

Підсумкова контрольна робота за ІІ семестр
з предмета «Основи здоров'я» 9 клас

I рівень – початковий

Виберіть одну правильну відповідь.

1. До чинників ризику репродуктивного здоров'я не належать:

- a) сприятливий для здоров'я спосіб життя; б) уживання шкідливих речовин (тютон, алкоголь, наркотики); в) негативні чинники екологічного середовища; г) негативні спадкові чинники.

2. Самовизначення – це:

- a) розуміння самого себе, своїх можливостей і прагнень; б) нерозуміння свого місця в людському суспільстві й свого призначення в житті; в) засіб оволодіння досвідом інших людей; г) засіб оволодіння власним досвідом.

3. До позитивних чинників способу життя не належить:

- a) доброзичливе ставлення до людей; б) уміння спілкуватися й конструктивно розв'язувати конфлікти; в) фізична активність, раціональне харчування, відповідальні стосунки між статями;
- г) зловживання алкоголем, відсутність моральності.

4. Пам'ять, що полягає в збереженні й відтворенні всіх видів образів (зорових, слухових, рухових, дотикових, нюхових, смакових), називають:

- a) руховою пам'яттю; б) емоційною пам'яттю; в) образною пам'яттю;
- г) словесно-логічною пам'яттю.

5. Екологічна безпека означає:

- a) 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. Інтелектуальне самопочуття – це:

- a) 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.

ІІ рівень – середній

A. Дайте визначення таким поняттям:

самореалізація – це ...

емпатія – це ...

цінності – це ...

емоційна пам'ять – це ...

B. Знайдіть одну або декілька правильних відповідей.

1. Вкажіть чинники ризику репродуктивного здоров'я підлітків:

- а) хронічний стрес, низька фізична активність, безладні статеві зв'язки, нерациональне харчування, відсутність режиму праці та відпочинку;
- б) уживання шкідливих речовин (тютюн, алкоголь, наркотики);
- в) забруднення навколошнього середовища, високий рівень радіації;
- г) низький рівень життя.

2. Вкажіть причини швидкого поширення ВІЛ на території України:

- а) використання ін'єкційних наркотиків; б) безладні статеві зв'язки в молодіжному середовищі; в) порушення моральних правил поведінки;
- г) наявність моральності, високий рівень культури.

3. Що є особистим захистом від ВІЛ:

- а) наявність моральності й відсутність ранніх статевих зв'язків;
- б) відмова від наркотиків; в) використання презерватива; г) знання про шляхи передачі вірусу.

4. Вкажіть, що означає слово „стигма” у перекладі з грецької мови:

- а) „тавро”, „ярлик”; б) „форма”, „обсяг”; в) „крапка”, „місце”;
- г) „правило”, „закон”.

ІІІ рівень – достатній

A. Знайдіть відповідність між термінами та їх визначеннями.

| Термін | Визначення |
|---------------------------|---|
| 1. Економічна безпека | А. Доступність основних продуктів харчування. |
| 2. Продовольча безпека | Б. Забезпеченість доходом, достатнім для задоволення насущних потреб. |

| | |
|-------------------------|--|
| 3. Екологічна безпека | B. Можливість жити в безпечному для здоров'я довкіллі. Доступність ефективного медичного обслуговування. |
| 4. Безпека для здоров'я | G. Захист від екологічних катастроф та екологічного забруднення, наявність чистого повітря й води, можливість проживання в екологічно чистому середовищі й придбання екологічно безпечної їжі. |

Б. Допишіть речення.

1. Як називається комплекс спеціальних вправ, заснованих на самонавіюванні й використовуваних людиною для управління власним психічним станом та поведінкою – ...
2. Яка увага виникає ненавмисно, без будь-яких зусиль із боку людини – ...
3. Як називається такий стан людини, при якому вона не може зосередити увагу на певному предметі, на мові іншої людини, на своїх думках або діях – ...

В. Закінчіть речення.

1. Паління порушує роботу ендокринних залоз, що особливо небезпечно у підлітковому віці, оскільки від нормального функціонування ендокринної системи залежить _____.
2. Тестування на ВІЛ, згідно із законодавством України, _____ й _____

Декларація – це _____

IV рівень – високий

1. Чому говорять, що наркотики можуть стати стратегічною зброєю для знищення цілої країни?
2. Як ви розумієте ці слова: „Мислити глобально, діяти локально”.
3. Як, на вашу думку, протистояти стигмі й дискримінації ВІЛ-інфікованих?

