*Государственное профессиональное образовательное учреждение*

*«Училище (колледж) олимпийского резерва Тульской области»*

***ЗАОЧНОЕ ОТДЕЛЕНИЕ***

**ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА ВОПРОСОВ**

**ИНТЕЛЕКТУАЛЬНОГО ТЕСТИРОВАНИЯ:**

**1. Физическая культура**

1. Психические процессы в обучении двигательным действия
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.

1. Уровни организации живой материи.
2. Основные признаки живого.
3. Химический состав клетки атомный и молекулярный.
4. Особенности строения и функционирование эукариотической клетки:

- три основных компонента клетки – ядро, оболочка, цитоплазма;

- органоиды общего значения – ЭПС, комплекс Гольджи, лизосомы, рибосомы, клеточный центр, митохондрии;

- органоиды специального значения – нейрофибриллы, миофибриллы, клеточные включения, жгутики, реснички, пластиды, вакуоль.

1. Физико – химические свойства клетки.
2. Обмен веществ и энергии в клетке и организме человека.
3. Периодизация онтогенеза человека. Особенности роста и развития человека. Паспортный и биологический возраст.
4. 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 знанаий 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