

Документ подписан простой электронной подписью  
 Информация о владельце:  
 ФИО: Мазур Олег Анатольевич  
 Должность: ректор  
 Дата подписания: 2016.03.16  
 Уникальный программный ключ:  
 fb31ad7e55bc1fed164f518fdeb3bc16f02dab3d

**ЗАДАНИЯ С КЛЮЧАМИ ИЗ ФОНДОВ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»  
 ПО ОСНОВНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ - ПРОГРАММЕ  
 БАКАЛАВРИАТА ПО НАПРАВЛЕНИЮ ПОДГОТОВКИ 37.03.01 ПСИХОЛОГИЯ (НАПРАВЛЕННОСТЬ (ПРОФИЛЬ)  
 ПРОГРАММЫ БАКАЛАВРИАТА «ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ»)**

Компетенции:

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

№	Эталонный ответ	Задание
1.	Состояние, при котором у человека имеет место совершенство саморегуляции функций организма, гармония физиологических процессов и максимальная адаптация к различным факторам внешней среды	Физическое здоровье это ...
2.	1, 2, 4	Какие показатели характеризуют популяционное здоровье? 1. Рождаемость 2. Смертность 3. Адаптационный потенциал 4. Заболеваемость
3.	ЗОЖ состоит из: -правильного питания; -спорта; -личной гигиены; -разных видов закаливания; -отказа или сведения к минимуму вредных привычек	Укажите 5 основных составляющих здорового образа жизни
4.	Либеро	Как называется свободный защитник в футболе или волейболе?
5.	Физическое здоровье	Состояние, при котором у человека имеет место совершенство саморегуляции функций организма, гармония физиологических процессов и максимальная адаптация к различным факторам внешней среды – это ...
6.	Паспортный (календарный) возраст - это возраст по дате рождения и текущей дате. Биологический возраст - это фактически достигнутый уровень морфологического и	Дайте определение «паспортному» и «биологическому» возрасту

	функционального развития органов и систем ребенка (в том числе и психического развития)	
7.	двигательное действие, используемое для развития физических качеств и укрепления здоровья	Что в целом понимается под физическим упражнением?
8.	1, 2, 3, 4	К субъективным показателям самоконтроля состояния здоровья при занятиях физическими тренировками относят: 1. самочувствие 2. сон 3. аппетит 4. работоспособность 5. частота сердечных сокращений
9.	2	Биотические экологические факторы - это: 1. факторы неживой среды 2. факторы, связанные с влиянием живых существ 3. факторы, созданные человеком
10.	физическое, психическое и социальное благополучие человека	Здоровье – это...
11.	1, 3, 4	Типы, относящиеся к морфологическим типам конституции 1. нормостеник 2. холерик 3. гиперстеник 4. астеник 5. спринтер
12.	2	Состояние индивидуума, при котором имеет место установка на отрицание болезни, ее преодоление, что должно являться «стратегией жизни человека» - это определение: 1. Физического здоровья 2. Психического здоровья 3. Социального здоровья
13.	все верно	Перечислите методы оценки индивидуального здоровья: 1. Морфометрический 2. Популяционный 3. Функциональный 4. Интегральный
14.	Сколиоз	Искривление позвоночника в правую или левую сторону называют...

15.	1	<p>Прогнозирование здоровья – это</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) поиск информативных маркеров (факторов) повышенного риска развития заболеваний, определение их характера и выраженности с последующим построением собственно прогноза</li> <li>2) число лет, которое в среднем могло бы прожить поколение одновременно родившихся или сверстников при условии сохранения показателей возрастной смертности на уровне исходного периода</li> <li>3) уровень, частота распространения всех болезней, вместе взятых и каждой в отдельности среди населения в целом и его отдельных возрастных, половых, социальных, профессиональных и других группах</li> </ol>
16.	1, 2	<p>Какие упражнения следует рекомендовать для организации оздоровительных тренировок?</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Анаэробные</li> <li>2. Аэробные</li> <li>3. Циклические</li> <li>4. Постоянные</li> <li>5. Ациклические</li> </ol>
17.	2, 4	<p>Перечислите критерии, имеющие прогностическую значимость:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Пол</li> <li>2. Возраст</li> <li>3. Тип конституции</li> <li>4. Факторы риска</li> <li>5. Наследственность</li> </ol>
18.	Сила, выносливость, быстрота, ловкость, гибкость	Что относится к основным физическим способностям человека?
19.	Пьер де Кубертен	Кто является инициатором возрождения Олимпийских игр современности?
20.	1, 2	<p>Перечислите основные химические факторы, влияющие на физическое развитие плода:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. никотин</li> <li>2. алкоголь</li> <li>3. озон</li> <li>4. пестициды</li> </ol>