышление; В) колько нормальное функционирование ЦНС; Г) положение человека в общестее, его активия в позиция в отношениях с окружающими подьми подыми в отношениях с обесственное подожение и необходимое материальное обесственное подожение и необходимое материальное обесственое подожение и необходимое материальное обесственое подожение и необходимое материальное обесственое подожение и необходимое подожение и необходимое материальное обесственое подожение и необходимое подожение и необходимое подожение и необходимое подожение и необходимое подожение пристособления жизни 59 Расстройство пристособления жизни			
1) моносахарьцов 15. Какой из ниже перечисленных элементов относится к макроэлементам? А) Кальций; В) Марчанец; В) Железо; 1) Магчий 16. Основной строительный материал организма человека - это А) бельки; В) жиры; В) витамины; П) углеводы 17. Какой вид здоровья 17. Какой вид здоровья отвечает за состояние мыслительных процессов? А) физическое; В) социальное; В) пеихическое; В) спичальное состояние мыслительных процессов? А) онимальное состояние и функционирования сех систем человека здоровье того А) онимальное состояние и функционирование всех систем человека В) Состоянер равновесия между человеком и внешним миром, объективное отражение реальности; В) только нормальное функционирование ЦПС; Г) положение человека в обществе, его активная позиция в отношениях с окружающим эподыми 19. Какой из пунктов не относитея к познавательным пекическия процессам? А) намять; В) вималине; В) мыплаене; Г) самооценка 20. Признаком старения вванется А) нарушение бюритмов; В) состоиние на обфестве ображающей и ввением и обфественное положение и необходимое материальное обеспечение пазывается 59 Расстройство приспособления живото организма к действию фикторов окружающей визинений угрожающих здоровью или жизни 58 Деятельность, способствующая выполнению жизненных целей и задач, обеспечение пазывается 59 Расстройство приспособления живото организма к действию фикторов окружающей и визиренной средые называется 59 Расстройство приспособления живото организма к действию фикторов окружающей и визутренней среды называется Б) соплимость; В) бессопинца; Г) отсутствие аппетита 21. Тип плодей с	_		
Пописахаридов 15. Какой из ниже перечисленных элементов относится к макроэлементам? А) Кальций; В) Мартанец; В) Железо; Г) Магний 16. Основной строительный материал организма человека - это А) белки; В) жиры; В) жиры; В) жиры; В) жиры; В) жиры; В) жиры догомне манорольня отпечает за состояние мысшительных процессом? А) физическое; Г) правственное строительных процессом и финкциирования беспечения миры и финкциирования беспечения между человека; В) состояние всех систем человека; В) состояние между человеком и внешниям виром, между человеком и внешниям в отношениях с окружающем в отножнее огражение реальности; В) положение человека в обществе, его активная позиция в отношениях с окружающими людьми 19. Какой из тунктов не относится к познавательным пенкическим процессам? А) память; В) внимание; В) внимание; С) самоощения подпессам? А) парушение биоритмов; В) внимание; С) самоощения подпессам? А) парушение биоритмов; В) оссоляние биоритмов; В) бессоняния вывыестся и побъективно подверженный музгрениях у трожной и жизнитых и внутрениях у трожной подмержение и побъективном подверженный музгрениях у трожной подметных и внутренниях у трожной подметных и внутренниях у трожной подметных и внутренниях и том общественное положение и побъектие			~~·F
15. Какой из инже перечисленных элементов относится к макроэлементам? А) Кальщий; В) Марганец; В) Железо; Г) Магний 16. Основной строительный материал организма человека - это А) белки; В) железо (притивления мароалеметами организма человека - это А) белки; В) жиры; В) жиры; В) жиры; В) жиры; В) изтамины; Г) утлеволы 17. Какой вид здоровья отвечает за состояние мыслительных процессов? А) физическое; В) сопиальное; В) психическое; В) сопиальное; В) психическое; В) сопиальное; В) психическое; В) сополние равновесния формирования жаните реальности и труда на здоровье человека и разрабатывающах меры профилактики заболеваний, обеспечения оптимальных условий существования условий существования, сохранения чоровка и проделения жизии называется в обществе, его активная позиция в отношениях с окружающим логьми 19. Какой из пунктов не относится к познавательным пекимческия процессам? А) память; В) вимание; В) вышление; Г) самооценка 20. Признаком старения является (обеспечение называется и необходимое материальное организма к, ействию факторов окружающей и визутрением, угрожающих здоровью или жизни необходимое материальное обеспечение называется (обеспечение называется В) вышление; Г) самооценка (20. Признаком старения визистея обеспечение называется В) воспиность; В) бессопиния; С) обеспечение называется (обеспечение называется В) воспиность; В) бессопиния; С) образывается образывается (обеспечение называется В) соспиность; В) бессопиния; С) образывается (обеспечение называется С) организма к действию факторов окружающей и визутренией среды называется (обеспечение называется С) организма к действию факторов окружающей и визутренией среды называется (обеспечение называется С) организма к действию факторов окружающей и визутренией среды называется (обеспечение называется С) организма к действию факторов окружающей и визутель обеспечение называется (обеспечение называется (обесп			
перечисленных элементов относится к макроэлементам? А) Кальший; В) Железо; Г) Магний 16. Основной строительный материал организм человека - это А) белки; В) витамины; В) витамины; Г) утлеводы 17. Какой вид здоровья отвечает за состояние мыслительных процессов? А) физическое; В) псимическое; Г) правственное 18. Пелкическое здоровье отвой в на дузоровье и здоровье и здоровье и здоровье и здоровье отвечает за состояние мыслительных процессов? А) физическое; Г) правственное 18. Пелкическое здоровье отвой в на дузоровье и здоровье и продрежение реальности; В) остоялие равновесия между человеком и внешним миром, объективное отражение реальности; В) голько нормальное функционирование ЦНС; Г) положение человека; В) голько нормальное функционирование ЦНС; Г) положение человека в обществе, сто активная позиция в отношениях с окружающим элодыми 19. Какой из пунктов не относится к нознавательным психическим процессам? А) память; Б) внимание; В) мышление; Г) самооценка и разрасатьность и состоемение необходимое материальность обеспечения оптимальных условий жизненых факторов (внешних и внутренних), угрожающим здоровью или жизни 19. Какой из пунктов не относится к нознавательным психическим процессам? А) память; Б) внимание; В) мышление; Г) самооценка отрешее биоритмов; Б) сонливость; В) бессониния; Г) отсутствие аниегита 21. Тип людей с			53 Валеологическая
относится к макроэлементам? А Кальший; В) Марганец; В) Железо; Г) Матний 16. Основной строительный материал организма человека - это А) белки; В) жиры; В) жиры; В) витамины; Г) углеводы 17. Какой вид здоровья отвечает за состояние мыслительных процессов? А) физическое, В) психическое с, В) психическое с, В) психическое с, В) психическое с, В) психическое здоровье - это А) оптимальное состояние мыслительных процессов? А) физическое, В) составленое; В) психическое здоровье - это А) оптимальное состояние и функционирование всех систем человека; Б) состояние равнопесия между человеком и внедними миром, объективное отражение реальности; В) только нормальное функционирование ЦНС; Г) положение человека в обществе, его активная позиция в отношениях с окружающими людьми 19. Какой из пунктов пе относится к позмавательным психическим процессам? А) память; В) винышление; В) винышление; Г) самооценка 20. Признаком старения мыжнегся (растения общественное положение и необходимое материальное обеспечения писихическим процессам? А) память; В) вессонница; Г) самооценка 20. Признаком старения мыжнегся (растения обраснения и необходимое материальное обеспечение называется 59 Расстройство организма к действию факторов окружающей и внутренней среды называется 59 Расстройство организма к действию факторов окружающей и внутренней среды называется 59 Расстройство организма к действию факторов окружающей и внутренней среды называется 50 Дыхательная — система — система — система			
макрольментам: А Кальший; В) Марганец; В) Железо; Г) Магний 16. Основной строительный материал организма человека - это А) белки; В) жиры; В витамины; Г) углеводы 17. Какой вид здоровья отвечает за состояние мыслительных процессов? А) физическое; В) психическое одоровье зто А) оптимальное состояние мыслительных процессов? А) физическое; В) психическое здоровье зто А) оптимальное состояние и функционирование всех систем человеках В) состояние равновесия между человеком и внешным миром, объективное отражение реальности; В) только нормальное функционирование ЦНС; Г) положение человека в обществе, его активная позиция в отношениях с окружающими людьми 19. Какой из пунктов не относится к позывавательным психическом процессам? А) память; В) вимание; В) мышление; Г) самооценка 20. Признаком старения вывлется А) нарушение бюритмов; В) состояние бюритмов; В) осесонница; Г) отчустелие а апшетита 21. Тип людей с — система — система — система — система — система здоровья и продлегания жизни называется — контингент населения, повышено подверженный воздействию определенных издоровью или жизни 58 Деятельность, способствующая выполнению жизненных целей и задач, обеспечение называется 59 Расстройство органиям живого организма к действию факторов окружающей и нутренней среды называется Б) осодимое материальное факторов окружающей и нутренней среды называется Б) обранием живого организма к действию факторов окружающей и нутренней среды называется Б) обранительная — система — система — система	_		· •
А) Кальций; Б) Мартавец; В) Железо; Г) Матий 16. Основной строительный материал организма человека - это А) белки; Б) виры; В) вигамины; Г) утлеволы 17. Какой вид здоровья отвечает за состояние мыслительных процессов? А) физическое; Б) социальное; В) психическое сустояние мыслительных процессов? А) физическое; Б) социальное; В) психическое здоровье - это А) оптимальное состояние и функционирование всех систем человека и разрабатывающая между человеком и внешным миром, объективное отражение функционирование ЦНС; Г) положение человека в обществе, его активная позищия в отношениях с окружающими людьми 19. Какой из пунктов пе отностиется к позмавательным подыми 19. Какой из пунктов пе отностиется к позмавательным пескическим процессам? А) память; Б) вимание; В) мышление; Г) самооценка до Признаком старения вырастеля с обрежение необходимое материальное обеспечение и функционирование ЦНС; Г) положение человека в обществе, его активная позищия в отношениях с окружающими людьми 19. Какой из пунктов пе относителя к позмавательным пескическим процессам? А) память; Б) вимание; В) мышление; Г) самооценка до Признаком старения выполнению жизненных целей и задач, обеспечение называется 59 Расстройство оррасление необходимое материальное обеспечение называется 59 Расстройство оррасление необходимое материальное обеспечение называется 59 Расстройство оррасления крыжение приспособления живого организма к действию факторов окружающей и внутренней среды называется 59 Расстройство организма к действию факторов окружающей и внутренней среды называется 50 (Дыхательная) — система — система — система — система	макроэлементам?		
Выраженной могивации доровьес-берегающей деятельности В Железо; П Магний 16. Основной строительный материал организма человека - это А) белки; В жиры; В витамины; Г) утлеводы 17. Какой или здоровья отвечает за состояние мыслительных процессов? А) физическое; В поплаческое стояние мыслительных процессов? А) физическое; В поплаческое доровье - это А) оптимальное; В психическое здоровье - чольный доровье человека и разрабатывающая меры профилактики заболеваний, обеспечения оптимальных условий существования, собеспечения и функционирование всех систем человека; В) состояние равновесия между человеком и внешним миром, объективное отражение реальности; В только нормальное функционирование ЦПС; Г) положение человека в обществе, его активная позиция в отношениях с окружающими длодьми 19. Какой из пунктов не относится к познавательным пехимческим процессам? А) память; В вимание; В вимание; В мышление; Г) самооценка дольность; В вымание; В мышление; Г) самооценка дольность; В оссониниа; Г) стустевие апплетита для доровь обружающей и вымого организма к действию определеным живого организма к действию обеспечения живого организма к действию обеспечения живого организма к действию обеспечения живого организма к действию обеспечение называется 59 Расстройство определьные обеспечение называется 59 Расстройство организма к действию организма к действима манама с действию организ			
В) Железо; Г) Магний 16. Основной строительный материал организма человека - это А) белки; В) витамины; Г) углеводы 17. Какой вид здоровья отвечает за состояние мыслительных процессов? А) физическое; В) социальное; В) психическое здоровье - это А) оптимальное состояние и функционирование всех систем человека; В) состояние равновесия между человеком и внешним миром, объективное отражение реальности; В) только нормальное функционирование ЦНС; Г) положение человека в обществе, его активная позиция в отношениях с окружающими людьми 19. Какой из пунктов не относится к познавательным пеихическим процессам? А) память; В) внимание; В) мышление; Г) самооценка 20. Признаком старения является А) нарушение бноритмов; В) состояние порей с В) намывенте В) между человеком и внешний миром, объективное огражение реальности; В) только нормальное функционирование ЦНС; Г) положение человека в обществе, его активная позиция в отношениях с окружающими людьми 19. Какой из пунктов не относится к познавательным пеихическим процессам? А) память; Б) внимание; В) мышление; Г) самооценка 20. Признаком старения является А) нарушение бноритмов; В) состояния (порятмов) В) состояние разывается — расстройство приспособления живого организма к действию факторов окружающей и внутренней среды называется — бо Дыхательная — система			
Г) Магний 16. Основной строительный материал организма человека - это А) белки; В) витамины; Г) удгаемоды 17. Какой вид здоровья отвечает за состояние мыслительных процессов? А) физическое; В) психическое; В) психическое; Г) нравственное 18. Психическое здоровье это А) оптимальное состояние и функционирование всех систем человека; В) состояние реальности; В) только нормальное функционирование ЦНС; Г) положение человека в обществе, ето актививая позиция в отношениях с окружающими людьми 19. Какой из пунктов не относится к познавательным психическом процессом? А) память; В) вынимание; Г) самооценка полимально; В) мышление; Г) самооценка 20. Признаком старения является А) нарушение бноритмов; Б) состоянива; Г) отсутствие аппетита 21. Тип людей с — истема 154 Валеологическое — организация формирования заний о формирования заний о принцицах ЗОЖ, правилах его построения пвисцина. 55 Побудительная причина, заинтересования совершения о позическое; В бессопнива; Г) самооценка доровье от овершения управная при этом общественное положение и необходимое материальное обеспечение называется 59 Расстройство приспособления живого организма к действию опредеженный формирования заначное — система — система — система			= =
строительный материал организма человека - это А) белки; Б) жиры; В) витамины; Г) углеводы 17. Какой вид здоровья отвечает за состояние мыслительных процессов? А) физическое; Б) социальное; В) пелкическое; Г) нравственное 18. Пелкическое; углевное на функционирование всех систем человека; Б) состояние равновесия между человеком и внешним миром, объективное отражение реальности; В) только нормальное функционирование ЦНС; Г) положение человека в обществе, его активная позиция в отношениях с окружающими людьми 19. Какой из пунктов не относится к познавательным пецкическим процессам? А) память; Б) винмание; В) мышление; Г) самооценка 20. Признаком старения является Б) состояния рановеста (романательно общественое положение и необходимое материальное обеспечения пристеменно поджение и необходимое материальное обеспечение называется Б) состояние финкционирование СПС; Г) положение человека в обществе, его активная позиция в отношениях с окружающими людьми 19. Какой из пунктов не относится к познавательным психическим процессам? А) память; Б) винмание; Б) вынмание; Б) вынмание; Б) мышление; Г) самооценка 20. Признаком старения является Стетем стетем стетем обранияма к лействию организма к лействию факторов окружающей и внутренней среды называется Б) бессонициа; Г) отсутствие аппетита 21. Тип людей с			деятельности
организма человека - это А) белки; В) витамины; Г) углеводы 17. Какой вид здоровья отвечает за состояние мысдительных процессов? А) физическое; Б) социальное; В) подмическое; Г) правственное 18. Психическое здоровье - это А) оптимальное состояние и функционирование всех систем человека; Б) состояние равновесия между человеком и внешним миром, объективное отражение реальности; В) только нормальное функционирование ЦНС; Г) положение человека в обществе, сто активная позиция в отношениях с окружающим в подыми придессам? А) память; Б) выпамать; Б) выпамать обеспечение называется Б) выпамать; Б) выпамать; Б) выпамать отмение и необходимое материальное обеспечение называется Б) выпамать; Б) выпамать обеспечение называется Б) дыпамать обеспечение называется Б) дыпамать обеспечения обеспечение называется Б) дыпамать обеспечения обеспеч	16. Основной		54 Валеологическое
организма человека - это А) белки; В) витамины; Г) углеводы 17. Какой вид здоровья отвечает за состояние мыслительных процессов? А) физическое; Б) социальное; В) подмическое стояние мизическое стояние и функционирование всех систем человека; Б) состояние равновесия между человеком и внешним миром, объективное отражение реальности; В) только нормальное функционирование ЦНС; Г) подожение человека в обществе, его активная позиция в отношениях с окружающим в потношениях с окружающим и продыми принесками процессам? А) память; Б) вынимание; Б) какой из пунктов не относится к познавательным пеихическим процессам? А) память; Б) вынимание; Б) вынимание; Б) вынимание; Б) вынимание; Б) подожение человека в обществе, его активная позиция в отношениях с окружающими длодьми 19. Какой из пунктов не относится к познавательным пеихическим процессам? А) память; Б) вынимание; Б) вынимание; Б) вынимание; Б) вынимание; Б) осстояннее биоритмов; Б) состояннее биоритмов; Б) состояннее биоритмов; Б) состояннее положение человека в общественее положение и необходимое материальное обеспечение называется фрагрова и придежающей и внутренней среды называется 59 Расстройство приспособления живого организма к действию организма к действ	строительный материал		
А) белки; Б) жиры; В) витамины; Г) углеводы 17. Какой вид здоровья отвечает за состояние мыслительных процессов? А) физическое; В) психическое; В) психическое; Г) правственное 18. Психическое здоровье - это А) оптимальное состояние и функционирование всех систем человека; Б) состояние равновесия между человеком и внешним миром, объективное отражение реальности; В) только нормальное функционирование ЦНС; Г) положение человека в обществе, его активная позиция в отношениях с окружающим людьми 19. Какой из пунктов не относится к познавательным психическия процессам? А) память; Б) внимание; В) мышление; Г) самооценка 20. Признаком старения являестся В) бессонница; Г) остотуетсявие аппетита 21. Тип людей с 55 Побудительная причина, заинтересованность в совершении чего-либо это - оковершении чего-либо это - оковершения и труда па задоровье человека и разровые и продления жизни обеспечивних и внутренних и внутренних окостивном обеспечение называется 570 56 Область медицины, изаминие условий жизни и тучающая влияние условий жизни и тучающая влияние условий жизни отпутмальных условий жизни и тучающая влияние условий жизни и тучающая в продления жизно опредереленных факторов (въешения и труда и т			
Б) журы; В) витамины; Г) утлеводы 17. Какой вид здоровья отвечает за состояние мыслительных процессов? А) физическое; Б) социальное; В) подмическое; Б) социальное; В) подмическое здоровье - это 2. В подмическое здоровье - это 2. В подмическое здоровье - это 3. В психическое здоровье здо	А) белки;		
Г) углеводы 17. Какой вид здоровья отвечает за состояние мыслительных процессов? А) физическое; Б) социальное; В) психическое здоровье - это - 56 Область медицины, изучающая влияние условий жизии и труда на здоровье человека и разрабатывающая меры профилактики заболеваний, обеспечения оптимальные состояние и функционирование всех систем человека; Б) состояние равновесия между человеком и внешним миром, объективное отражение реальности; В) только нормальное функционирование ЦНС; П) положение человека в обществе, его активная позиция в отношениях с окружающими людьми 19. Какой из пунктов не относитея к познавательным психическим процессам? А) память; Б) внимание; В) мышление; П) самооценка 20. Признаком старения является индупение биоритмов; Б) сонливость; В) бессонница; П) отсутствие аппетита 21. Тип людей с	Б) жиры;		
17. Какой вид здоровья отвечает за состояние мыслительных процессов? А.) физическое; Б. социальное; В. психическое; Б. оправление состояние мыслительных процессов? А.) физическое; Б. оправление состояние и функционирование всех систем человека; Б. остояние равновесия между человеком и внешним миром, объективное отражение реальности; В. Только нормальное функционирование ЦНС; Г. положение человека в обществе, его активная позиция в отношениях с окружающими людьми 19. Какой из пунктов не относится к познавательным процессам? А.) память; Б. внимание; В. мышление; Б. соснливость; В. бессонница; Г. отсутствие аппетита 2.1. Тип людей с ———————————————————————————————————	В) витамины;		55 Hafaranan waa marana
опвечает за состояние мыслительных процессов? А) физическое; Б) социальное; Ирикциеское; Б) социальное состояние и функционирование всех систем человека; Б) состояние равновесия между человеком и внешним миром, объективное отражение реальности; В) полько нормальное функционирование ЦНС; П) положение человека в обществе, его активная позиция в отношениях с окружающими людьми 19. Какой из пунктов не относится к познавательным психическим процессам? А) память; Б) внимание; В) мышление; П) самооценка 20. Признаком старения является инделения является обрественное положение и необходимое материальное обеспечение называется образнающих задоровь или жизни оптимальных условий существования, сохранения задоровья и продления жизни называется — контингент населения, повышено подверженный воздействию определенных факторов (внешних и внутренних), утрожающих здоровью или жизни 58 Деятельность, способствующая выполнению жизненных целей и задач, обеспечение называется — беспечение называется — 59 Расстройство приспособления живого организма к действию факторов окружающей и внутренней среды называется — бо Дыхательная — система — система — система			
мыслительных процессов? А) физическое; Б) социальное; В) психическое доровье зто 18. Психическое здоровье зто А) оптимальное состояние и функционирование всех систем человека; Б) состояние равновесия между человеком и внешним миром, объективное отражение реальности; В) только нормальное функционирование ЦНС; Г) положение человека в обществе, его активная позиция в отношениях с окружающими людьми 19. Какой из пунктов не относится к полиматьным процессам? А) память; Б) внимание; В) мыльшение; Г) самооценка 20. Признаком старения является А) нарушение биоритмов; Б) соснливость; В) бессонница; Г) отсутствие аппетита 21. Тип людей с 56 Область медицины, изучающая влияние условий жизни и учасловека и разрабатывающая меры профилактики заболеваний, обеспечении заболеваний, обеспечении заболеваний, обеспечении заболеваний, обеспечения жизни существования, сохранения задоровья и продления жизни называется 57 —	17. Какой вид здоровья		
А) физическое; Б) социальное; В) психическое; Г) нравственное 18. Психическое здоровье это А) оптимальное состояние и функционирование всех систем человека; Б) состояние равновесия между человеком и внешним миром, объективное отражение реальности; В) только нормальное функционирование ЦНС; Г) положение человека в обществе, его активная позиция в отношениях с окружающими людьми 19. Какой из пунктов не относится к познавательным психическим процессам? А) память; Б) выимание; Б) выимание; Б) выимание; Б) выимание; Б) выимание; Б) осыливость; В) бессонница; Г) сотсутствие аппетита 21. Тип людей с	отвечает за состояние		совершении чего-лиоо это -
В) социальное; В) психическое; Г) нравственное 18. Психическое здоровье - это А) оптимальное состояние и функционирование всех систем человека; Б) состояние равновесия между человеком и внешним миром, объективное отражение реальности; В) только нормальное функционирование ЦНС; Г) положение человека в обществе, его активная позиция в отношениях с окружающими людьми 19. Какой из пунктов не относится к познавательным психическим процессам? А) память; Б) внимание; В) мышление; Г) самооценка 20. Признаком старения вяяляется А) нарушение биоритмов; Б) сонливость; В) бессонница; Г) отсутствие аппетита 21. Тип людей с	мыслительных процессов?		
В) психическое; Г) нравственное 18. Психическое здоровье - это А) оптимальное состояние и функционирование всех систем человека и разрабатывающая меры профилактики заболеваний, обеспечения оптимальных условий существования, сохранения здоровья и продления жизни называется Б) состояние равновесия между человеком и внешним миром, объективное отражение реальности; В) только нормальное функционирование ЦНС; Г) положение человека в обществе, его активная позиция в отношениях с окружающими людьми 19. Какой из пунктов не относится к познавательным психическим процессам? А) память; Б) внимание; В) мышление; Г) самооценка 20. Признаком старения является А) нарушение биоритмов; Б) сонливость; В) бессонница; Г) отсутствие аппетита 21. Тип людей с			56 Область медицины,
П) нравственное 18. Психическое здоровье - это А) оптимальное состояние и функционирование всех систем человека; В состояние равновесия между человеком и внешним миром, объективное отражение реальности; В) только нормальное функционирование ЦНС; П) положение человека в обществе, его активная позиция в отношениях с окружающими людьми 19. Какой из пунктов не относится к познавательным психическим процессам? А) память; В выишание; В мышление; П) самооценка 20. Признаком старения является А) нарушение биоритмов; Б) сонливость; В бессонница; П) отсутствие аппетита 21. Тип людей с			изучающая влияние условий
Меры профилактики заболеваний, обеспечения оптимальное состояние и функционирование всех систем человека; В) состояние равновесия между человеком и внешним миром, объективное отражение реальности; В) только нормальное функционирование ЦНС; Г) положение человека в обществе, его активная позиция в отношениях с окружающими людьми 19. Какой из пунктов не относится к познавательным психическим процессам? А) память; В) внимание; В) мышление; Г) самооценка 20. Признаком старения является А) нарушение биоритмов; Б) сосиливость; В) бессонница; Г) отсутствие аппетита 21. Тип людей с			жизни и труда на здоровье
заболеваний, обеспечения оптимальных условий существования, сохранения и функционирование всех систем человека; Б) состояние равновесия между человеком и внешним миром, объективное отражение реальности; В) только нормальное функционирование ЦНС; Г) положение человека в обществе, его активная позиция в отношениях с окружающими людьми 19. Какой из пунктов не относится к познавательным познавательным познавательным познавательным подкеским процессам? А) память; Б) внимание; В) мышление; Г) самооценка 20. Признаком старения является А) нарушение биоритмов; Б) сонливость; В) бессонница; Г) отсутствие аппетита 21. Тип людей с			человека и разрабатывающая
А) оптимальное состояние и функционирование всех систем человека; Б) состояние равновесия между человеком и внешним миром, объективное отражение реальности; В) только нормальное функционирование ЦНС; Г) положение человека в обществе, его активная позиция в отношениях с окружающим людьми 19. Какой из пунктов не относится к познавательным психическим процессам? А) память; Б) внимание; В) мышление; Г) самооценка 20. Признаком старения является А) нарушение биоритмов; Б) сосиливость; В) бессонница; Г) отсутствие аппетита 21. Тип людей с	18. Психическое здоровье -		
и функционирование всех систем человека; Б) состояние равновесия между человеком и внешним миром, объективное отражение реальности; В) только нормальное функционирование ЦНС; Г) положение человека в обществе, его активная позиция в отношениях с окружающими людьми 19. Какой из пунктов не относится к познавательным психическим процессам? А) память; Б) внимание; В) мышление; Г) самооценка 20. Признаком старения является А) нарушение биоритмов; Б) сонливость; В) бессонница; Г) отсутствие аппетита 21. Тип людей с			
систем человека; Б) состояние равновесия между человеком и внешним миром, объективное отражение реальности; В) только нормальное функционирование ЦНС; Г) положение человека в обществе, его активная позиция в отношениях с окружающими людьми 19. Какой из пунктов не относится к познавательным психическим процессам? А) память; Б) внимание; В) мышление; Г) самооценка 20. Признаком старения является А) нарушение биоритмов; Б) сонливость; В) бессонница; Г) отсутствие аппетита 21. Тип людей с			оптимальных условий
Б) состояние равновесия между человеком и внешним миром, объективное отражение реальности; В) только нормальное функционирование ЦНС; Г) положение человека в обществе, его активная позиция в отношениях с окружающими людьми 19. Какой из пунктов не относится к познавательным психическим процессам? А) память; Б) внимание; В) мышление; Г) самооценка 20. Признаком старения является А) нарушение биоритмов; Б) сонливость; В) бессонница; Г) отсутствие аппетита 21. Тип людей с 157			
между человеком и внешним миром, объективное отражение реальности; В) только нормальное функционирование ЦНС; Г) положение человека в обществе, его активная позиция в отношениях с окружающими людьми 19. Какой из пунктов не относится к познавательным поизнавательным поизнавательным психическим процессам? А) память; Б) внимание; В) мышление; Г) самооценка 20. Признаком старения является А) нарушение биоритмов; Б) сонливость; В) бессонница; Г) отсутствие аппетита 21. Тип людей с			
внешним миром, объективное отражение реальности; В) только нормальное функционирование ЦНС; Г) положение человека в обществе, его активная позиция в отношениях с окружающим людьми 19. Какой из пунктов не относится к познавательным психическим процессам? А) память; Б) внимание; В) мышление; Г) самооценка 20. Признаком старения является А) нарушение биоритмов; Б) сонливость; В) бессонница; Г) отсутствие аппетита 21. Тип людей с			называется
высыния мироя, объективное отражение реальности; В) только нормальное функционирование ЦНС; Г) положение человека в обществе, его активная позиция в отношениях с окружающим людьми 19. Какой из пунктов не относится к познавательным психическим процессам? А) память; Б) внимание; В) мышление; Г) самооценка 20. Признаком старения является А) нарушение биоритмов; Б) сонливость; В) бессонница; Г) отсутствие аппетита 21. Тип людей с			57 -
повышено подверженный воздействию определенных факторов (внешних и внутренних), угрожающих здоровью или жизни позиция в отношениях с окружающими людьми 19. Какой из пунктов не относится к познавательным психическим процессам? А) память; Б) внимание; В) мышление; Г) самооценка 20. Признаком старения является А) нарушение биоритмов; Б) сонливость; В) бессонница; Г) отсутствие аппетита 21. Тип людей с	_		
воздействию определенных факторов (внешних и внутренних), угрожающих здоровью или жизни позиция в отношениях с окружающими людьми 19. Какой из пунктов не относится к познавательным психическим процессам? А) память; В) мышление; Г) самооценка 20. Признаком старения является А) нарушение биоритмов; Б) сонливость; В) бессонница; Г) отсутствие аппетита 21. Тип людей с	_		
функционирование ЦНС; Г) положение человека в обществе, его активная позиция в отношениях с окружающим людьми 19. Какой из пунктов не относится к познавательным психическим процессам? А) память; Б) внимание; В) мышление; Г) самооценка 20. Признаком старения является А) нарушение биоритмов; Б) сонливость; В) бессонница; Г) отсутствие аппетита 21. Тип людей с			
функционирование цете, Г) положение человека в обществе, его активная позиция в отношениях с окружающими людьми 19. Какой из пунктов не относится к познавательным психическим процессам? А) память; Б) внимание; В) мышление; Г) самооценка 20. Признаком старения является А) нарушение биоритмов; Б) сонливость; В) бессонница; Г) отсутствие аппетита 21. Тип людей с			
здоровью или жизни здоровью или жизни здоровью или жизни здоровью или жизни 58 Деятельность, способствующая выполнению жизненных целей и задач, обеспечивающая при этом общественное положение и необходимое материальное обеспечение называется А) память; Б) внимание; В) мышление; Г) самооценка 20. Признаком старения является А) нарушение биоритмов; Б) сонливость; В) бессонница; Г) отсутствие аппетита 21. Тип людей с 3доровью или жизни 58 Деятельность, способствующая выполнению жизненных целей и задач, обеспечивающая при этом общественное положение и необходимое материальное обеспечение называется 59 Расстройство приспособления живого организма к действию факторов окружающей и внутренней среды называется 60 Дыхательная — система			
ооществе, его активная позиция в отношениях с окружающими людьми 19. Какой из пунктов не относится к познавательным психическим процессам? А) память; Б) внимание; В) мышление; Г) самооценка 20. Признаком старения является А) нарушение биоритмов; Б) сонливость; В) бессонница; Г) отсутствие аппетита 21. Тип людей с 58 Деятельность, способствующая выполнению жизненных целей и задач, обеспечивающая при этом общественное положение и необходимое материальное обеспечение называется 59 Расстройство приспособления живого организма к действию факторов окружающей и внутренней среды называется 60 Дыхательная			
окружающими людьми 19. Какой из пунктов не относится к познавательным психическим процессам? А) память; Б) внимание; В) мышление; Г) самооценка 20. Признаком старения является А) нарушение биоритмов; Б) сонливость; В) бессонница; Г) отсутствие аппетита 21. Тип людей с способствующая выполнению жизненных целей и задач, обеспечивающая при этом общественное положение и необходимое материальное обеспечение называется 9 Расстройство приспособления живого организма к действию факторов окружающей и внутренней среды называется ———————————————————————————————————			•
19. Какой из пунктов не относится к познавательным познавательным психическим процессам? А) память; Б) внимание; В) мышление; Г) самооценка 20. Признаком старения является А) нарушение биоритмов; Б) сонливость; В) бессонница; Г) отсутствие аппетита 21. Тип людей с жизненных целей и задач, обеспечивающая при этом общественное положение и необходимое материальное обеспечение называется — 59 Расстройство приспособления живого организма к действию факторов окружающей и внутренней среды называется — 60 Дыхательная — система			
относится к познавательным психическим процессам? А) память; Б) внимание; В) мышление; Г) самооценка 20. Признаком старения является А) нарушение биоритмов; Б) сонливость; В) бессонница; Г) отсутствие аппетита 21. Тип людей с			
познавательным психическим процессам? А) память; Б) внимание; В) мышление; Г) самооценка 20. Признаком старения является А) нарушение биоритмов; Б) сонливость; В) бессонница; Г) отсутствие аппетита 21. Тип людей с	I		
психическим процессам?			
A) память; обеспечение называется Б) внимание; 59 Расстройство Г) самооценка приспособления живого 20. Признаком старения организма к действию является факторов окружающей и В) сонливость; внутренней среды называется Б) бессонница; — Г) отсутствие аппетита 60 Дыхательная 21. Тип людей с — система			
Б) внимание; — В) мышление; 59 Расстройство Г) самооценка приспособления живого 20. Признаком старения организма к действию является факторов окружающей и В) сонливость; внутренней среды называется Г) отсутствие аппетита — 21. Тип людей с —			необходимое материальное
В) мышление;			обеспечение называется
Г) самооценка 59 Расстройство приспособления живого организма к действию факторов окружающей и внутренней среды называется А) нарушение биоритмов; внутренней среды называется Б) бессонница; — Г) отсутствие аппетита 60 Дыхательная 21. Тип людей с —			·
1) самооценка приспособления живого 20. Признаком старения является организма к действию факторов окружающей и внутренней среды называется Б) сонливость; внутренней среды называется Г) отсутствие аппетита 60 Дыхательная 21. Тип людей с — система			59 Расстройство
20. Признаком старения является организма к действию факторов окружающей и внутренней среды называется A) нарушение биоритмов; внутренней среды называется Б) бессонница; — Г) отсутствие аппетита 60 Дыхательная 21. Тип людей с —			
А) нарушение биоритмов; факторов окружающей и внутренней среды называется Б) сонливость; внутренней среды называется В) бессонница; — Г) отсутствие аппетита 60 Дыхательная 21. Тип людей с —			
А) нарушение опоритмов, внутренней среды называется Б) сонливость; внутренней среды называется В) бессонница; — Г) отсутствие аппетита 60 Дыхательная 21. Тип людей с —			
В) бессонница; Г) отсутствие аппетита 21. Тип людей с ———————————————————————————————————			
Г) отсутствие аппетита 60 Дыхательная 21. Тип людей с — система			
21. Тип людей с — система			СО П
упражнении направленных на			
	повышенном		упражнении направленных на

	и состояний, возникающих при выполнении любой деятельности и в связи с ней,
	класс психических процессов и состояний, возникающих
	66 — особый
	условийуступок это -
	воспроизводить его при повторении этих
	позволяющих следить за ходом явления и многократно
	исследуемого явления в точно учитываемых условиях,
	65 Научно поставленный опыт, наблюдение
	взаимодействия.
	мероприятия, направленные на оптимизацию их
	взаимоотношений природы и человека и разрабатывающая
	изучающая общие закономерности
	64 человека — наука,
	социальной группы, общества в целом
	жизнедеятельности и развития организма, человеческой личности,
	поддержания
	чем - либо, объективно необходимом для
	или гигиенической целью. 63 — нужда в
	аппаратов или руками с лечебной, профилактической
изменением часового пояса	человека, проводимых с помощью специальных
Г) частые поездки с	участки поверхности тела
В) нарушение режима труда и отдыха;	механического дозированного воздействия на какие-либо
нагрузка; Б) стресс;	62 — совокупность приемов
биоритмов? А) регулярная физическая	называется
причинам нарушения	возбудителям болезней или определенным ядам
Г) голуби 22. Что не относится к	61 Невосприимчивость организма по отношению к
Б) совы; В) воробьи;	носового дыхания
А) жаворонки;	дифференциацию ротового и
работоспособностью в утренние часы называется	развитие дыхания, в том числе речевого; на

	А) рецептор; Б) нейрон; В) аксон; Г) неврон 24. Сколько стран мира соблюдают полный отказ от употребления алкоголя? А) ни одной; Б) 64; В) 90; Г) 24 25. Дайте определение «аддиктивному поведению» А) адекватно воспринимаемая реальность; Б) зависимость от наркотиков; В) стремление человека уйти от реальной жизни путем изменения психического состояния; Г) снижение работоспособности	интеллектуального биоритма 2 Какова продолжительность эмоционального биоритма А) 25 дней Б) 33 дня В) 28 дней Г) 35 дней	целей, затрагивающее самооценку и другие структуры личности 68 Процесс самопознания субъектом внутренних психических актов и состояний называется
Итого:	25 шт.	10 шт.	35 шт.

Критерии оценивания

Критерии оценивания тестовых заданий

Критерии оценивания: правильное выполнение одного тестового задания оценивается 1 баллом, неправильное -0 баллов.

Максимальная общая сумма баллов за все правильные ответы составляет наивыеший балл-100 баллов.

Шкала оценивания результатов компьютерного тестирования обучающихся (рекомендуемая)

Оценка	Процент верных ответов	Баллы
«удовлетворительно»	70-79%	61-75 баллов
«хорошо»	80-90%	76-90 баллов
«отлично»	91-100%	91-100 баллов

Ключи ответов

Nº	Номер и
тестовых	вариант
заданий	правильного
	ответа
1	А) А.С. Макаренко
2	Б)
	индивидуальное
3	В) здоровье
4	Б) образа жизни
5	А)здоровье

36	ЗОЖ, здоровый образ жизни
37	здоровье
38	культура здоровья
39	физическое здоровье
40	психическое здоровье
41	социальное здоровье

Ю
Ю
Ю
Ю
—
ſ,
,
T
Я

42	нравственное здоровье
43	духовное здоровье
44	соматический компонент
45	физический компонент, физическим
	компонентом
	NOMINOTOTIC III
46	психический компонент
47	нравственный компонент
48	здоровьесберегающая среда
49	здоровьесберегающая деятельность,
47	здоровьесберегающей деятельностью
50	здоровьесбережение
	SWSF STORY FOR STORY
51	самодисциплиной, самодисциплина
52	валеология, валеологией
53	грамотность
54	обучение
55	стимул
56	гигиена, гигиеной
20	Thi hone, Thi honon
57	группа риска
58	работа, работой
	, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,
59	дизадаптация, дизадаптацией
60	гимнастика
61	иммунитет

26	1А, 2Б
27	1B, 2A
28	1B,2A
29	1А, 2Б
30	1Б, 2В
31	1Г, 2Б
32	1B, 2A
33	1Б, 2А
34	1В, 2Д
35	1Б, 2В

62	массаж
63	потребность, потребности
64	экология
65	эксперимент
66	эмоции
67	фрустрация
68	рефлексия
69	патогенный
70	дыхание

Демоверсия

Комплект тестовых заданий

Компетенция УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Индикатор УК-7.3. Владеет навыками использования средств и методов физической культуры для сохранения и укрепления здоровья, обеспечения полноценной профессиональной деятельности

Дисциплина Здоровьесберегающая социальная педагогика

Задания закрытого типа Задания альтернативного выбора

Выберите один правильный ответ

Простые (1 уровень)

1.«Валео» - в переводе с латинского означает

А)здоровье;

- Б)привет;
- В)наука;
- Г) человек
- 2. Вещества синтетического или растительного происхождения, влияющие на психическое состояние человека это
- А) гидратанты;
- Б) антибиотики;
- В) витамины;
- Г) наркотики.

Средне -сложные (2 уровень)

- 3. Поведение и мышление человека, обеспечивающее ему здоровое долголетие, называется
 - А) рациональная жизнь;
 - Б) здоровый образ жизни;
 - В) эффективный образ жизни;
 - Г) здоровье

- 4. Общественное здоровье это
- А) здоровье группы людей;
- Б) личное здоровье;
- В) здоровье населения страны;
- Г) здоровье людей определенной этнической группы
- 5. Вид здоровья, характеризующий состояние органов и систем человека и наличие резервных возможностей называется
 - А) физическое здоровье;
 - Б) духовное здоровье;
 - В) нравственное здоровье;
 - Г) социальное здоровье;
 - 6. Тест Купера это
 - А) пробегание 3 км дистанции с максимальной скоростью;
 - Б) прохождение 3 км дистанции с максимальной скоростью;
 - В) пробегание максимально возможного расстояния в течение 12 минут;
 - Г) количество прыжков через скакалку в течение 1 минуты.
 - 7. Приказ Минздрава РФ, определяющий порядок профилактики и формирование здорового образа жизни
 - А)№572н
 - Б)№269н
 - В)№363н
 - Г) №383н
 - 8. Сбалансированность питания 1 порядка это соотношение
 - А) белков животного и растительного происхождения;
 - Б) жиров животного и растительного происхождения;
 - В) белков, жиров, углеводов;
 - Г) моносахаридов, полисахаридов
 - 9. Какой из ниже перечисленных элементов относится к макроэлементам?
 - А) Кальций;
 - Б) Марганец;
 - В) Железо:
 - Г) Магний

Сложные (3 уровень)

- 10. Дайте определение «аддиктивному поведению»
- А) адекватно воспринимаемая реальность;
- Б) зависимость от наркотиков;
- В) стремление человека уйти от реальной жизни путем изменения психического состояния;
 - Г) снижение работоспособности

Задания на установление соответствия.

Установите соответствие между левым и правым столбцами.

Простые (1 уровень)

11 Установите соответствие:

(1B, 2A)

1Способность выполнять движения с большой амплитудой

2 Способность быстро, точно, экономно, рационально решать двигательные задачи в меняющихся условиях

А) ловкость

Б) скорость

В) гибкость

Средне-сложные (2 уровень)

12 Установите соответствие:

(1B, 2A)

1 Способность человека длительное время выполнять какуюлибо деятельность без снижения ее эффективности

2 Способность выполнять двигательное действие в минимальный промежуток времени

- А) скорость
- Б) аэробные способности
- В) выносливость

13 Установите соответствие:

(1А, 2Б)

1 Сложные соединения, построенные из нескольких

групп моносахаридов

2Основной источник тепловой энергии, необходимой для жизнедеятельности организма

А) олигосахариды

Б) жиры

В) полисахариды

14 Установите соответствие:

(15, 28)

1 Вещества, выполняющие функции стабилизации гомеостаза, называются

2 Органические соединения, состав которых отражается формулой С..Н..О..

А) витамины

Б) минеральные вещества

В) углеводы

Г) жиры

Сложные (3 уровень)

15 Установите соответствие:

(15, 2B)

Какова продолжительность интеллектуального биоритма

2 Какова продолжительно сть

эмоционального биоритма

- А) 25 дней Б) 33 дня В) 28 дней Г) 35 дней

Задания открытого типа

Задания на дополнение
Напишите пропущенное слово.
Простые (1 уровень)
16 Активность самого человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья называется (ЗОЖ, здоровый образ жизни)
17 это совокупность физических, психических, социальных качеств человека, являющихся основой его долголетия, осуществления творческих планов создания семьи, рождения и воспитания детей, овладения достижениями культуры (здоровье)
18 – это компетентность в вопросах здоровья и следования принципам здорового образа жизни (культура здоровья)
Средне-сложные (2 уровень)
19 – текущее состояние органов и систем организма человека, основу которого составляет биологическая программа индивидуального развития опосредованная базовыми потребностями, доминирующими на различных этапах онтогенетического развития. (соматический компонент)
20 Уровень роста и развития органов и систем организма, основу которого составляют морфо - физиологические и функциональные резервы, обеспечивающие адаптационные реакции называется (физический компонент физическим компонентом)
21 состояние психической сферы, основу которого составляет состояние общего душевного комфорта, обеспечивающее адекватную поведенческую реакцию (психический компонент)
22 Комплекс характеристик мотивационной и потребностно - информативной сферы жизнедеятельности, основу которого определяет система ценностей, установок и мотивов поведения индивида в обществе это (нравственный компонент)
23 это среда, построенная на основных принципах здоровьесбережения, повышающих удовлетворённость жизнью, качество жизни трудовой, интеллектуальный и нравственный потенциал человека (здоровьесберегающая среда)

участников образов	ероприятий, направленных на сохранение и улучшение здоровья все вательного процесса называется (здоровьесберегающа
деятельность, здор	оовьесберегающей деятельностью)
называемых «школ	это система мер, направленных на профилактику та выных болезней» и улучшения здоровья участников образовательного ся и учителей - с использованием здоровьесберегающих технологи ие)
	ержать себя в руках, управлять своим поведением; умение подчинят ределенным требованиям, принципам называется
(самодисциплиной	і, самодисциплина)
здоровья человека; формирования, сох	знаний о сохранении, укреплении и формировании индивидуальног 2) научная основа здорового образа жизни; 3) наука о путях и способа ранения и укрепления индивидуального здоровья человека называето (валеология, валеологией)
28 Валеологич сущности здоровь деятельности (грам	ческая — состояние личности, обусловленное понимание з 30Ж, чётко выраженной мотивации здоровьесберегающе потность)
Сложные (3 уровен	нь)
	– дискомфортное психологическое состояние, обусловленное достижения целей, затрагивающее самооценку и другие структури
личности (фрустра	ция)

Ключи ответов

№	Номер и
тестовых	вариант
заданий	правильного
	ответа
1	А) здоровье
2	Г) наркотики
3	Б) здоровый
	образ жизни
4	В) здоровье
	населения страны
5	А) физическое
	здоровье
6	В) пробегание
	максимально

16	ЗОЖ, здоровый образ жизни
17	здоровье
18	культура здоровья
19	соматический компонент
20	физический компонент, физическим компонентом
21	психический компонент
22	нравственный компонент

	возможного
	расстояния в
	течение 12 минут
7	Г) №383н
8	В) белков, жиров,
	углеводов
9	А) Кальций
10	10) самоприказ
11	1B, 2A
12	1B, 2A
13	1А, 2Б
14	1Б, 2В
15	1Б, 2В

23	здоровьесберегающая среда
24	здоровьесберегающая деятельность,
	здоровьесберегающей деятельностью
25	здоровьесбережение
26	самодисциплиной, самодисциплина
27	валеология, валеологией
28	грамотность
29	фрустрация
30	рефлексия