

试卷代号:11121

座位号

国家开放大学2025年春季学期期末统一考试

健康教育与健康促进 试题

2025年7月

注意事项:

1. 将你的学号、姓名及考点名称填写在试题和答题纸的规定栏内。考试结束后,把试题和答题纸放在桌上。试题和答题纸均不得带出考场。待监考人员收完试题和答题纸后方可离开考场。
2. 仔细阅读题目的说明,并按题目要求答题。所有答案必须写在答题纸的指定位置上,写在试题上的答案无效。
3. 用蓝、黑圆珠笔或钢笔(含签字笔)答题,使用铅笔答题无效。

一、单项选择题(本题共20小题,每小题2分,共40分。请在给出的选项中,选出最符合题目要求的一项)

1. 健康教育的核心目标是()。
A. 提高人群的健康意识
B. 增加人群的健康知识
C. 转变人群的态度
D. 增加人群对改变行为的信心
E. 改变人群的健康相关行为
2. 健康促进的基本策略中,不包括()。
A. 倡导
B. 沟通
C. 协调
D. 赋权
E. 社会动员
3. 在传播过程中,干扰指的是()。
A. 受传者接受信息后的心理行为反映
B. 传播过程中对信息减弱或加强的因素
C. 在传播过程中能决定信息取舍的人
D. 在传播中传播双方的相互依存关系
E. 在传播过程中双方缺乏对信息共同理解

4. 拉斯韦尔五因素传播模式中,不包括的要素是()。
A. 传播者
B. 传播媒介
C. 受传者
D. 信息
E. 反馈
5. 医院健康促进与医院健康教育的主要区别在于()。
A. 患者的行为
B. 医院员工的健康教育技能
C. 家属的行为
D. 环境支持
E. 社区人群的行为
6. 农村社区健康教育的主要目的是()。
A. 提高农村居民的医疗技术水平
B. 增强农村居民的健康意识和自我保健能力
C. 为农村居民提供免费药品
D. 推广农村地区的旅游业
E. 提高农村地区的经济收入
7. 在学校健康教育中,以下属于常见的健康教育方法是()。
A. 定期组织学生进行体育比赛
B. 为学生提供免费的零食
C. 开展健康知识讲座
D. 让学生自行学习健康知识
E. 增加学生的课业负担
8. 以下属于最可能影响糖尿病患者控制饮食依从性的因素是()。
A. 糖尿病患者的年龄和文化程度
B. 糖尿病患者的饮食偏好
C. 糖尿病患者的经济收入
D. 糖尿病患者的运动习惯
E. 糖尿病患者的社交活动频率
9. 健康教育/促进计划的评价主要包括()。
A. 形成评价、过程评价、效应评价
B. 过程评价、效应评价、结局评价
C. 形成评价、过程评价、效应评价、结局评价
D. 形成评价、过程评价、结局评价
E. 过程评价、效应评价、总结评价
10. 为扩大影响,集中解决一部分人共同存在的心理问题,可以采用()。
A. 专题咨询
B. 团体咨询
C. 门诊咨询
D. 个别咨询
E. 信函咨询

○-○-○

考点名称:

姓名:

学号:

○-○-○

11. 根据健康信念模式,以下属于促进个体行为改变关键事件和暗示的是()。
- A. 个体的年龄和文化程度 B. 个体的经济收入
C. 个体的运动习惯 D. 个体的社交活动频率
E. 个体对疾病易感性和严重性的认知
12. 以下属于健康生活方式的行为是()。
- A. 每天熬夜到凌晨 2 点 B. 每天至少吃 5 份水果和蔬菜
C. 每天久坐超过 8 小时 D. 每天喝 3 杯以上含糖饮料
E. 每天抽一包烟
13. 以下属于改善睡眠质量有效健康行为的是()。
- A. 睡前喝咖啡 B. 睡前使用手机或电脑
C. 每天保持规律的作息時間 D. 睡前大量进食
E. 睡前饮酒
14. 在行为矫正中,正强化指的是()。
- A. 对不良行为进行惩罚 B. 对良好行为进行奖励
C. 对不良行为进行忽视 D. 对良好行为进行忽视
E. 对不良行为进行奖励
15. 影响健康的社会环境因素不包括()。
- A. 社会经济 B. 教育
C. 社会网络 D. 职业环境
E. 社会性别
16. 在健康教育计划中,以下属于制定目标时需要遵循原则的是()。
- A. 目标应具有挑战性,但不一定要可测量
B. 目标应具体、可测量、可实现、相关性强、有时间限制(SMART 原则)
C. 目标应尽可能简单,不需要考虑实际效果
D. 目标应只关注短期效果,不考虑长期影响
E. 目标应完全由教育者决定,不需要考虑目标人群的需求
17. 在工作场所健康促进中,属于常见干预手段的是()。
- A. 增加员工的加班时间 B. 提供健康饮食选择和运动设施
C. 限制员工的休息时间 D. 增加工作压力以提高效率
E. 减少员工的培训机会

18. 在健康教育需求评估中,最重要的第一步是()。
- A. 确定目标人群的健康问题 B. 制定健康教育计划
C. 选择健康教育方法 D. 评估健康教育效果
E. 分配健康教育资源
19. 在制定健康教育与健康促进计划时,以下属于必须遵循原则的是()。
- A. 计划应完全由专家制定,无需考虑目标人群的意见
B. 计划应具有灵活性,能够根据实际情况进行调整
C. 计划应只关注短期效果,不考虑长期影响
D. 计划应尽量简单,不需要明确的目标和时间表
E. 计划应只由政府部门决定,不需要社区参与
20. 在高血压预防控制项目中,属于《高血压营养和运动指导原则(2024 年版)》推荐的营养干预措施是()。
- A. 每日食盐摄入量逐步降至 5g 以下 B. 每日饮酒量不限制
C. 增加饱和脂肪酸摄入 D. 减少蔬菜和水果的摄入
E. 增加高钠食物摄入

二、名词解释(本题共 5 小题,每小题 4 分,共 20 分)

21. 健康教育
22. 健康促进
23. 健康传播
24. 倾向因素
25. 社区健康教育

三、问答题(本题共 4 小题,每小题 10 分,共 40 分)

26. 简述健康促进的五大活动领域。
27. 简述健康教育诊断的步骤。
28. 简述学校促进的概念及实施方式。
29. 简述影响饮食行为的因素。

试卷代号:11121

国家开放大学2025年春季学期期末统一考试

健康教育与健康促进 试题答案及评分标准

(供参考)

2025年7月

一、单项选择题(本题共20小题,每小题2分,共40分。请在给出的选项中,选出最符合题目要求的一项)

- | | | | | |
|-------|-------|-------|-------|-------|
| 1. E | 2. B | 3. B | 4. E | 5. D |
| 6. B | 7. C | 8. A | 9. C | 10. B |
| 11. E | 12. B | 13. C | 14. B | 15. D |
| 16. B | 17. B | 18. A | 19. B | 20. A |

二、名词解释(本题共5小题,每小题4分,共20分)

21. 健康教育:是一系列教育活动和过程,旨在通过传播信息和干预行为,帮助人们了解健康知识,改变不健康的生活方式,从而提升整体健康水平。

22. 健康促进:涉及多方面因素,包括政策、经济、社会和环境等,其目的是通过这些综合干预措施,提高人群的健康水平。

23. 健康传播:是一个多渠道、多方法的过程,通过有效的信息传递,促进健康知识的普及和健康行为的形成。

24. 倾向因素:是影响个体行为选择的心理和社会因素,它们可以推动个体朝向更健康的方向发展。

25. 社区健康教育:是一种针对性的教育活动,根据社区的特点和需求,提供定制化的健康信息和行为改变策略,以提升社区成员的健康意识和健康行为。

三、问答题(本题共4小题,每小题10分,共40分)

26. 简述健康促进的五大活动领域。

答:健康促进的五大活动领域包括:(1)制定促进健康的公共政策;(2)创建支持性环境;(3)加强社区行动;(4)发展个人技能;(5)调整卫生服务方向。(每点各2分)

27. 简述健康教育诊断的步骤。

答:健康教育诊断的步骤包括:(1)社会诊断;(2)流行病学诊断;(3)行为与环境诊断;(4)教育与生态诊断;(5)管理与政策诊断。(每点各2分)

28. 简述学校促进的概念及实施方式。

答:学校促进是通过学校环境为学生提供全面的健康支持。(2分)实施方式包括:(1)健康课程;(2分)(2)健康活动;(2分)(3)健康服务;(2分)(4)健康政策。(2分)

29. 简述影响饮食行为的因素。

答:影响饮食行为的因素包括:(1)生物因素,如饥饿感和营养需求;(2)心理因素,如情绪、偏好和心理状态;(3)社会文化因素,如文化传统和社会习惯;(4)环境因素,如食物的可获得性和便利性;(5)经济因素,如个人或家庭的经济状况。(每点各2分)