

Оценочные материалы по учебной дисциплине «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»

Дополнительная профессиональная программа: «Теория и методика учебно-тренировочного процесса и дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности по виду спорта «Шахматы»»

Настоящие оценочные материалы используются для проведения промежуточной аттестации обучающихся в Автономной некоммерческой организации дополнительного профессионального образования «Московская академия профессиональных компетенций» (далее - Академия) по учебной дисциплине «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» при реализации дополнительной профессиональной программы «Теория и методика учебно-тренировочного процесса и дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности по виду спорта «Шахматы»».

Промежуточная аттестация по учебной дисциплине «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» проводится в форме с помощью тестирования.

Тестирование проводится с помощью системы дистанционного обучения (далее - СДО). В ней содержатся в электронном виде ответы (ключи) к тестированию.

Правила проведения тестирования

На тестирование отводится 1 академический час.

При выполнении тестирования необходимо ответить на все поставленные вопросы, пропуск ответов не допускается.

Правило оценки результата тестирования обучающегося

Результат тестирования определяется в зависимости от доли (в процентах) вопросов, на которые даны верные ответы, в общем количестве вопросов в тестировании (с округлением до целых процентов), что рассчитывается по формуле: $(\text{Количество верно отвеченных вопросов}) / (\text{Общее количество вопросов в тестировании}) \times 100$.

Результат тестирования в виде оценки по зачетной шкале оценивания («зачтено» / «не зачтено») определяется в соответствии с приведенной ниже шкалой соответствия:

Шкала соответствия

Результат менее 50% (не включая) - "Не зачтено"

Результат от 50% (включительно) до 100% - "Зачтено"

Содержание тестирования

| | |
|------------------|---|
| Вопрос | С точки зрения здорового образа жизни, человек является отражением нескольких ипостасей. Укажите каких: |
| Тип вопроса | Вопрос с множественным выбором (несколько верных вариантов ответа) |
| Инструкция | Укажите все верные варианты ответа (их может быть несколько) |
| Варианты ответов | <ul style="list-style-type: none"> - экономический - социальной - биологической - гражданской |

| | |
|------------------|--|
| Вопрос | Текущее состояние органов и систем организма человека, основу которого составляет биологическая программа индивидуального развития - это: |
| Тип вопроса | Вопрос с одиночным выбором (один верный вариант ответа) |
| Инструкция | Укажите верный вариант ответа |
| Варианты ответов | <ul style="list-style-type: none"> - физиологическое здоровье - психическое здоровье - физическое здоровье - соматическое здоровье |

| | |
|-------------|---|
| Вопрос | Способность взаимодействия с окружением для поддержания или восстановления равновесия - это: |
| Тип вопроса | Вопрос с одиночным выбором (один верный вариант ответа) |

| | |
|------------------|--|
| Инструкция | Укажите верный вариант ответа |
| Варианты ответов | <ul style="list-style-type: none"> - потенциал здоровья - баланс здоровья - ресурс здоровья - состояние здоровья |

| | |
|------------------|--|
| Вопрос | Выражение моментального состояния равновесия между потенциалом здоровья и запросом - это: |
| Тип вопроса | Вопрос с одиночным выбором (один верный вариант ответа) |
| Инструкция | Укажите верный вариант ответа |
| Варианты ответов | <ul style="list-style-type: none"> - ресурс здоровья - базис здоровья - баланс здоровья - состояние здоровья |

| | |
|------------------|--|
| Вопрос | Какая адаптация характеризуется непрерывно протекающими приспособительными изменениями, которые не закрепляются, а исчезают после устранения воздействия? |
| Тип вопроса | Вопрос с одиночным выбором (один верный вариант ответа) |
| Инструкция | Укажите верный вариант ответа |
| Варианты ответов | <ul style="list-style-type: none"> - лонг-адаптация - срочная - перманентная - кумулятивная |

| | |
|------------------|--|
| Вопрос | Какая доктрина гласит: "Здоровье — есть мудрость жизни"? |
| Тип вопроса | Вопрос с одиночным выбором (один верный вариант ответа) |
| Инструкция | Укажите верный вариант ответа |
| Варианты ответов | <ul style="list-style-type: none"> - Доктрина Платона - Доктрина Сократа - Доктрина Соломона - Доктрина Конфуция |

| | |
|------------------|--|
| Вопрос | Какая доктрина гласит: "Ты хочешь быть здоровым — сотвори себе здоровье"? |
| Тип вопроса | Вопрос с одиночным выбором (один верный вариант ответа) |
| Инструкция | Укажите верный вариант ответа |
| Варианты ответов | <ul style="list-style-type: none"> - Доктрина Конфуция - Доктрина Сократа - Доктрина Платона - Доктрина Соломона |

| | |
|-------------|---|
| Вопрос | Гиподинамия - это: |
| Тип вопроса | Вопрос с одиночным выбором (один верный вариант ответа) |
| Инструкция | Укажите верный вариант ответа |

| | |
|------------------|--|
| Варианты ответов | <ul style="list-style-type: none"> - недостаток движения - недостаток питания - недостаток жидкости - недостаток сна |
|------------------|--|

| | |
|------------------|---|
| Вопрос | Чему равен показатель естественного прироста города N, если абсолютный естественный прирост за год составил 1000 человек, а средняя численность населения в первом квартале этого года была 30 000 человек, во втором квартале - 29 000 человек, в третьем - 31 000, в четвертом квартале, 30 400 человек? |
| Тип вопроса | Вопрос с одиночным выбором (один верный вариант ответа) |
| Инструкция | Укажите верный вариант ответа |
| Варианты ответов | <ul style="list-style-type: none"> - 33,22 - 8,31 - 0,03 - 32,89 |

| | |
|-------------|--|
| Вопрос | К субъективным показателям здоровья относятся: |
| Тип вопроса | Вопрос с множественным выбором (несколько верных вариантов ответа) |
| Инструкция | Укажите все верные варианты ответа (их может быть несколько) |

Варианты ответов

- аппетит
- ночной сон
- самочувствие
- настроение человека