

Документ подписан простой электронной подписью
 Информация о владельце:
 ФИО: Мазур Олег Анатольевич
 Должность: ректор
 Дата подписания: 04.04.2016
 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.	1	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"> 1) поиск информативных маркеров (факторов) повышенного риска развития заболеваний, определение их характера и выраженности с последующим построением собственно прогноза 2) число лет, которое в среднем могло бы прожить поколение одновременно родившихся или сверстников при условии сохранения показателей возрастной смертности на уровне исходного периода 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
16.	1, 2	<p>Какие упражнения следует рекомендовать для организации оздоровительных тренировок?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Анаэробные 2. Аэробные 3. Циклические 4. Постоянные 5. Ациклические
17.	2, 4	<p>Перечислите критерии, имеющие прогностическую значимость:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Пол 2. Возраст 3. Тип конституции 4. Факторы риска 5. Наследственность
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"> 1. никотин 2. алкоголь 3. озон 4. пестициды