

**Симонова К.М., Венжега К.В.**

**6 клас «Основи здоров'я»**

У даній роботі тестові завдання складені у відповідності до нового підручника для 6 класу.

Якщо у тестових завданнях деякі питання на думку рецензентів виявляються невдалими, то в кінці кожного розділа є «запасні» питання, які можна використати. При цьому внести корективи у відповіді, щоб не виявилось розбіжностей.

**6 клас**

Тестові завдання до розділу 1 «Здоров'я людини»

**Варіант 1**

**I рівень**

1. Позначте правильну відповідь

Відсутність загрози життю та здоров'ю людини називається:

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

2. Доповніть перелік

Природні чинники, які впливають на здоров'я людини – це \_\_\_\_\_

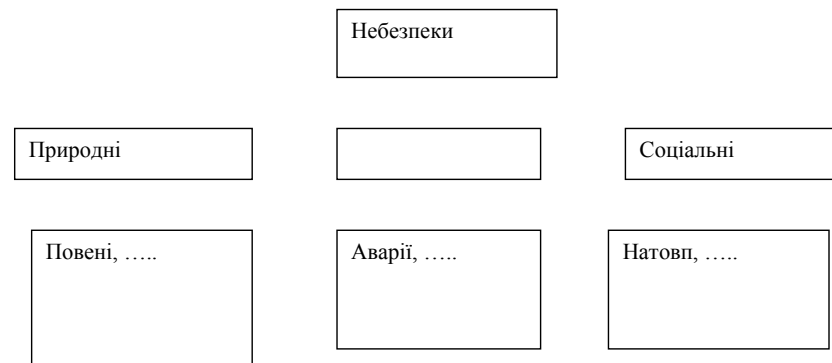
3. Позначте кілька правильних відповідей

Екологічними проблемами довкілля є:

- а) забруднення атмосферного повітря
- б) вирубування лісів
- в) пожежа в житловому будинку
- г) дорожньо – транспортна пригода

**II рівень**

1. Доповніть схему і наведіть приклади видів небезпек



2. Оберіть правильні відповіді:

Життєві навички, сприятливі для здоров'я:

- а) дотримуватися режиму дня
- б) завжди задовольняти власні бажання
- в) керувати своїми почуттями
- г) завжди поводитися так, як пропонують друзі
- д) вміти відмовитися від небажаних пропозицій

3. Позначте кілька правильних відповідей

Складові соціального середовища – це

- а) атмосферне повітря
- б) школа
- в) транспорт
- г) родина
- д) друзі

**III рівень**

1. Поділіть ризики на три групи

Переохолодження, пропуски уроків без поважних причин, відмова від огляду лікаря, конфлікт з другом, паління, комп'ютерні ігри, знайомство з друзями в мережі Інтернет, порушення правил дорожнього руху

Фізичні ризики	Психологічні ризики	Соціальні ризики

2. Позначте правильні твердження

- а) технічний прогрес робить життя людини комфортнішим
- б) вздовж автомагістралей шкідливе повітря
- в) людина не може змінити стан навколишнього середовища
- г) друзі впливають на поведінку і спосіб життя людини

3. Купуючи зимове взуття, я зверну увагу на

**IV рівень**

1. В літній спекотний день друзі збираються в туристичний похід по морському узбережжю. *Складіть перелік одягу і речей, які необхідно вдягнути і взяти з собою, щоб уникнути перегрівання.* \_\_\_\_\_

2. *Продовжіть фразу:*

Навіть якщо небо затягнуте хмарами, шкіра людини може «обгоріти», тому що \_\_\_\_\_

**Тестові завдання до розділу 1 «Здоров'я людини»  
Варіант 2**

**I рівень**

1. *Виберіть правильну відповідь*

Здоров'я – це:

- а) відсутність хвороб
- б) стан повного фізичного, психологічного і соціального благополуччя
- в) добра фізична форма
- г) завжди гарний настрій

2. *Продовжіть фразу*

Безпека – це \_\_\_\_\_

3. *Поділіть небезпеки на три групи:*

Землетрус, транспортна аварія, пограбування, шторм, війна, вибух газу, аварія на заводі, бійка, гроза, повінь

Природні небезпеки	Техногенні небезпеки	Соціальні небезпеки

**II рівень**

1. *Оберіть правильну відповідь*

Благополуччя – це:

- а) гарно вчитися в школі
- б) мати багато грошей
- в) задоволення від цікавого і насиченого подіями життя
- г) фізичне здоров'я

2. *Продовжіть фразу*

Негативний вплив техногенного середовища на здоров'я людини проявляється \_\_\_\_\_

3. *Позначте кілька правильних відповідей*

Кримінальні небезпеки соціального середовища – це

- а) крадіжки
- б) шахрайство
- в) смог
- г) хуліганство

**III рівень**

1. *Запишіть одним словом назву поняття:*

Пристосування організму до змін у навколишньому середовищі

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

2. *Позначте чинники ризику природного середовища*

- а) стихійні лиха
- б) сонячне випромінювання
- в) неправильно підібраний одяг
- г) зміна кліматичних умов

3. *Продовжіть фразу*

Купуючи спортивний костюм для занять фізкультурою, я зверну увагу на

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**IV рівень**

1. В холодний зимовий день друзі збираються на лижну прогулянку. *Складіть перелік одягу і речей, які необхідно вдягнути і взяти з собою, щоб уникнути переохолодження.* \_\_\_\_\_

2. *Поясніть вислів: «Сонце, повітря і вода – твої найкращі друзі»* \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## ЗАПАСНІ ПИТАННЯ

Виберіть одяг для походу в магазин

Погодні умови: осінь, температура повітря +10 С, вітер, дощ

- білизна з бавовни
- відкриті черевики
- джинси
- вовняний светр під горло
- рукавиці
- кросівки
- курточка з капюшоном
- бавовняні шкарпетки
- коротка спідниця
- футболка
- шорти
- кепка

Додайте потрібне \_\_\_\_\_

Оберіть правильну відповідь:

Небезпеками техногенного середовища є:

- а) повені
- б) аварії на підприємствах
- в) дорожньо – транспортні пригоди
- г) натовп людей

Тестові завдання до розділу 2 «Фізична складова здоров'я»

### Варіант 1

#### I рівень

1. Позначте кілька правильних відповідей

У раціоні харчування здорової людини додатковими продуктами з перелічених мають бути

- а) м'ясо
- б) жувальна гумка
- в) газовані напої
- г) овочі
- д) молочні продукти

2. Запишіть назви продуктів, що містять велику кількість калорій

---

---

3. Позначте кілька правильних відповідей

Щоб запобігти недостатності йоду в організмі, слід вживати такі продукти

- а) йодовану сіль
- б) шоколад
- в) креветки
- г) морську капусту

#### II рівень

1. Позначте чинники, які позитивно впливають на фізичний розвиток людини

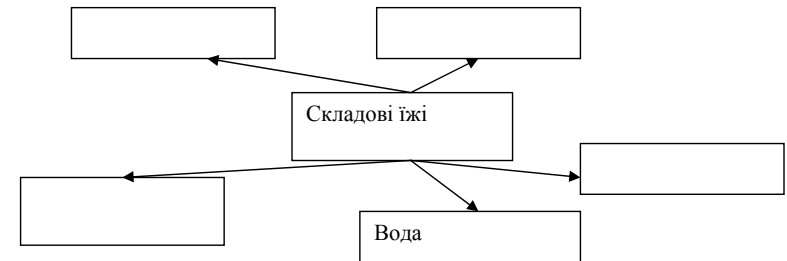
- а) харчування з достатньою кількістю калорій

- б) заняття в спортивній школі
- в) порушення постави
- г) неправильний догляд за ротовою порожниною

2. Для запобігання захворюванням органів травлення потрібно:

- а) їсти щодня рідкі страви
- б) приймати їжу два рази на день
- в) приймати їжу чотири рази на день
- г) дотримуватися режиму дня
- д) щорічно відвідувати лікаря – стоматолога

3. Заповніть схему



#### III рівень

1. Запишіть одним словом назву поняття:

Співвідношення білків, жирів, вуглеводів, мінеральних речовин, що містяться у 100 грамах продукту

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

2. З'єднайте стрілками частини речень

Вітамін А	Необхідний для здоров'я шкіри, волосся, нормалізує зір
Вітамін С	Нейтралізує дію шкідливих для здоров'я факторів довкілля
Вітамін Д	Сприяє росту, підвищує імунітет організму
Вітамін Е	Необхідний для росту і підтримання здоров'я скелета

3. Доповніть відповідь

Принципи раціонального харчування – це

- а) \_\_\_\_\_
- б) різноманітність
- в) збалансованість

**IV рівень**

1. Складіть пам'ятку «Правила зберігання харчових продуктів»

2. Поясніть, як ви розумієте слова Д. Леббока: «Здоров'я людини значно більше залежить від наших звичок та харчування, ніж від майстерності лікаря»

**Розділ 2 «Фізична складова здоров'я»**

**Варіант 2**

**I рівень**

1. Позначте кілька правильних відповідей

Для раціонального харчування людини головними продуктами з перелічених мають бути

- а) молочні продукти
- б) кондитерські вироби
- в) овочеві страви
- г) кетчуп
- д) чіпси
- е) м'ясні вироби

2. Запишіть назви продуктів, що містять невелику кількість калорій

3. Из запропонованих речей підкресліть ті, які повинні використовуватись кожною людиною особисто

Зубна паста, зубна щітка, рушник, мило, шампунь, фен для волосся, гребінець для волосся, мочалка, гель для душу

**II рівень**

1. З'єднай стрілками вислови, як можна і як не можна харчуватися

Можна	Їсти, коли трапиться	Не можна
	Вживати багато фруктів	
	Їсти багато чіпсів	
	Пити тільки газовані напої	
	Їсти багато тістечок	
	Харчуватись у той самий час	

2. Для того, щоб мати здорові зуби, потрібно

- а) частіше гризти горіхи
- б) вживати достатню кількість молочних і м'ясних продуктів
- в) не їсти водночас холодну і гарячу їжу
- г) зубну щітку міняти раз на три місяці

3. Позначте кілька правильних відповідей

Ознакою харчового отруєння може бути:

- а) нудота
- б) головний біль
- в) висипи на шкірі
- г) підвищення температури тіла

д) слабкість

### III рівень

1. *Запишіть одним словом назву поняття:*

Характеристика, що вказує на енергетичні властивості продукту

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

2. З'єднайте стрілками частини речень

Білки

Допомагають швидко вгамувати голод і подолати втому

Вуглеводи

Важливі для засвоєння деяких вітамінів, найбагатше джерело енергії для організму

Жири

Основний будівельний матеріал для організму

3. *Позначте цифрами послідовність дій під час харчового отруєння*

- а) дати постраждалому випити 5 – 6 склянок кип'яченої води або блідо – рожевого розчину марганцівки
- б) промити шлунок
- в) попередити всіх, хто куштував таку ж сумнівну страву
- г) щоб запобігти зневодненню організму, дати постраждалому випити підсоленої води або несолодкого чаю
- д) викликати «швидку допомогу»

а	б	в	г	д

### IV рівень

- 1. *Запишіть, про що можна дізнатися, уважно прочитавши написи на упаковці харчового продукту* \_\_\_\_\_
- 2. *Складіть пам'ятку «Профілактика харчових отруєнь»* \_\_\_\_\_

Доведіть, що для організму підлітка необхідне повноцінне харчування

### Тестові завдання до розділу 3 «Психічна і духовна складові здоров'я»

#### Варіант 1

#### I рівень

1. *Позначте предмети, через які може подаватися ВІЛ*

- а) термометр
- б) книга
- в) шприц
- г) мило
- д) голка для нанесення татуювання

2. *Позначте органи людини, вразливі до дії тютюнового диму*

- а) органи зору
- б) серце
- в) головний мозок
- г) печінка
- д) шкіра
- е) легені

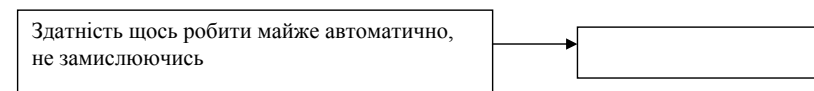
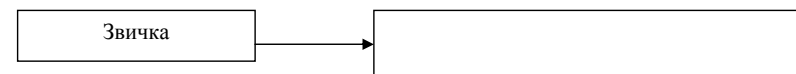
3. *Запишіть одним словом назву поняття*

Ставлення людини до самої себе

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

#### II рівень

1. *Заповніть схему*



2. *Токсичні речовини – це*

- а) чадний газ

- б) кисень
- в) нікотин
- г) алкоголь
- д) предмети побутової хімії

3. Позначте правильні висловлювання

- а) ВІЛ призводить до СНІДу
- б) ВІЛ – це хвороба
- в) СНІД – хвороба, яка характеризується ураженням імунної системи людини
- г) хвора на СНІД людина може померти від будь – якої інфекції

**III рівень**

1. Психологічний і соціальний розвиток людини триває

- а) до 18 років
- б) упродовж всього життя
- в) до 16 років
- г) від 10 до 13 років

2. Позначте кілька правильних відповідей:

- Діти, які мають здорову самооцінку
- а) краще ладнають з дорослими і однолітками
  - б) більше зосереджені на своїх вадах і негараздах
  - в) майже не схильні до невиправданих ризиків
  - г) вважають себе найкращими серед оточуючих

3. Заповніть таблицю

Потреби	Способи задоволення потреб	
	Здорові	Шкідливі
Харчування		
Відпочинок		
Спілкування, дружба		

**IV рівень**

1. Поміркуйте, чому корисні звички потрібно виховувати в собі, а шкідливі звички «чіпляються» до людини швидко і без будь – яких

зусиль \_\_\_\_\_

2. Чому найгірші рішення люди приймають у стані алкогольного чи наркотичного сп'яніння? \_\_\_\_\_

**Тестові завдання до розділу 3 «Психічна і духовна складові здоров'я»**

**Варіант 2**

**I рівень**

1. Доповніть перелік

ВІЛ передається:

- а) \_\_\_\_\_
- б) статевим шляхом
- в) від інфікованої матері до дитини, якщо мати не отримала відповідного лікування

2. Позначте кілька правильних відповідей

Куріння стає причиною

- а) запальних процесів в організмі людини
- б) недостатнього надходження кисню в організм людини
- в) неприємного запаха з рота
- г) посиленого апетиту
- д) кашлю

3. Запишіть одним словом назву поняття

Надзвичайно сильна отрута, яка міститься у тютюновому димі.

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

**II рівень**

1. Позначте кілька правильних відповідей

Для досягнення своєї мети потрібно

- а) скласти план дій
- б) налаштуватися на успіх
- в) у разі помилок і невдач відмовитися від досягнення мети
- г) очікувати на щасливий випадок
- д) не хестувати порадою і допомогою інших
- е) якщо щось не виходить, урахувати помилки і спробувати ще раз

2. Дайте правильну відповідь («так» чи «ні»)

- а) якщо кілька разів спробувати наркотик, зі здоров'ям нічого не станеться
- б) токсикоманія не спричиняє залежності, вона менш шкідлива, ніж куріння, вживання алкоголю та наркотиків

в) приваблива реклама алкогольних та тютюнових виробів не зменшує їхньої шкоди

3. *Запишіть одним словом назву поняття*

Намагання змусити прийняти рішення обманом чи під тиском

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

### III рівень

1. *Позначте кілька правильних відповідей*

Підлітковий вік характеризується тим, що

- а) дитина стає повністю самостійною
- б) починається швидкий «стрибок зросту»
- в) виникає потреба у спілкуванні з друзями
- г) змінюється стан шкіри і волосся

2. *Для того, щоб запобігти появі шкідливих звичок, потрібно*

- а) уміти сказати «ні» небезпечним пропозиціям
- б) наслідувати прикладу тих, хто вам подобається
- в) критично мислити
- г) уникати невинуватих ризиків

3. *Позначте літерами «М» - хибні твердження (міфи), а «Ф» - факти*

а) якщо в організм потрапляє ВІЛ, він вбиває клітини імунітету	
б) алкоголь і наркотики допомагають людині приймати виважені рішення	
в) ВІЛ не передається через повітря, їжу, воду	
г) приваблива реклама тютюнових виробів не завжди правдива	

### IV рівень

1. *Запишіть, які три важливих кроки необхідно зробити, щоб прийняти виважене рішення в складній ситуації*

---

---

---

2. Поясніть, чому говорять, що щира повага до інших людей завжди базується на повазі до самого себе \_\_\_\_\_

### ЗАПАСНІ ПИТАННЯ

*Позначте правильну відповідь*

Хвороба, при якій руйнується імунітет людини

- а) ВІЛ
- б) вітряна віспа
- в) СНІД
- г) грип

*Дайте правильну відповідь («так» чи «ні»)*

- а) найнебезпечнішою речовиною у складі тютюнового диму є нікотин
- б) вживання дорогих вин, куріння сигарет із фільтром безпечно для організму
- в) навіть одноразове вживання наркотику в компанії може призвести до наркоманії

*Дайте правильну відповідь («так» чи «ні»)*

Наслідками наркоманії та алкоголізму є:

- а) зміни в нервовій системі
- б) порушення роботи всіх органів і систем
- в) вони не завдають шкоди організму
- г) руйнують особистість та інтелект

*Позначте літерами «М» - хибні твердження (міфи), а «Ф» - факти*

а) від куріння голос стає грубим, подих неприємним, а зуби-жовтими	
б) нікотин – наркотична речовина, яка впливає на психіку людини і спричиняє залежність	
в) багато наркоманів хворі на ВІЛ - СНІД	
г) розповсюдження наркотиків – це злочин	
д) слабоалкогольні напої корисно вживати підліткам	

**Тестові завдання до розділу 4 «Соціальна складова здоров'я»**

**Глава 1. Соціальне благополуччя**

### Варіант 1

#### I рівень

1. *Продовжте фразу*

Вербальне спілкування – це \_\_\_\_\_

2. *Наведіть якнайбільше прикладів стосунків*

- а) родинні \_\_\_\_\_
- б) дружні \_\_\_\_\_
- в) ділові \_\_\_\_\_

д) романтичні

3. Розподіліть у два стовпчика слова, які характеризують молодіжні компанії

Дружба, допомога, приниження, агресія, повага, радість, пригнічення, залякування, нехтування, свобода вибору, щирість, страх, підтримка, конкуренція, насильство, взаєморозуміння, рівність

Безпечні компанії	Небезпечні компанії

### II рівень

1. Вміння ефективно спілкуватися дає можливість:

- а) розуміти співрозмовника
- б) навчатися
- в) мати багато друзів
- г) обмежитися спілкуванням в мережі Інтернет
- д) уникати конфліктів

2. Поясніть вислів

«Скажи мені, хто твої друзі, і я скажу, хто ти»

---



---



---

3. Запишіть одним словом назву поняття

Обмін думками, почуттями, враженнями

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

### III рівень

1. Доповніть перелік

Якості людини, які формуються в процесі спілкування

- а) відповідальність
- б) принциповість

---



---

2. Встановіть відповідність і з'єднайте стрілками частини речень

Вербальні ознаки активного слухання

Дивитися в очі, нахилитися до співрозмовника, усміхатися, кивати

Репліки:  
«так – так»; «цікаво»; «а що було далі?»  
«чим усе скінчилося?»

Невербальні ознаки активного слухання

3. Оберіть правильну відповідь

Бути толерантним означає:

- а) володіти вмінням переконувати інших у своїй правоті
- б) визнавати за іншими право на погляди і переконання, відмінні від твоїх
- в) байдуже ставитися до оточуючих

### IV рівень

1. Опишіть зміст чотирьох порад, які допоможуть опанувати себе при виникненні конфліктної ситуації

Установи попереджувальну сигналізацію

---

Полічи до

десяти

---

Практикуй амо

переконання

---

Зміни точку

зору

---

2. Поясніть вислів:

Стався до інших так, як ти хочеш, щоб ставилися до тебе»

---

## Глава 1. Соціальне благополуччя



## Варіант 2

### I рівень

1. Продовжте фразу

Невербальне спілкування – це \_\_\_\_\_

2. Виберіть ознаки дружньої компанії

- а) приймає тебе таким, який ти є
- б) не має жорстких правил
- в) забороняє тобі спілкуватися поза групою
- г) не приймає у своє коло нових друзів

3. Позначте кілька правильних відповідей

В конфліктній ситуації варто поступитися, якщо

- а) розумієш, що неправий
- б) втрапиш від цього конфлікту більше, ніж здобудеш
- в) не знаєш причини конфлікту
- г) тебе охопило почуття страху

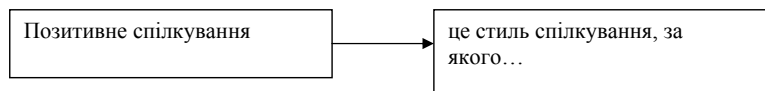
### II рівень

1. Завдання з кількома варіантами відповідей

Розв'язати конфлікт конструктивним шляхом допомагають:

- а) самоконтроль
- б) вміння слухати і говорити
- в) толерантність
- г) самовпевненість
- д) повчання

2. Доповніть схему



2. Запишіть відомі вам правила запобігання конфліктам \_\_\_\_\_

### III рівень

1. Позначте кілька правильних відповідей

Вміння спілкуватися

- а) впливає на стан здоров'я людини
- б) не впливає на стан здоров'я людини
- в) залежить від фізичної складової здоров'я
- г) залежить від психічної і соціальної складових здоров'я
- д) не потрібне, якщо користуватись мережею Інтернет

2. Встановіть відповідність і з'єднайте стрілками частини речень

Діяти упевнено при спілкуванні	в ситуації, коли будь – яке загострення стосунків є небезпечним
Діяти агресивно при спілкуванні	коли тобі пропонують щось небезпечне, ти хочеш попросити про послугу
Діяти пасивно при спілкуванні	коли на тебе напали або відверто порушили твої права

3. Позначте кілька правильних відповідей

Конфлікт конструктивний, якщо учасники конфлікту

- а) не ображають один одного
- б) використовують розумні аргументи
- в) принижують один одного
- г) знаходять спільне рішення

### IV рівень

1. опишіть зміст шести кроків конструктивного розв'язання конфліктів

- а) Опануй себе \_\_\_\_\_

б) Захисти опонента \_\_\_\_\_

в) Активно слухай \_\_\_\_\_

г) Поводься асертивно \_\_\_\_\_

д) Висловлюй повагу \_\_\_\_\_

е) Розв'язуй проблему \_\_\_\_\_

2. Складіть портрет дружнього колективу \_\_\_\_\_

### ЗАПАСНІ ПИТАННЯ

Ваш однокласник дуже нестриманий, часто потрапляє в конфліктні ситуації. Запишіть декілька порад, які допоможуть йому контролювати себе при спілкуванні з людьми.

Закінчіть речення

Конфлікт – це \_\_\_\_\_

## Глава 2. Безпека в побуті і навколишньому середовищі

### Варіант 1

#### I рівень

1. Оберіть правильну відповідь

1.1. Перед заміною перегорілої електролампи обов'язково потрібно

- а) вимкнути освітлювальний прилад з розетки
- б) залишити ввімкнутим освітлювальний прилад, щоб відразу побачити, чи загориться електролампа

1.2. Двосмугову дорогу безпечно переходити навскіс

- а) так
- б) ні

1.3. Перед тим, як увімкнути газову колонку, потрібно

- а) перевірити тягу
- б) відкрити газовий вентиль

2. Позначте те, що не можна гасити водою

- а) бензин
- б) нафта
- в) електроприлади під напругою
- г) вимкнені електроприлади
- д) палаючий одяг

3. Підручними засобами для гасіння пожеж

є: \_\_\_\_\_

4. Завдання з кількома варіантами відповідей

Почувши сирену чи уривчасті гудки на підприємстві, що розташоване поруч, потрібно

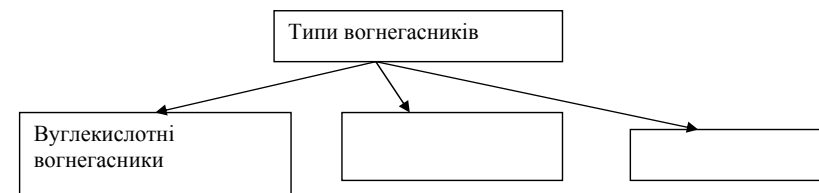
- а) щільно зачинити вікна, двері
- б) ввімкнути радіо чи місцевий канал телебачення
- в) заховатися в підвалі чи погребі
- г) зробити запас питної води

#### II рівень

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

- а) перед виконанням повороту потрібно за 50 м подати сигнал рукою
- б) перед виконанням повороту потрібно за 30 м подати сигнал рукою
- в) захисний шолом надівають тільки мотоциклісти
- г) повертати ліворуч і розвертатися на велосипеді на проїзній частині заборонено

2. Доповніть схему



3. Якщо на шкіру потрапила оцтова есенція, потрібно

- а) розтерти уражене місце сухою ганчіркою

- б) промити шкіру проточною водою упродовж 15 хвилин
- в) після промивання водою шкіру промити ще раз мильною водою
- г) відразу накласти марлеву пов'язку

### III рівень

#### 1. Завдання з кількома варіантами відповідей

1. Властивості чадного газу
- а) має різкий запах
  - б) не має запаху
  - в) не має кольору
  - г) заміщує кисень у крові і спричиняє смертельні отруєння
  - д) не подразнює очей

2. Запишіть порядок дій, що повинна виконати людина, на якій загорівся одяг \_\_\_\_\_

3. Прикладами отруйних речовин, що використовуються в побуті, можуть бути \_\_\_\_\_

### IV рівень

#### 1. Завдання з кількома варіантами відповідей

- Сигнали велосипедиста – це
- а) об'їзд перешкоди ліворуч – витягнута рука вліво
  - б) правий поворот – витягнута рука вправо
  - в) правий поворот (альтернативний) – зігнута в лікті ліва рука, піднята вгору
  - г) лівий поворот – витягнута рука вліво
  - д) зупинка - ліва рука піднята вгору

2. Складіть план дій надання першої допомоги при отруєнні побутовим, чадним газом \_\_\_\_\_

#### 3. Доповніть фразу

При аварії на хімічному підприємстві небезпечні речовини можуть потрапити в організм людини через шкіру \_\_\_\_\_

## Глава 2. Безпека в побуті і навколишньому середовищі

### Варіант 2

#### I рівень

##### 1. Оберіть правильну відповідь

- 1.1. Для того, аби правильно ввімкнути електроприлад, потрібно
- а) спочатку шнур з'єднати з приладом
  - б) спочатку шнур ввімкнути в розетку

- 1.2. Рухатися проїзною частиною на велосипеді дозволяється
- а) з 7 років
  - б) з 14 років
  - в) з 11 років

##### 2. За правилами пожежної безпеки будівель потрібно:

- а) слідкувати за справністю електричної мережі
- б) евакуаційні виходи залишати вільними
- в) засоби для гасіння пожеж зберігати в недоступному місці
- г) розробити план евакуації на випадок пожежі

##### 3. Продовжте фразу

Засоби захисту органів дихання – це \_\_\_\_\_

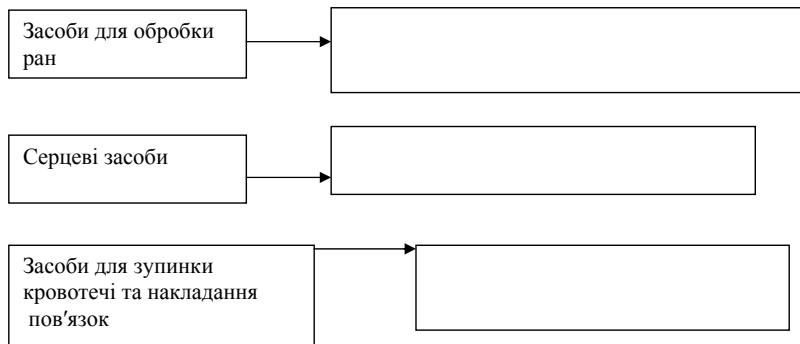
4. Якщо телевізор загорівся, потрібно
- а) негайно повідомити про це дорослим
  - б) якщо є можливість, відключити телевізор від електричної мережі
  - в) накрити телевізор цупкою тканиною або ковдрою
  - г) викликати пожежників
  - д) відчинити вікна і двері, щоб не накопичувався дим у приміщенні
  - е) зачинити вікна, двері, вийти з приміщення

#### II рівень

##### 1. Дайте правильну відповідь («так» чи «ні»)

- а) за відсутності тротуару потрібно йти по узбіччю дороги назустріч машинам
- б) за відсутності тротуару потрібно йти по узбіччю дороги по напрямку руху машин
- в) перевозити на велосипеді дітей до семи років потрібно на спеціально обладнаному сидінні
- г) під час руху в сутінках на велосипеді попереду має бути світловідбивач або фара білого кольору

##### 2. Доповніть вміст автомобільної аптечки



3. Підкресліть якості людини, потрібні для безпечного існування  
 Уважність, байдужість, розгубленість, знання правил безпеки, зібраність, організованість, обережність, безвідповідальність, неухважність, сміливість, рішучість, нетерплячість, відповідальність, розсудливість, боязливість, акуратність, кмітливість, винахідливість

### III рівень

1. Завдання з кількома варіантами відповідей

Властивості природного газу

- а) має різкий запах
- б) без запаху
- в) отруйний
- г) вибухонебезпечний

2. Оберіть правильну відповідь

2.1. Електричні прилади, ввімкнені в електричну мережу, не можна гасити

- а) ковдрою
- б) піском
- в) водою

2.2. Позначте, на якій відстані від місця виконання маневру велосипедисту потрібно подати сигнал рукою

- а) 10м
- б) 50 м
- в) 100 м

3. Запишіть одним словом назву поняття

Зміна напрямку руху транспорту відносно осьової лінії

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

### IV рівень

1. Складіть пам'ятку

Перша допомога при враженні електричним струмом \_\_\_\_\_

2. Позначте ситуації, в яких людина може отруїтися чадним газом

- а) перебувати в закритому приміщенні, де перекрито димохід печі, що топиться, або колонки, що працює
- б) вдихати тютюновий дим
- г) перебувати в лісі біля великого вогнища
- д) перебувати в приміщенні під час пожежі

3. Дайте правильну відповідь («так» чи «ні»)

- а) за потреби лак чи фарбу можна розігріти на плиті
- б) колір полум'я газової конфорки може свідчити про справність плити
- в) лаки та фарби можна розігрівати тільки в гарячій воді
- г) при запалюванні газової конфорки спочатку необхідно запалити сірник, а потім відкрити кран

### ЗАПАСНІ ПИТАННЯ

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

- а) перевезення вантажів на кермі порушує стійкість і маневреність велосипеда
- б) двоє велосипедистів, що рухаються поруч на дорозі, не перешкоджають безпечному руху транспорту
- в) під час роботи з отрутохімікатами потрібно застосовувати респіратори, захищати шкіру
- г) отруйні речовини можна зберігати у пляшках від мінеральної води або соку

### Відповіді до тестових завдань

#### Розділ 1 «Здоров'я людини»

#### Варіант 1

#### I рівень

- а
- а, б

**II рівень**

- а, в, д
- б, г, д

**III рівень**

- а, б, г

**Розділ 1 «Здоров'я людини»**

**Варіант 2**

**I рівень**

- б

**II рівень**

- в
- а, б, г

**III рівень**

- акліматизація
- а, б, г

**Розділ 2 «Фізична складова здоров'я»**

**Варіант 1**

**I рівень**

- б, в

- а, в, г

**II рівень**

- а, б
- а, в, г, д

**III рівень**

- поживність
- а - помірність

**Розділ 2 «Фізична складова здоров'я»**

**Варіант 2**

- а, в, е

**II рівень**

- б, в, г

- а, б, г, д

**III рівень**

- калорійність

а	б	в	г	д
1	2	5	3	4

**Розділ 3 «Психічна і духовна складові здоров'я»**

**Варіант 1**

**I рівень**

- в, д
- а, б, в, г, д, е
- самооцінка

**II рівень**

- а, в, г, д
- а, в, г

**III рівень**

- б
- а, в

**Розділ 3 «Психічна і духовна складові здоров'я»**

**Варіант 2**

**I рівень**

- а, б, в, д
- нікотин

**II рівень**

- а, б, д, е
- в – так; а, б - ні
- маніпуляції

**III рівень**

- б, в, г
- а, в, г
- а, в, г – Ф;  
б, – М

**Розділ 3 «Соціальна складова здоров'я»**

**Глава 1. Соціальне благополуччя**

**Варіант 1**

**II рівень**

- а, б, в, д
- спілкування

**III рівень**

- б

**Глава 1. Соціальне благополуччя**

**Варіант 2**

**I рівень**

2. а, б

3. а, б

**II рівень**

1. а, б, в

**III рівень**

1. а, г

3. а, б, г

**Глава 2. Безпека в побуті і навколишньому середовищі**

**Варіант 1**

**I рівень**

1.1. а

1.2. а

1.3. а

2. а, б, в

4. а, б, г

**II рівень**

1. так – а, г; ні – б, в

3. б, в

**III рівень**

1. б, в, г, д

**IV рівень**

1.

2. а, б, в, д

**Глава 2. Безпека в побуті і навколишньому середовищі**

**Варіант 2**

**I рівень**

1.1. а

1.2. б

2. а, б, г

4. а, б, в, г, е

**II рівень**

1. так – а, в, г; ні – б

**III рівень**

1. б, в, г

2. 1. в

2.2. б

3. маневр

**IV рівень**

2. а, б, д

3. так – б, в, г; ні - а