

Річне оцінювання екстернів з основ здоров'я

за курс базової середньої освіти

Критерії оцінювання

При оцінюванні навчальних досягнень учнів необхідно враховувати володіння ними здоров'язбережувальними компетенціями, що виражаються у дієвості знань, умінь і навичок, мотивацій до здорового і безпечного способу життя та його дотримання. Набуття учнями досвіду діяльності: навчально-пізнавальної, практичної, соціальної; формування в учнів стійкої мотивації і потреби у збереженні й зміцненні свого здоров'я, фізичної підготовленості, комплексного розвитку природних здібностей та моральних якостей; використання засобів здорового способу життя.

Завдання складаються та оцінюються таким чином:

№ завдання	Вид завдання	Кількість завдань	Система оцінювання	Кількість балів
I.	Завдання з вибором однієї правильної відповіді	6	по 0,5 б.	3
II.	Завдання відкритої форми	2	по 1,5 б.	3
III.	Завдання на відповідність між термінами та їх визначеннями	2	по 1,5 б.	3
IV.	Практичне завдання	2	по 1,5 б.	3
Разом (максимум)				12 балів

Кількість отриманих балів становить бал річного оцінювання.

Річне оцінювання екстернів з основ здоров'я за курс базової середньої освіти

I рівень – початковий

Виберіть одну правильну відповідь.

1. Успішне виконання репродуктивної функції:
 - а) не пов'язане зі збереженням репродуктивного здоров'я в підлітковому віці;
 - б) пов'язане зі збереженням репродуктивного здоров'я в підлітковому віці;
 - в) не є важливим біологічним завданням людини;
 - г) можливе в будь-якому віці.
2. Увага – це:
 - а) вибіркова спрямованість на той чи інший об'єкт, зосередження на ньому;
 - б) психічний процес, спрямований на відтворення предметів навколишнього світу разом з усіма їхніми якостями;
 - в) неправильне, викривлене сприйняття;
 - г) пам'ять почуттів.
3. До негативних чинників способу життя не належать:
 - а) паління, зловживання алкоголем;
 - б) погане або неправильне харчування, недостатня фізична активність;
 - в) відсутність моральності, уживання наркотиків;
 - г) активна життєва позиція, особистісне та професійне зростання.
4. Самовиховання – це:
 - а) свідома діяльність, спрямована на реалізацію себе як особистості, вироблення людиною в собі позитивних особистісних якостей;
 - б) засіб керування іншими людьми;
 - в) засіб оволодіння досвідом інших людей;
 - г) засіб оволодіння власним досвідом.
5. Політична безпека означає:
 - а) забезпеченість доходом, достатнім для задоволення насущних потреб;
 - б) доступність видовищ;
 - в) захист від екологічних катастроф та екологічного забруднення;
 - г) можливість жити в тому суспільстві, яке визнає основні права людини.
6. Духовне самопочуття – це:
 - а) здатність людини пізнавати й використовувати нову інформацію, задля того щоб підвищити якість життя й здатність діяти оптимально в нових обставинах;
 - б) здатність людини діяти ефективно, згідно із вимогами свого життя, це гарна фізична підготовка й наявність корисних рухових якостей;
 - в) здатність успішно взаємодіяти й встановлювати важливі стосунки з іншими людьми;
 - г) здатність визначати свою систему цінностей і діяти згідно із нею.

II рівень – середній

А. Дайте визначення таким поняттям:

- самооцінка – це _____
- аутотренінг – це _____
- мораль – це _____

Б. Знайдіть одну або декілька правильних відповідей.

- Вкажіть чинники ризику репродуктивного здоров'я підлітків:
 - хронічний стрес, низька фізична активність, безладні статеві зв'язки, нераціональне харчування, відсутність режиму праці та відпочинку;
 - уживання шкідливих речовин (тютюн, алкоголь, наркотики);
 - забруднення навколишнього середовища, високий рівень радіації;
 - низький рівень життя.
- Вкажіть, які висловлювання про глобалізацію є правильними:
 - ризики, породжувані глобалізацією, є мінімальними;
 - глобалізація – це ріст глобальних ринків і взаємозалежності між людьми;
 - глобалізація розширює можливості для підвищення якості життя й розвитку людини;
 - глобалізація створює нові загрози безпеки людини й підсилює ті, що вже існують.

III рівень – достатній

А. Знайдіть відповідність між термінами та їх визначеннями.

Термін	Визначення
1. Репродуктивне здоров'я	А. Здатність живих організмів передавати свої ознаки й властивості наступному поколінню.
2. Сім'я	Б. Властивість організмів існувати в різних формах та варіаціях.
3. Репродукція людини	В. Біологічна функція, необхідна для збереження людини як біологічного виду.
4. Мінливість	Г. Соціальний інститут, що характеризується певними соціальними нормами, зразками поведінки, правами й обов'язками, які регулюють стосунки між подружжям, батьками та дітьми.
5. Спадковість	Д. Стан повного фізичного й соціального благополуччя, а не тільки відсутність захворювань репродуктивної системи й порушень її функцій.

Б. Допишіть речення.

- Як називається здатність людини зберігати внутрішній спокій, діяти розумно й виважено в складних життєвих ситуаціях – _____
- Інвестиції – це _____

IV рівень – високий

Дайте обґрунтовану відповідь.

- Чому здоров'я є необхідною й основною характеристикою життя людини?
- За якими критеріями можна судити про життєві цінності людини?