Окурмандык сабаттуулук боюнча PISAга багытталган тесттин баалоо системасы

5-КЛАСС

КЫЙМЫЛ - ЖАШОО

Кыймылдын жоктугу ааламдык көйгөй болуп саналат. Дүйнөлүк саламаттыкты сактоо уюму (ДСУ) өлкөлөрдү жарандарынын спорт менен машыгуусуна жана активдүү болушуна шарт түзүүгө үндөйт. Бул тууралуу ДСУнун баяндамасында жазылган. Анын айтымында, 2020-2030-жылдар аралыгында гиподинамия (Гиподинамия - кыймылдын чектелишинен келип чыккан булчуң активдүүлүгүнүн начарлашы.) менен байланышкан жугуштуу эмес оорулардын кеминде 500 миллион жаңы учурлары пайда болушу мүмкүн. Алардын 47% гипертониядан, 43% депрессиядан келип чыккан оорулар болору айтылат.

Эгерде адам күнүмдүк жашоосунда кыймылын көбөйтпөсө, анда жүрөк оорулары, семирүү, диабет, депрессия жана башка оорулардын коркунучу бар. Көйгөй менен күрөшүү үчүн дүйнөлүк экономикадан 300 миллиард доллар сарпталат. Эксперттердин айтымында, кирешеси төмөн жана орто өлкөлөр көбүнчө оорудан жапа чегишет. Мындай олуттуу кырдаалга жетпеш үчүн ДСУ өлкө өкмөттөрүн парктарда чуркоого жолдорду, велосипедчендерге тротуарларды, үйдүн короолорунда спорт аянтчаларын куруу менен өз жарандарынын ден соолугуна кам көрүүгө чакырат. "Мындан тышкары, бош убактысында машыгууга убактысы же шарты жоктор: дарыгерлер, медайымдар, студенттер, карыларга кам көрүүчүлөр, майыптар, жаш балдары бар аялдар үчүн өзүнчө программа иштеп чыгуу маанилүү. Мисалы, Россиядагы пандемия. Бул мезгилде спорттун ар кандай түрлөрү боюнча видеосабактар жана онлайн машыгуулар популярдуу болуп калды", - деп белгиленет.

ДСУнун маалыматы боюнча, пандемия активдүү кыймылдын маанилүүлүгүн баса белгиледи. Спорт менен машыккандардын арасында коронавирустун учурлары азыраак, ал эми машыккандардын арасында өлүм аз болгон. Ал эми ашыкча салмактагы адамдардын арасында өлүм 10 эсе көп болгон.

№1. Тексттин башкы максаты эмне жөнүндө?
А) мамлекеттер жарандарынын бош убактысын пайдалуу уюштуруусу керектиги
Б) бардык адамдарга видеосабактар жана онлайн машыгуулардын зарылдыгы
В) мамлекет дүйнөлүк экономикадан алынган каражаттарды туура сарпташы керектиги
Г) мамлекеттердин жарандарынын ден соолугуна кам көрүүсүнүн зарылдыгы

Тапшырманын мүнөздөмөсү	
Мазмундук чөйрө: Ден соолук Компетенттүүлүк чөйрөсү: Текстин мазмунуна жана формасына баа берүү Контекст: Көп контексттүү Тексттин тиби: Туташ Тапшырманын татаалдык деңгээли: төмөнкү Жооптордун форматы: туура жообун белгилөө Баалоо объектиси: автордун коммуникативдик ниетин, тексттин максатын түшүнүү Максималдык балл: 1 балл Баалоо ыкмасы: компьютердик	
Баалоо системасы:	
Балл	Критерийдин мазмуну
1	Г) мамлекеттердин жарандарынын ден соолугуна кам көрүүсүнүн зарылдыгы
0	Башка жооп берилсе, же жооп жок болсо.

№2. ДСУ мамлекеттерди эмнеге чакырат?

А) атуулдарга спорт менен машыгуу үчүн жагымдуу жагдай түзүүгө
Б) жарандарга спорт менен машыгуу үчүн кирешени көп табууга
В) жарандардын ден соолугу үчүн мамлекеттерге программа иштеп чыгууга
Г) атуулдардын спорт менен машыгуусуна өлкөнүн бюджетин көбөйтүүгө

Тапшырманын мүнөздөмөсү
Мазмундук чөйрө: Ден соолук
Компетенттүүлүк чөйрөсү: Маалыматтарды бириктирүү жана чечмелөө
Контекст: Көп контексттүү
Тексттин тиби: Туташ
Тапшырманын татаалдык деңгээли: төмөнкү
Жооптордун форматы: туура жообун белгилөө
Баалоо объектиси: тексттин 1 фрагментинде берилген маалымат боюнча корутунду чыгаруу
Максималдык балл: 1 балл
Баалоо ыкмасы: компьютердик

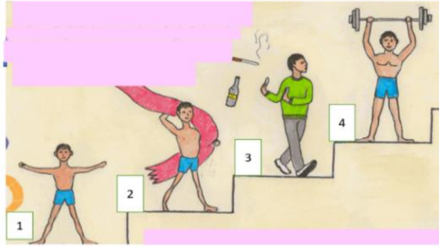
Баалоо системасы:	
Балл	Критерийдин мазмуну
1	В) жарандардын ден соолугу үчүн мамлекеттерге программа иштеп чыгууга
0	Башка жооп берилсе, же жооп жок болсо.

№3. Төмөнкү ырастоолордун кайсынысы туура?
А) Жашоодо аз кыймылдагы адам ар түрдүү ооруга чалдыгат.
Б) Адамдын ден соолугу үчүн каражат деле маанилүү эмес.
В) Спорт менен машыгуу сергек жашоого өбөлгө боло албайт.
Г) Кыймылда болгон адам ден соолугу үчүн кам көргөн болот.

Тапшырманын мүнөздөмөсү
Мазмундук чөйрө: Ден соолук
Компетенттүүлүк чөйрөсү: Маалыматтарды бириктирүү жана чечмелөө
Контекст: Көп контексттүү
Тексттин тиби: Туташ
Тапшырманын татаалдык деңгээли: төмөнкү
Жооптордун форматы: туура жообун белгилөө
Баалоо объектиси: окуялардын же ырастоолордун ортосундагы байланыштарды табуу (себеп-натыйжалык байланыштар, аргумент-контрагументтик байланыштар, тезис-мисал, окшоштук-айырмачылык ж.б.)
Максималдык балл: 1 балл
Баалоо ыкмасы: компьютердик

Баалоо системасы:	
Балл	Критерийдин мазмуну
1	Г) Кыймылда болгон адам ден соолугу үчүн кам көргөн болот.
0	Башка жооп берилсе, же жооп жок болсо.

№4. Адамдын ден соолугуна терс натыйжа берүүчү фактор кайсы сүрөттө берилген?



А) 1
Б) 2
В) 3
Г) 4

Тапшырманын мүнөздөмөсү
Мазмундук чөйрө: Ден соолук
Компетенттүүлүк чөйрөсү: Маалыматтарды бириктирүү жана чечмелөө
Контекст: Көп контексттүү
Тексттин тиби: Туташ
Тапшырманын татаалдык деңгээли: төмөнкү
Жооптордун форматы: туура жообун белгилөө

Баалоо объектиси: графикалык жана вербалдык маалыматты салыштыруу Максималдык балл: 1 балл Баалоо ыкмасы: компьютердик	
Баалоо системасы:	
Балл	Критерийдин мазмуну
1	В) 3
0	Башка жооп берилсе, же жооп жок болсо.

№5. Коронавирус оорусу кимдин арасында азыраак кездешкен?

А) видеосабактарды көргөндөрдүн
Б) эксперт жүргүзгөндөрдүн
В) спорт менен машыккандардын
Г) балдары бар аялдардын

Тапшырманын мүнөздөмөсү Мазмундук чөйрө: Ден соолук Компетенттүүлүк чөйрөсү: Маалыматтарды бириктирүү жана чечмелөө Контекст: Көп контексттүү Тексттин тиби: Туташ Тапшырманын татаалдык деңгээли: төмөнкү Жооптордун форматы: туура жообун белгилөө Баалоо объектиси: фактылык маалыматты (сюжетти, окуялардын ырааттуулугун ж.б.) түшүнө билүү Максималдык балл: 1 балл Баалоо ыкмасы: компьютердик	
Баалоо системасы:	
Балл	Критерийдин мазмуну
1	В) спорт менен машыккандардын
0	Башка жооп берилсе, же жооп жок болсо.

№6. Текстке жана сүрөттөргө карата ылайыктуу цитатаны тандап белгилегиле.

А) Мен жай басам, бирок мен эч качан артка жылбайм. Алга умутулам.
Б) Жашоо велосипед айдагандай, тең салмактуулукту сактоо үчүн кыймылдайбыз.
В) Жөө баскандар жүрө берет, ал эми отургандар отура берет. Кыймылдаган кыр ашат!
Г) Эртеңкиге калтырба! Бүгүнтөн баштап физикалык активдүүлүгүңдү жогорулат!

Тапшырманын мүнөздөмөсү Мазмундук чөйрө: Ден соолук Компетенттүүлүк чөйрөсү: Маалыматтарды бириктирүү жана чечмелөө Контекст: Көп контексттүү Тексттин тиби: Туташ Тапшырманын татаалдык деңгээли: орточо Жооптордун форматы: туура жообун белгилөө Баалоо объектиси: маалыматтарды салыштыруунун негизинде корутунду чыгарууга Максималдык балл: 1 балл Баалоо ыкмасы: компьютердик	
Баалоо системасы:	
Балл	Критерийдин мазмуну
1	Г) Эртеңкиге калтырба! Бүгүнтөн баштап физикалык активдүүлүгүңдү жогорулат!
0	Башка жооп берилсе, же жооп жок болсо.

№7. Суроолорду ага туура келген жооптор менен туташтыргыла.

	Тексттеги маалымат		Өлчөмү
А)	Оорулардын канча жаңы учурлары катталышы мүмкүн?	1.	47
Б)	Гипертониядан канча % адамдар жабыркашат?	2.	500 миллион
В)	Депрессиядан канча % адамдар жабыркашат?	3.	10 эсе
Г)	Дүйнөлүк экономикадан ден соолук көйгөйү үчүн канча каражат коротулат?	4	43
		5.	300 миллиард

Тапшырманын мүнөздөмөсү	
Мазмундук чөйрө: Ден соолук Компетенттүүлүк чөйрөсү: Маалыматтарды бириктирүү жана чечмелөө Контекст: Көп контексттүү Тексттин тиби: Туташ Тапшырманын татаалдык деңгээли: орточо Жооптордун форматы: дал келтирүү Баалоо объектиси: тексттин ар кандай бөлүктөрүнөн же ар кандай тексттерден алынган маалыматтарды бириктирүүнүн негизинде тыянак чыгаруу Максималдык балл: 3 балл Баалоо ыкмасы: компьютердик	
Баалоо системасы:	
Балл	Критерийдин мазмуну
3	А – 2 Б – 1 В – 4 Г – 5 ушул 4 туура жообу берилсе
2	3 туура жообу берилсе
1	2 жообу туура берилсе
0	Башка жооп берилсе, же жооп жок болсо.

№8. Таблицада берилген ырастоолор тексттин маалыматында камтылгандыгын аныкта. Ар бир суроо үчүн "туура" же "туура эмес" дегенди белгиле.

Ырастоолор	Туура	Туура эмес
Кедей мамлекеттер көпчүлүк учурларда оорулардын кыйынчылыктарынан жапа чегищет.	+	
Адамдар кыймылда болбосо, ар түрдүү ооруларга алып келиши мүмкүн.	+	
Машыгууга убактысы жоктор үчүн спорт деле маанилүү эмес.		-
Дайыма спорт менен машыккандардын арасында коронавирустун учурлары көп кездешет.		-

Тапшырманын мүнөздөмөсү	
Мазмундук чөйрө: Ден соолук Компетенттүүлүк чөйрөсү: Маалыматтарды бириктирүү жана чечмелөө Контекст: Көп контексттүү Тексттин тиби: Туташ Тапшырманын татаалдык деңгээли: орточо Жооптордун форматы: альтернативалуу жооптуу тапшырма Баалоо объектиси: маалыматтарды салыштыруунун негизинде корутунду чыгарууга Максималдык балл: 3 балл Баалоо ыкмасы: компьютердик	
Баалоо системасы:	
Балл	Критерийдин мазмуну

3	**Ырастоолор**	**Туура**	**Туура эмес**
	Кедей мамлекеттер көпчүлүк учурларда оорулардын кыйынчылыктарынан жапа чегишет.	+	
	Адамдар кыймылда болбосо, ар түрдүү оорууларга алып келиши мүмкүн.	+	
	Машыгууга убактысы жоктор үчүн спорт деле маанилүү эмес.		-
	Дайыма спорт менен машыккандардын арасында коронавирустун учурлары көп кездешет.		-
	ушул 4 туура жообу берилсе		
2	3 туура жообу берилсе		
1	2 жообу туура берилсе		
0	Башка жооп берилсе, же жооп жок болсо.		

№9. Кыймылсыздык дүйнөлүк көйгөйгө алып келери тууралуу маалыматы кайдан окуса болот? Жообуңарды жазгыла.

Жообу: ____

Тапшырманын мүнөздөмөсү	
Мазмундук чөйрө: Ден соолук Компетенттүүлүк чөйрөсү: Маалыматты издеп табуу Контекст: Көп контексттүү Тексттин тиби: Туташ Тапшырманын татаалдык деңгээли: төмөнкү Жооптордун форматы: ачык, кыска жооп бериле турган тапшырма Баалоо объектиси: маалыматтын бар/жок экенин аныктоо Максималдык балл: 1 балл Баалоо ыкмасы: компьютердик	
Баалоо системасы:	
Балл	Критерийдин мазмуну
1	ДСУнун баяндамасында жазылган
0	Башка жооп берилсе, же жооп жок болсо.

№10. Кыймылдын азайышы кайсы ооруга алып келиши мүмкүн?

Жообуңарды бир сөз менен жазгыла. ______________________________________

Тапшырманын мүнөздөмөсү	
Мазмундук чөйрө: Ден соолук Компетенттүүлүк чөйрөсү: Маалыматтарды бириктирүү жана чечмелөө Контекст: Көп контексттүү Тексттин тиби: Туташ Тапшырманын татаалдык деңгээли: төмөнкү Жооптордун форматы: ачык, кыска жооп бериле турган тапшырма Баалоо объектиси: фактылык маалыматты (сюжетти, окуялардын ырааттуулугун ж.б.) түшүнө билүү Максималдык балл: 1 балл Баалоо ыкмасы: компьютердик	
Баалоо системасы:	
Балл	Критерийдин мазмуну
1	Гиподинамия
0	Башка жооп берилсе, же жооп жок болсо.