

Симонова К.М., Венжега К.В.

„Основи здоров’я”, 5 клас

До кожного розділу в додатку є «запасні» питання, тому якщо деякі питання є невдалими, їх можна замінити питаннями з додатку

Тестові завдання для оцінювання знань та практичних навичок учнів

„Основи здоров’я”, 5 клас

Тестові завдання до розділу 1 „Здоров’я людини”

Варіант 1

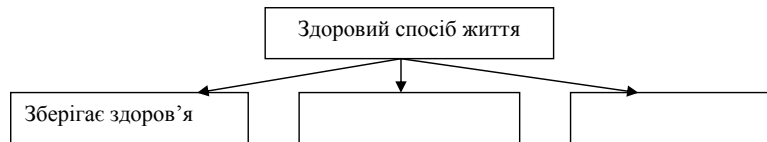
1 рівень

1. Вкажіть правильну відповідь («так» чи «ні»)

Здоровою вважається людина, яка

- а) не має зовнішніх ознак хвороби
- б) духовно, емоційно і соціально благополучна
- в) добре почувається фізично

2. Пригадайте і запишіть формулу здорового способу життя



3. Продовжіть фразу:

Безпека – це _____

2 рівень

1. Позначте життєві навички людини, які є сприятливими для здоров’я

- а) уміння вчитися і застосовувати свої знання
- б) за будь – яких обставин не поступатися власними інтересами
- в) уміння шанувати самого себе та інших людей
- г) уміння відстоювати свої права, поважаючи права інших
- д) уміння надавати підтримку тому, хто її потребує

2. Позначте, що необхідно робити при виявленні ознак поганого самопочуття

- а) випити таблетки, які є в домашній аптечці

- б) повідомити про свій стан батькам, учителю, дорослим
- в) прочитати і виконати корисні поради, що є в інтернеті
- г) викликати лікаря
- д) почекати з надією, що самопочуття покращиться

3. Запиши в квадратику номер телефону, за яким потрібно викликати допомогу в ситуаціях

Маленький хлопчик випадково проковтнув дрібну іграшку і йому важко дихати

Ви побачили, що у перехожого невідомі жорстоко вимагають особисті речі

З гаража, який знаходиться у вашому дворі, валить густий дим

Біля дверей сусідньої квартири відчувається різкий запах газу

3 рівень

1. Позначте правильні твердження

Якщо опинився в небезпечній ситуації, потрібно

- а) оцінити рівень небезпеки
- б) скласти план дій і виконувати його
- в) почекати, поки ситуація вирішиться сама
- г) не втрачати надії і звернутися за допомогою до рятувальних служб, родичів, сусідів

2. З’єднайте стрілками частини речень

Інтелектуальне здоров’я

розуміння і виявлення своїх почуттів, подолання невдач і труднощів в житті

вміння розв’язувати складні завдання, приймати виважені рішення

Емоційне здоров’я

3. Позначте ознаки соціальної складової здоров’я

- а) ріст і вага людини відповідає її віку

- б) гарна пам'ять
- в) наявність великої кількості друзів
- г) вміння приймати рішення і відповідати за їх наслідки

4 рівень

1. Поясніть, як ви розумієте вислів: «Здоровим будеш – все здобудеш»

2. Наведіть приклади життєвих навичок, які допоможуть людині бути здоровою упродовж всього життя

Тестові завдання до розділу 1 „Здоров'я людини”

Варіант 2

1 рівень

1. Вкажіть правильну відповідь («так» чи «ні»)

Щоб мати гарне здоров'я, потрібно

- а) правильно харчуватися
- б) багато працювати за комп'ютером
- в) відпочивати на свіжому повітрі
- г) доброзичливе ставлення до людей

2. Виберіть і позначте дії, вплив яких може погіршити здоров'я

- а) погані стосунки з однокласниками
- б) шкідливі звички
- б) раціональне харчування
- в) надмірне захоплення комп'ютером

3. Відсутність загрози життю та здоров'ю людини називається

- а) безпекою
- б) небезпекою
- в) катастрофою
- г) хворобою

2 рівень

1. Вести здоровий спосіб життя означає

- а) багато їсти
- б) уникати конфліктів з однокласниками
- в) дотримуватися режиму дня
- г) не мати шкідливих звичок

2. Позначте дії, які необхідно виконати в наступній ситуації:

Під час туристичної подорожі раптом ви відчули слабкість, нудоту, головний біль, біль у животі

- а) нікого не турбувати, сподіваючись, що це тимчасово
- б) подалі від усіх самостійно випити знеболювальні таблетки
- в) звернутися до батьків або дорослих, які є поряд

г) якщо стан погіршується, якомога швидше дістатися до медичної установи

3. Позначте чинники, які негативно впливають на здоров'я:

- а) забруднене навколишнє середовище
- б) перевтома
- в) дотримання режиму дня
- г) вміння слухати
- д) неправильне сидіння за партою
- е) особиста гігієна
- ж) вміння передбачати небезпеки і уникати їх

3 рівень

1. Ідучи по вулиці, ви побачили, що у літньої жінки погіршилося самопочуття: їй важко дихати, вона скаржиться на біль у грудях. Опишіть послідовність своїх дій по наданню допомоги цій жінці.

2. З'єднайте стрілками частини речень

Соціальне здоров'я

Взаємовідносини з різними людьми, вміння дружити і працювати в команді

Рух, харчування, відпочинок і догляд за своїм тілом

Духовне здоров'я

Життєві цінності і прагнення, ставлення до себе та інших людей

Фізичне здоров'я

3. Для того, щоб передбачити небезпеку, потрібно:

- а) вміти розпізнавати небезпечні ситуації
- б) опинитися в небезпечній ситуації
- в) знати про можливі наслідки небезпечних ситуацій

г) знати про причини виникнення небезпечних ситуацій

4 рівень

1. Поясніть вислів: «Здоров'я – це та вершина, на яку людина повинна зійти сама»

2. Продовжте фразу:

З метою покращення власного здоров'я, я кожного дня _____

Додаток

3. Закінчіть речення:

Здоровий спосіб життя – це:

а) відсутність хвороб;

б) повсякденна поведінка людини, яка сприяє зміцненню здоров'я;

Тестові завдання до розділу 1. Глава 2. «Безпека на дорозі»

1 варіант

1 рівень

1. Переходити дорогу найбільш безпечно:

а) на зупинці

б) на перехресті

в) по підземному переходу

г) на сигнал світлофора

2. Позначте правильні твердження

а) у громадському транспорті не можна розмовляти по мобільному телефону

б) в громадському транспорті можна не триматися за поручень, якщо він зупиняється на світлофорі

в) чекати транспорт дозволяється, зійшовши з тротуару на дорогу

г) якщо в салоні автобуса почалась пожежа і немає можливості залишити його крізь двері, треба розбити вікно чи відкрити аварійні виходи

3. Продовжте речення

Найбільш безпечні пішохідні переходи

2 рівень

1. Складіть пам'ятку «Правила поведінки на ескалаторі»

1. Не _____ на ескалаторі.

2. Стій справа, прохось _____

3. Не сідай на _____

4. Не _____ нерухомих частин ескалатора.

5. Не підкладай речі і _____ під поручень.

6. Не став речі на _____

Використайте слова для довідок: зліва, бігай, торкайся, пальці, сходи поручень

2. Продовжте речення

Багатосмуговою називається дорога _____

3. Рухаючись на зеленій сигнал світлофора, ви не встигли перейти всі смуги багатосмугової дороги до того, як загорілось червоне світло. Опишіть порядок своїх подальших дій. _____

3 рівень

1. У трамваї ви помітили, як жінка зойкнула, торкнувшись металевого поручня.

Опишіть, якими будуть ваші

дії _____

2. Ви вийшли з автобуса, який щойно зупинився. Опишіть, як найбезпечніше перейти на протилежний бік дороги _____

3. Позначте правильні дії пасажирів громадського транспорту

а) у переповненому транспорті не триматись за поручні

б) не притулятися до дверей

в) до виходу готуватись заздалегідь

г) не стояти в проході або на сходінках

4 рівень

1. Складіть пам'ятку «Правила поведінки на зупинках громадського транспорту»

2. Поясніть, чому безпека людини на дорозі найбільше залежить від самої людини

**Тестові завдання до розділу 1. Глава 2.
«Безпека на дорозі»**

2 варіант

1 рівень

1. Позначте кілька правильних відповідей

Мої «помічники» на дорозі – це:

- а) правила дорожнього руху
- б) дорожня розмітка
- в) мобільний телефон
- г) підземний пішохідний перехід
- д) уважність і вміння зосередитися

2. Оберіть правильне твердження

- а) на дорозі не може бути недисциплінованої поведінки інших учасників дорожнього руху
- б) якщо хтось пропонує перейти дорогу в неналежному місці, ніколи не погоджуйтесь на це
- в) якщо переходиш дорогу разом з іншими пішоходами, можна бути впевненим, що не потрапиш в ДТП
- г) якщо на зупинку під'їхав переповнений автобус, краще зачекати наступного

3. Позначте правильну відповідь

Дорогу, на якій немає пішохідного переходу, краще перейти:

- а) в будь – якому місці
- б) на перехресті
- в) на відкритій ділянці дороги, яка добре проглядається в обидва боки на 150 – 200 метрів
- г) на ділянці з обмеженою оглядовістю

2 рівень

1. Доповніть речення, використовуючи слова для довідок

- а) Кабіна водія і _____ в автобусі – найнебезпечніші.
- б) Задні сидіння, _____ в транспорті – небезпечні через скупчення пасажирів, яким нема за що триматися.
- в) _____ є найбезпечнішою.
- г) Коли відчув _____ у салоні, слід негайно сповістити водія.

Слова для довідок: майданчик біля виходу, передні сидіння, запах диму, середня частина автобуса

2. Продовжте речення

Осьова
лінія

3. Позначте найменшу безпечну відстань до автомобіля, який рухається найближчою до вас смугою:

- а) 30 м
- б) 50м
- в) 150м

3 рівень

1. Позначте правильні твердження

- а) не можна заходити за обмежувальну лінію на платформі та ескалаторі метрополітену
- б) якщо у вагоні відчувається запах диму, треба якнайшвидше рухатися до осередку пожежі, щоб побачити, що горить
- в) на платформі метрополітену небезпечно грати в рухливі ігри
- г) якщо у тебе або іншого пасажира щось упало на рейки, ти намагатимешся швидше дістати цю річ
- д) ніколи не намагайся сам дістати те, що впало на рейки, адже під платформою прокладено контактну рейку під високою напругою

2. Опишіть, про що треба пам'ятати, обходячи автобус ззаду

3. Вкажіть правильне твердження («так» чи «ні»)

- а) при переході дороги по сигналу світлофора не обов'язково дивитися спочатку наліво, а потім направо
- б) якщо перехожий вирішив не спускатися в підземний перехід, а перейти дорогу в неналежному місці, можна це зробити разом з ним
- в) за деяких обставин вагони тролейбусів і трамваїв можуть опинитися під напругою
- г) якщо в транспорті виникла пожежа, головне – якнайшвидше вибратись із салону

4 рівень

1. Поясніть, чому говорять, що дорога любить обережних пішоходів

2. Ви стали свідком зіткнення двох легкових автомобілів. Як правильно діяти в такій ситуації?

**Тестові завдання до розділу 2 «Психічне і духовне здоров'я»
1 варіант**

1 рівень

1. Запишіть одним словом назву поняття

Почуття, що швидко змінюється, миттєва реакція на якусь подію, людину чи тварину

--	--	--	--	--	--	--

2. Позначте кілька правильних відповідей

Сон підлітка має тривати

- а) 6 – 7 годин
- б) 6 годин
- в) 10 – 12 годин
- г) не менше 8 годин

3. Запобігати перевтомі допомагає

- а) планування часу
- б) дотримання режиму дня
- в) сон
- г) щоденне виконання домашніх завдань упродовж 5 – 6 годин
- д) вільний час для улюблених занять

2 рівень

1. Доповніть речення

Виявити почуття можна за допомогою слів,

2. Запишіть, які емоції виникають у людей у наведених нижче ситуаціях

Що відчувають батьки, якщо їхня дитина успішно навчається в школі	
Що відчуває вчитель, якщо його учні не виконують домашніх завдань	
Що відчуває дитина, яка заблукала у лісі	
Що відчуває хлопчик, якому друзі сказали неправду	

3. Позначте правильне твердження

Справжній друг

- а) вміє вислухати і зрозуміти
- б) не видасть ваш секрет, якщо потрібно когось обдурити
- в) радіє вашим невдачам
- г) допомагає подолати невдачі
- д) поділиться всім, що має
- е) турбується лише про власні інтереси
- ж) в добрих стосунках з самим собою

3 рівень

1. Позначте риси психічного здоров'я, які допомагають людині упродовж життя

- а) толерантність
- б) тактовність
- в) зневага
- г) повага до самого себе
- д) віра у власну унікальність і неповторність
- е) самозакоханість
- ж) оптимізм
- з) вміння ставити себе на місце іншої людини

2. Запишіть одним словом назву поняття

Здатність поважати погляди і уподобання інших людей, навіть якщо вони відрізняються від ваших особистих поглядів і переконань

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

3. Між однокласниками виникла суперечка. Позначте, що може допомогти усунути неприємну ситуацію

- а) відверта розмова про причини суперечки
- б) використання під час розмови «Я – повідомлення»
- в) кожний відстоює тільки власні інтереси
- г) бажання поважати почуття іншого

4 рівень

1. Поміркуйте, чому говорять: «Полуби ближнього як самого себе»

2. На уроці образотворчого мистецтва у Оленки сусід по парті завжди бере без дозволу олівці, тому що забуває взяти свої. Оленка через це не встигає виконати малюнок. Допоможіть Оленці висловити свої почуття за допомогою «Я повідомлення»

Тестові завдання до розділу 2 «Психічне і духовне здоров'я»

2 варіант

1 рівень

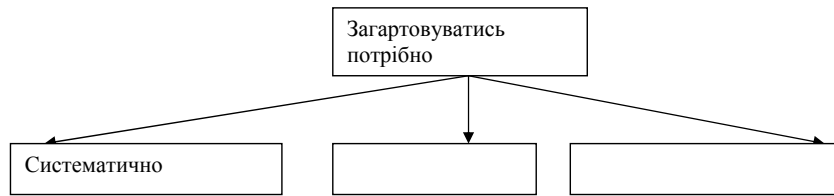
1. Запишіть одним словом назву поняття

Вміння поставити себе на місце іншого, зрозуміти і відчувти те, що й він.

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

2. Позначте способи вияву емоцій

- а) крик
- б) хвороба друга
- в) сльози
- г) плескання в долоні



2. Позначте види спорту, які слід обирати з 14 – 15 віку

- футбол
- важка атлетика
- атлетична гімнастика
- плавання
- біг на довгі дистанції
- стрибки з великої висоти
- легка атлетика
- гімнастика

3. Активний відпочинок – це

- гра в бадмінтон
- купання в річці
- лижна прогулянка
- гра в шахи
- відвідування зоопарку

2 рівень

1. Позначте кілька правильних відповідей

Користуючись мережею Інтернет, я

- не буду заважати чи шкодити іншим користувачам
- познайомлюсь з другом і домовлюсь з ним про зустріч за будь – яких обставин
- не буду посилати свої фотографії чи будь – яку інформацію без відома батьків
- за вимогою інших користувачів повідомлю свою адресу, номер телефону, місце роботи батьків тощо

2. Запишіть одним словом назву поняття

Порушення, постави, викривлення хребта вбік

--	--	--	--	--	--	--	--

3. Запиши поради, яких потрібно дотримуватися, щоб зберегти зір

3 рівень

1. Позначте правильне твердження

- якщо після падіння виник сильних біль в будь – якій частині тіла, необхідно звернутися до травмпункту
- у разі перелому на пошкоджену частину тіла накладають гіпсову пов'язку
- якщо людина впала на спину і відчуває сильний біль, її потрібно швидко підняти

г) при розтягненні зв'язок на ушкоджене місце накладають тугу пов'язку і холодний компрес

2. Позначте наслідки недостатньої рухової активності

- у людини з'являється зайва вага
- м'язи стають слабкими
- збільшується стійкість організму проти інфекцій
- підвищується працездатність
- людина швидше старіє
- погіршується сон і апетит

3. Закінчіть речення:

Фізично здорова людина

4 рівень

1. Напишіть, як можна запобігти деяким шкільним хворобам

2. Поясніть вислів: «Якщо не бігати, поки здоровий, прийдеться побігати, коли захворієш»

Тестові завдання до розділу 3 «Фізичне здоров'я» 2 варіант

1 рівень

1. Позначте правильне твердження

Спортивні заняття дають найкращі результати, якщо їх виконувати:

- іноді, за бажанням
- поступово збільшуючи навантаження
- на свіжому повітрі
- з урахуванням стану здоров'я і фізичних можливостей

2. Оберіть правильну відповідь

Щоб запобігти перевтомі, учню потрібно

- відпочивати активно
- чергувати фізичне і розумове навантаження
- не порушувати режим дня
- спілкуватися з друзями за допомогою комп'ютера
- спати не менше 9 годин на добу

3. Напишіть, до чого може призвести надмірне захоплення комп'ютером

2 рівень

1. Для попередження порушення постави потрібно

- а) постійно грати в теніс
- б) підбирати робочий стіл і стілець відповідно до зросту
- в) регулярно і повноцінно харчуватися
- г) виконувати вправи для зміцнення м'язів спини
- д) читати лежачи
- е) займатися плаванням

2. Пронумеруйте порядок дій, який він повинен виконати хлопчик, щоб самостійно вибратися ополонки

- а) широко розвести руки, поклавши їх на лід
- б) перекопитися чи відповзти у безпечне місце
- в) вибратися на поверхню, витягуючи з води ноги
- г) повернутися до краю ополонки спиною

3. Запишіть, яких гігієнічних вимог потрібно дотримуватися, відвідуючи басейн

3 рівень

1. Складіть корисні поради учню, який буде купувати собі учнівський рюкзак

2. Позначте правильне твердження

- а) гарної фізичної форми можна досягти за допомогою фізичної праці
- б) якщо ти захворів, заняття спортом слід припинити до повного одужання
- г) перед тренуванням потрібно добре наїстися
- д) не можна робити фізичні вправи поблизу проїжджої частини
- е) сильний біль у м'язах – результат правильно проведеного тренування

3. Встановіть відповідність між видами спорту і якостями, які вони розвивають у людини. З'єднайте стрілками частини речень

Художня гімнастика

розвиває витривалість,
спритність, вміння
співпрацювати в команді

Футбол

розвиває гнучкість

Плавання

Зміцнює м'язи, покращує
емоційний стан, є профілактикою
хвороб хребта

4 рівень

1. Доведіть, що для людини відпочинок – це не лінощі, а необхідна складова здоров'я

2. Поясніть вислів:

«Фізичні вправи за своєю дією можуть замінити будь – які ліки, але всі ліки світу не можуть замінити дії фізичних вправ»

Додаток

1. Поясніть прислів'я: «Без постави кінь – корова».

2. Доповніть перелік

Ознаки стресу: погіршення пам'яті, _____

Тестові завдання до розділу 4 «Соціальне благополуччя»

1 варіант

1 рівень

1. Запишіть одним словом назву поняття

Захисна функція організму людини

--	--	--	--	--	--	--	--

2. Позначте правильну відповідь

Хвороба, за якої повністю руйнується імунітет людини

- а) грип
- б) сколіоз
- в) СНІД
- г) туберкульоз
- д) ВІЛ

3. Порозумінню між людьми сприяє:

- а) щирість і тактовність
- б) дискримінація
- в) уміння слухати
- г) толерантність
- д) порядність
- е) упевнена поведінка
- ж) нехтування власними інтересами

2 рівень

1. Позначте кілька правильних відповідей

Вміння налагоджувати стосунки з іншими людьми допомагає:

- а) легко знайомитися і знаходити нових друзів
- б) захищати власні інтереси

д) Спілкування під час гри

2. Позначте вчинки порядної дитини

- а) списувати у однокласника контрольну роботу
- б) повернути незнайомій людині загублені речі
- в) в маршрутному таксі поступитися місцем іншій людині
- г) спостерігати осторонь за бійкою однолітків
- д) не говорити вдома про отриману погану оцінку
- е) ставитися до інших людей так, як ти хочеш, щоб вони ставилися до тебе

3. Запишіть, які життєві навички допомагають бути вам справжнім другом

4 рівень

1. Поясніть, чому вміння спілкуватися впливає на здоров'я людини

2. Ваша однокласниця Оленка завжди добросовісно готується до уроку історії, але на запитання вчителя відповідає несміливо, тихим голосом. Якщо їй щось незрозуміло, вона боїться звернутися до вчителя з запитанням. Поміркуйте і запишіть поради, які допоможуть Оленці подолати невпевненість

Тестові завдання до розділу 5 «Безпека в побуті і в навколишньому середовищі»

1 варіант

1 рівень

1. Позначте легкозаймісті речовини

- а) мокре листя
- б) папір
- в) бензин
- г) спирт
- д) скло

2. Доповніть перелік

Ознаками теплового (сонячного) удару є
Головний біль, _____

3. Позначте правильні твердження

Якщо телевізор загорівся, потрібно:
а) негайно повідомити про це дорослим

- б) якщо є можливість, відключити телевізор від електричної мережі
- в) накрити телевізор цупкою тканиною або ковдрою
- г) викликати пожежних
- д) відчинити вікна і двері, щоб не накопичувався дим у приміщенні
- е) зачинити вікна, двері, вийти з приміщення

2 рівень

1. Розподіліть у два стовпчика запропоновані ситуації

Дозволено	Не дозволено

Підпливати до суден; жартівливо кликати на допомогу; купатися на обладнаному пляжі; користуватися сонцезахисними кремами; запливати за обмежувальні буйки, не вмюючи плавати самостійно, використовувати для плавання на глибину надувний матрац; пірнати під тих, хто купається; голосно кричати у разі небезпеки

2. Позначте час, коли сонце найбільш активне і засмагати небезпечно

- а) з 10 до 12 години
- б) з 12 до 16 години
- в) з 8 до 11 години
- г) з 14 до 17 години

3. Продовжте речення

Підручними засобами для гасіння пожеж є _____

3 рівень

1. Позначте правильні твердження

Під час бурі або смерчу потрібно
а) вийти з приміщення
б) зачинити вікна і кватирки
в) закріпити або прибрати з балконів предмети, що можуть бути скинуті вітром
г) вимкнути газові і електричні прилади
д) якщо негода застала людину на відкритій місцевості, потрібно швидше бігти до найближчого будинку

2. Запишіть, як допомогти собі в небезпечних ситуаціях

Якщо під час плавання ногу звело судомою _____

Якщо під час плавання мене захопило течією _____

3. Під час руху ліфт зупинився між верхніми поверхами і в ньому погасло світло. Опишіть, що можна і чого не можна робити дітям, які опинилися в цьому ліфті.

4 рівень

1. Складіть і запишіть в зошиті правила для тих, хто залишився вдома сам _____
2. Під час грози ви опинилися на відкритій місцевості. Опишіть, яким буде порядок ваших дій _____

Тестові завдання до розділу 5 «Безпека в побуті і в навколишньому середовищі»

2 варіант

1 рівень

1. Доповніть перелік

Ознаками теплового (сонячного) удару є
Головний біль, _____

2. Електричні прилади, ввімкнені в електричну мережу, не можна гасити:

- а) ковдрою
- б) водою
- в) піском

3. Позначте умову виникнення горіння

- а) Кисень + горюча речовина;
- б) Горюча речовина + кисень + джерело запалювання.
- в) Горюча речовина + джерело запалювання;

2 рівень

1. Позначте правильні твердження

- а) двері в задимлене приміщення відчиняти обережно, щоб уникнути посилення полум'я від припливу свіжого повітря;
- б) у дуже задимленому приміщенні пересуватися поповзом або зігнувшись;
- в) якщо сталося займання одягу, потрібно швидко бігти, щоб збити полум'я
- г) для захисту органів дихання дихати крізь зволожену тканину;
- д) якщо сталося займання одягу, лягти на землю (підлогу) й перекочуватися з боку на бік

2. Оберіть і позначте, якими будуть ваші дії у наведеній нижче ситуації

Ви один вдома. Вам у двері дзвонить незнайомиць і просить терміново з домашнього телефону викликати швидку допомогу для вашої сусідки

- а) не відчиняти двері і викликати швидку допомогу самому
- б) відчинити двері і запросити його до телефону
- в) відмовити у виклику швидкої допомоги

3. Допишіть правила безпечної поведінки надворі

НЕ сідай у машину до _____

НЕ розповідай про _____

НЕ винось із дому _____

НЕ гуляй _____

Якщо пізно повертаєшся додому _____

Якщо тобі погрожують _____

3 рівень

1. З'єднайте стрілками частини речень

Якщо повин застала тебе вдома

перейди на верхній поверх, горище і гукай про допомогу

Якщо немає змоги вибратися з підтопленого будинку

знайди предмет, який допоможе тобі утриматися на воді, вийди на підвищене місце або залізть на дерево і клич на допомогу

Якщо вода застала тебе в лісі або в полі

вимкни електрику та газ перенеси необхідні речі на верхні поверхи, візьми запас води та харчів

2. Позначте правила поведінки в натовпі, які можуть допомогти людині зберегти життя

- а) в місцях скупчення людей не стояти в проходах, біля скляних вітрин, дверей
- б) в натовпі потрібно робити все те, що роблять інші люди
- в) якщо не втримався на ногах, впав і не можеш піднятися, згорніся клубочком і захисти голову руками
- г) руки тримай у кишенях, міцно притиснувши їх до корпусу
- д) якщо в натовпі, який рухається, ти щось упустив, не нахилийся – життя дорожче

3. Поміркуйте і запишіть, чому і як ви будете dbати про чистоту довкілля упродовж життя _____

4 рівень

1. Для учнів молодших класів складіть правила поведінки під час купання

2. Поміркуйте і запишіть, чому люди, змінюючи природне середовище, створили для себе не лише вигоди, а й додаткові небезпеки _____

Додаток

Опишіть місця, де небезпечно купатися

1. Запишіть одним словом назву поняття

Неконтрольоване скупчення людей

--	--	--	--	--	--

Відповіді до тестових завдань

Тестові завдання до розділу 1 „Здоров’я людини”

Варіант 1

1 рівень

- б
- розвиває здоров’я, відновлює здоров’я
- Безпека – це стан довкілля, коли не існує загрози для добробуту, здоров’я і життя людини

2 рівень

- а, в, г, д
- б, г

3 рівень

- а, б, г
- в, г

Тестові завдання до розділу 1 „Здоров’я людини”

Варіант 2

1 рівень

- а, в, г
- а, б, в
- а

2 рівень

- б, в, г
- в, г
- а, б, д

3 рівень

- а, в, г

Тестові завдання до розділу 1. Глава 2. „Безпека на дорозі”

Варіант 1

1 рівень

- в
- а, г

2 рівень

- Багатосмуговою називається дорога, яка має більш як дві смуги руху.

3 рівень

- б, в, г

Тестові завдання до розділу 1. Глава 2. „Безпека на дорозі”

Варіант 2

1 рівень

- а, б, г, д
- б, г
- в

2 рівень

- Осьова лінія – дорожня розмітка, яка розділяє транспортні потоки, що рухаються у протилежних напрямках
- б

3 рівень

- а, в, д
- в, г – так; а, б – ні

Тестові завдання до розділу 2. „Психічне і духовне здоров’я”

Варіант 1

1 рівень

- емоція
- г
- а, б, в, д

2 рівень

- а, г, д, ж

3 рівень

- а, б, г, д, ж, з
- толерантність
- а, б, г

Тестові завдання до розділу 2. „Психічне і духовне здоров’я”

Варіант 2

1 рівень

- співчуття
- а, в, г, е, ж, з
- а, б, в, д

2 рівень

- а, б, г, д
- в, г, д, е

3 рівень

- а, б
- дискримінація

Тестові завдання до розділу 3. „Фізичне здоров’я”

Варіант 1

1 рівень

- поступово, дозовано
- б, в, д, е
- а, б, в, д

2 рівень

- а, в
- сколіоз

3 рівень

- а, б, г,
- а, б, д, е

Тестові завдання до розділу 3. „Фізичне здоров'я”

Варіант 2

1 рівень

- б, в, г
- а, б, в, д

2 рівень

- б, в, г, е
- г - 1; а - 2; в - 3; б - 4

3 рівень

- а, б, д

Тестові завдання до розділу 4. „Соціальне благополуччя”

Варіант 1

1 рівень

- імунітет
- в
- а, в, г, д, е

2 рівень

- а, б, г

3 рівень

- в, г

Тестові завдання до розділу 4. „Соціальне благополуччя”

Варіант 2

1 рівень

- спілкування

- а
- а, в, г

2 рівень

- а, в, д
- а, в, д

3 рівень

- а
- б, в, е

Тестові завдання до розділу 5. «Безпека в побуті і в навколишньому середовищі»

Варіант 1

1 рівень

- б, в, г

- а, б, в, г, е

2 рівень

- б

3 рівень

- б, в, г

Тестові завдання до розділу 5. «Безпека в побуті і в навколишньому середовищі»

Варіант 2

1 рівень

- б

- б

2 рівень

- а, б, г, д
- а

2. а, в, д

3 рівень