

Основи здоров'я (підручник - Бех, Воронцова, Пономаренко, Страшко)
8 клас

Розділ 1 «Здоров'я людини»
На порозі дорослого життя.
Порятунок і захист людей у НС.
Ти-рятувальник.Пр.р№1
Абетка домедичної допомоги.Пр.р№2
Розділ 2 «Фізична складова здоров'я »
Оздоровчі системи.
Фізична активність і здоров'я.
Раціональне харчування.
Безпека харчування.Пр.р.№3
Розділ 3 «Психічна і духовна складові здоров'я »
Розвиток особистості.
Формування системи цінностей.
Краса і здоров'я.
Уміння вчитися.
Розвиток пам'яті і уваги.Пр.р№4
К.р. грудень 2023р

Контрольна робота

8 клас

1 семестр

І рівень (0,5бала)

1. Складові зрілості людини:

А фізична В психічна і духовна

Б соціальна Г духовна

2. Принципи безпеки життєдіяльності:

А передбачати В діяти

Б уникати Г виконувати

3. До традиційних систем харчування не відносять:

- А італійську кухню В сиродіння
Б японську кухню Г вегетаріанство

4. Позначте отруйні рослини:

- А дурман В деревій
Б нагідки Г беладонна

5. Харчові добавки класу барвники...

- А сприяють швидкому розварюванню
Б підсилюють або відновлюють колір продукту В подовжують термін зберігання продукту

6. Чого не можна робити під час надання першої медичної допомоги при травматичному шоку?

- А обережно класти потерпілого на спину, при блюванні повертати голову вбік;
Б перевіряти, чи є дихання, чи працює серце;
В переносити потерпілого без надійного знерухомлення місць переломів
Г знімати прилиплий після опіку одяг

II рівень (1 бал)

7. Дайте визначення поняття

Соціальна роль-

8. Оберіть правильне твердження

- А всі оздоровчі системи однакові;
Б усі оздоровчі системи передбачають купання зимою в ополонці;
В оздоровчі системи поділяються на традиційні та сучасні
Г причина харчових отруєнь - вживання зіпсованих чи інфікованих харчових продуктів та отруйних

9. Знайдіть відповідність.

Термін	Визначення
1. Соціальна роль	А комплекс спеціальних заходів і дій, спрямованих на збереження, зміцнення і відновлення здоров'я
2. Термічні опіки	Б поведінка, очікувана від члена суспільства
3. Оздоровчі системи	В Спеціальні речовини, які додають до харчових продуктів для покращення смаку, вигляду, зберігання
4. Харчові добавки	Г виникають під час пожежі або під час гасіння вогню внаслідок дії високої температури

III рівень (1,5 бала)

10. Назвіть життєві навички.

11. Як надати домедичну допомогу під час сильної кровотечі?

IV рівень (3 бали)

12. Охарактеризуйте харчові отруєння і причини

8 клас
Розвиток пам'яті і уваги.
Розділ 4 « Соціальна складова здоров'я »
<i>Глава 1 Соціальне благополуччя</i>
Стать і статеві ролі. Гендер. Гендерний стереотип.
Стосунки між статями.
Ризики статевого дозрівання.
Відмова від небезпечних пропозицій.
Протидія сексуальному насиллю.
<i>Глава 2 . Безпека в побуті і навколишньому середовищі</i>
Організація дорожнього руху.
Мотоцикл і безпека.
Проблема чистої води.
Проблема чистого повітря.
Проблема чистої землі.
Закони і правоохоронні органи України.
Правова відповідальність неповнолітніх.
Самозахист і допустима самооборона.
Деструктивні угруповання і тероризм.
Інформаційна безпека.
Семестрове оцінювання.
Контрольна робота –травень 2024р

8клас

Контрольна робота 2семестр

1. Чим характеризується підлітковий вік: (одна правильна відповідь) тестові по1б
 - а) лише фізичними змінами;
 - б) лише психологічними змінами;
 - в) лише соціальними змінами;
 - г) зміни відбуваються в усіх сферах – фізичній, психологічній, етичній, соціальній.
2. Найбільші забруднювачі літосфери: (одна правильна відповідь)
 - а) населені пункти;
 - б) гірничодобувна промисловість та сільське господарство;
 - в) пестициди;
 - г) меліорація та мінеральні добрива.

3. Які риси притаманні соціально зрілій особистості: (декілька відповідей)
- а) нетерпимість;
 - б) саморозвиток;
 - в) відповідальність;
 - г) не вміння спілкуватися з людьми.
4. Порухення правил дорожнього руху – це (декілька відповідей)
- а) дисциплінарний злочин;
 - б) адміністративний злочин;
 - в) кримінальний злочин.
5. Вибери чинники збереження репродуктивного здоров'я молоді України: (декілька відповідей)
- а) спадкові хвороби;
 - б) профілактичні медичні обстеження, утримання від раннього статевого життя;
 - в) порушення правил особистої гігієни;
 - г) інфекції, що передаються статевим шляхом.
6. Обери ознаки гендера: (декілька відповідей)
- а) є культурною традицією;
 - б) ніколи не змінюються з часом;
 - в) притаманні лише одній статі;
 - г) є універсальними;
 - д) властиві людям різної статі;
 - е) з'являються самі по собі;
 - є) суттєво відмінні в різних країнах.
7. Які ознаки має стать: (декілька відповідей)
- а) біологічна ознака не залежить від країни і культури;
 - б) є культурною традицією;
 - в) може змінюватись з часом;
 - г) ніколи не змінюється з часом;
 - д) є універсальною.
8. Невербальні ознаки агресивної поведінки: (декілька відповідей)
- а) відкритий погляд;
 - б) благальні захисні жести;
 - в) сердитий зневажальний голос;
 - г) пронижливий погляд.
9. Продовжіть речення. По 1б
Надзвичайна ситуація – це...
ВІЛ– це
10. Продовжіть речення. По 1б
Евакуація – це...
ВІЛ передається....

8 клас
Річна контрольна робота
за 2023-2024 н. р.

I рівень – початковий по 1б

Виберіть одну правильну відповідь.

1. Які якості притаманні гармонійно розвиненій особистості?
а) відсутність самоповаги; б) прагнення до самовдосконалення й саморозвитку, творчий підхід до будь-якої справи; в) розбіжність думок, слів, дій і бажань людини; г) агресивність.
2. На статеве дозрівання позитивно впливає:
а) куріння; б) вживання алкоголю; в) раціональне харчування й дотримання режиму дня; г) використання наркотиків.
3. Якщо підліток захоплюється інформатикою й більше нічим не хоче займатися, то така ситуація може призвести до:
а) гармонійного розвитку особистості; б) однобічного розвитку особистості; в) готовності жити в різних економічних ситуаціях;
г) вміння спілкуватися з різними людьми.

II рівень – середній по 1.5б

А. Дайте визначення таким поняттям:

1. Упевнена поведінка – це ...
1. Статеве дозрівання – це ...
2. СНІД – це ...
3. Відповідальність – це ...

Б. Однією рисою підкресліть, що потрібно для успішного тренування пам'яті й запам'ятовування, а двома – що непотрібно:

– володіти основними знаннями, необхідними для розуміння інформації; не усвідомлювати свою мету; виявляти максимальний інтерес до інформації;

створювати або обирати несприятливі умови для роботи; мати хороший настрій.

III рівень – достатній по 1.5б

1. Допишіть речення.

Зміцнення здоров'я – це _____

2. Напишіть п'ять і більше ознак гендерних стереотипів, які існують в нашому суспільстві.

IV рівень – високий по 1.5б

Дайте обґрунтовану відповідь.

1. Поміркуйте, чому духовний розвиток людини безпосередньо пов'язаний із задоволенням вищих людських потреб: пізнавальних, естетичних, потреб у самореалізації.
2. Обґрунтуйте свою власну позицію щодо проблеми: “С Н І Д – лихо чи провина людства?”.