

ЗАОЧНОЕ ОТДЕЛЕНИЕ

**ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА ВОПРОСОВ
ИНТЕЛЕКТУАЛЬНОГО ТЕСТИРОВАНИЯ:**

1. Физическая культура

- 1) Психические процессы в обучении двигательным действиям
- 2) Самоконтроль при занятиях физическими упражнениями
- 3) Личная гигиена в процессе занятий физическими упражнениями
- 4) Предупреждение травматизма и оказание первой помощи при травмах и ушибах
- 5) Совершенствование физических способностей
- 6) Олимпиады современности: странички истории
- 7) Баскетбол
- 8) Футбол
- 9) Волейбол
- 10) Гимнастика
- 11) Легкая атлетика
- 12) Лыжная подготовка
- 13) Тренировку начинаем с разминки
- 14) Повышайте физическую подготовленность

2. Биология – раздел «Человек» и «Общая биология»

- 1) Общий план строения организма человека.
- 2) Особенности строения и функционирования систем организма человека:
 - опорно-двигательная,
 - нервная,
 - сенсорные,
 - сердечнососудистая,
 - дыхательная,
 - пищеварительная,
 - система крови,
 - выделительная,
 - эндокринная.
- 3) Уровни организации живой материи.
- 4) Основные признаки живого.
- 5) Химический состав клетки атомный и молекулярный.
- 6) Особенности строения и функционирования эукариотической клетки:
 - три основных компонента клетки – ядро, оболочка, цитоплазма;
 - органоиды общего значения – ЭПС, комплекс Гольджи, лизосомы, рибосомы, клеточный центр, митохондрии;
 - органоиды специального значения – нейروفибриллы, миофибриллы, клеточные включения, жгутики, реснички, пластиды, вакуоль.
- 7) Физико – химические свойства клетки.
- 8) Обмен веществ и энергии в клетке и организме человека.
- 9) Периодизация онтогенеза человека. Особенности роста и развития человека. Паспортный и биологический возраст.
- 10) Биологические задачи – структура нуклеиновых кислот, синтез белка, энергетический обмен, размножение, генетика.

3. Основы безопасности жизнедеятельности

- 1) Основы медицинских знаний и оказание первой помощи
- 2) Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.
- 3) Нравственность и здоровый образ жизни
- 4) Факторы, влияющие на здоровье
- 5) Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека
- 6) Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека
- 7) Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек: алкоголь, курение, наркотики и другие.
- 8) Правила личной гигиены

Материалы для подготовки к тестированию:

1. В.Н. Ярыгин, В.И. Васильева, И.Н. Волков, В.В. Синельщикова **Биология** В двух книгах – Москва: «Высшая школа» 2019
2. Лях В.И. **Физическая культура 10-11 классы:** учебник для общеобразов. учреждений;
3. Лях В.И. **Физическая культура 8-9 классы:** учебник для общеобразов. учреждений;
4. Смирнов А.Т., Хренников Б.О. **Основы безопасности жизнедеятельности/ Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.** 10-11 классы: учебник для общеобразовательных учреждений – Москва: «Просвещение» 2015
5. Смирнов А.Т., Хренников Б.О. **Основы безопасности жизнедеятельности.** 10 калсс: учебник для общеобразовательных организаций – Москва: «Просвещение» 2015
6. Смирнов А.Т., Хренников Б.О. **Основы безопасности жизнедеятельности.** 10 калсс: учебник для общеобразовательных организаций – Москва: «Просвещение» 2015