Перелік питань

з основ здоров’я,

за яким здійснюється оцінювання учнів

9 класу сімейної (домашньої) форми навчання

Бережанського ліцею №1

І СЕМЕСТР

Життя як феномен. Здоров’я як атрибут життя людини.

Небезпеки військового часу.

Сфери життя людини. Планування життя. Життєве кредо.

Сучасне уявлення про здоров’я.

Взаємозв’язок принципів особистої гігієни, раціонального харчування, рухової активності, повноцінного відпочинку.

Види рухової активності. Вплив рухової активності на здоров’я.

Складові особистої гігієни.

Біологічні ритми і здоров’я. Значення сну в юнацькому віці.

Харчування для здоров’я.

Моніторинг здоров’я.

ІІ СЕМЕСТР

Самореалізація в підлітковому та юнацькому віці.

Самопізнання і формування особистості. Формування самооцінки.

Поняття життєвого самовизначення.

Вибір професії.

Саморегуляція емоцій.

Умови ефективного навчання. Активне й пасивне навчання.

Індивідуальні особливості сприйняття і навчання.

Способи ефективного навчання і підготовки до іспитів. Планування часу.

Риси характеру. Чинники, від яких залежить характер людини.

Роль життєвих цінностей у формуванні характеру.

Цінності і якість життя. Моральний розвиток особистості. Самовиховання характеру.

Стосунки й рівні спілкування Стосунки й рівні спілкування.

Цінність родини. Готовність до сімейного життя.

Стан репродуктивного здоров’я молоді в Україні.

Негативні наслідки ранніх статевих стосунків. Вплив психоактивних речовин на репродуктивне здоров’я.

Епідемія ВІЛ-інфекції/СНІДу: загроза людині.
Безпека як потреба людини. Види і рівні загроз. Заходи безпеки.
Національна безпека України.
Глобальні загрози, породжені діяльністю людини.

Розвиток екологічно доцільного мислення і поведінки. інформаційного суспільства та сталого розвитку.