

**Експрес-контроль з курсу  
«Основи здоров'я»  
6 клас**

Крук Тетяна Євгенівна, Дмитроца Олена Романівна,  
Журавльов Олександр Анатолійович

Луцьк - 2021

УДК 371.72(07)

## **Експрес-контроль з курсу «Основи здоров'я» 6 клас**

Посібник складено відповідно до чинної програми Міністерства освіти і науки України з основ здоров'я та підручника «Основи здоров'я» (авт. Т.Є. Бойченко, І.П. Василяшко, С.В. Васильченко, О.К. Гурська, Н.І. Гущина, Н.С. Коваль – К.: «Генеза», 2014). Увесь запропонований матеріал відповідає вимогам державного освітнього стандарту і може використовуватися при роботі за будь-яким підручником.

Посібник призначений для організації самостійної роботи шестикласників на уроках та швидкої перевірки рівня знань учнів. Кожна самостійна робота подана у двох варіантах і розрахована на 7—10 хвилин. Залежно від мети, поставленої на уроці, роботи можуть бути використані на різних етапах навчання: при перевірці раніше вивченого матеріалу, закріплення нового матеріалу, а також для індивідуальної та корекційної роботи. Їх можуть ви

виконання всіх завдань та може використовувати державний стандарт.

Видання призначене для учнів 6 класів загальноосвітніх навчальних закладів та вчителів основ здоров'я.

© Крук Т.Є., Дмитроца О.Р., Журавльов О.А.

Прізвище, ім'я \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_ **I варіант**

### **Тема 1. ЖИТТЯ І ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ**

**Завдання 1.** Закінчіть речення (за правильно виконане завдання – 2 бали)

Безпека життєдіяльності – це \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

**Завдання 2.** Вставте у речення пропущені слова (кожне правильно доповнене речення –1 бал)

1. В екстремальній ситуації небезпека загрожує \_\_\_\_\_ або \_\_\_\_\_.
2. Під час надзвичайних ситуацій людям, які опинилися на території, що постраждала, слід виконувати розпорядження \_\_\_\_\_.
3. Щодня людина перебуває в середовищі, де існують можливі \_\_\_\_\_.
4. Відмовляйтесь від небезпечних пропозицій – це \_\_\_\_\_ ризик.
5. Порушувати правила поведінки на воді – це \_\_\_\_\_ ризик.

**Завдання 3.** Назвіть середовище, зображене на малюнку (за правильно виконане завдання – 1 бал)

\_\_\_\_\_ середовище



**Завдання 4.** Установіть відповідність між навичками, що сприяють здоров'ю та складовими здоров'я (за кожну правильну відповідність – 1 бал)

- |                       |                               |
|-----------------------|-------------------------------|
| 1. Фізична складова   | А Чинити справедливо          |
| 2. Соціальна складова | Б Загартуватись               |
| 3. Психічна складова  | В Дружити щиро                |
| 4. Духовна складова   | Г Стримувати негативні емоції |

	А	Б	В	Г
1				
2				
3				
4				

Оцінка \_\_\_\_\_

Помітка вчителя \_\_\_\_\_

Прізвище, ім'я \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_ **II варіант**

### **Тема 1. ЖИТТЯ І ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ**

**Завдання 1.** Закінчіть речення (за правильно виконане завдання – 2 бали)

Благополуччя – це \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

**Завдання 2.** Вставте у речення пропущені слова (кожне правильно доповнене речення –1 бал)

1. Виділяють природне, техногенне й \_\_\_\_\_ середовища.
2. У надзвичайній ситуації небезпека загрожує \_\_\_\_\_ на \_\_\_\_\_.
3. Порушувати правила поведінки в школі – це \_\_\_\_\_ ризик.
4. Захищати слабшого від глузування – це \_\_\_\_\_ ризик.
5. Щоб зберегти здоров'я, необхідно набувати навичок \_\_\_\_\_ поведінки.

**Завдання 3.** Назвіть середовище, зображене на малюнку (за правильно виконане завдання – 1 бал)

\_\_\_\_\_ середовище



**Завдання 4.** Установіть відповідність між навичками, що сприяють здоров'ю та складовими здоров'я (за кожну правильну відповідність – 1 бал)

- |                       |                                     |
|-----------------------|-------------------------------------|
| 1. Фізична складова   | А Позитивно оцінювати себе та інших |
| 2. Соціальна складова | Б Співчувати іншим                  |
| 3. Психічна складова  | В Займатися спортом                 |
| 4. Духовна складова   | Г Доброзичливо спілкуватися         |

	А	Б	В	Г
1				
2				
3				
4				

Оцінка \_\_\_\_\_

Помітка вчителя \_\_\_\_\_

Прізвище, ім'я \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_ **I варіант**

## **Тема 2. НАВКОЛИШНЄ СЕРЕДОВИЩЕ І ЗДОРОВ'Я**

**Завдання 1.** Закінчіть речення (за правильно виконане завдання – 2 бали)

Природне середовище – це \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

**Завдання 2.** Вставте у речення пропущені слова (кожне правильно доповнене речення –1 бал)

1. Використовуючи у своїй діяльності різноманітні технічні пристрої, людина створює \_\_\_\_\_ середовище.
2. Пограбування, шахрайство, хуліганство – це \_\_\_\_\_ небезпеки \_\_\_\_\_ середовища.
3. Руйнування озонового шару – це \_\_\_\_\_ проблема довкілля.
4. Пожежі, вибухи, витік отруйних речовин – це \_\_\_\_\_ небезпеки.
5. Щоб захистити власну оселю, не можна відчиняти двері \_\_\_\_\_.

**Завдання 3.** Укажіть малюнки, на яких зображено отруйні рослини (за правильно виконане завдання – 2 бали)



А



Б



В



Г

А	Б	В	Г

**Завдання 4.** Доповніть пам'ятку (за правильно виконане завдання – 3 бали)

### **ПАМ'ЯТКА «ЯК ПРИСТОСУВАТИСЯ ДО СПЕКОТНОГО КЛІМАТУ»**

1. Носіть одяг \_\_\_\_\_
2. Одягайте білизну \_\_\_\_\_
3. Головний убір добирайте \_\_\_\_\_
4. Взуття вибирайте \_\_\_\_\_
5. Додержуйтеь \_\_\_\_\_
6. Вживайте \_\_\_\_\_

Оцінка \_\_\_\_\_

Помітка вчителя \_\_\_\_\_



Прізвище, ім'я \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_ **II варіант**

## **Тема 2. НАВКОЛИШНЄ СЕРЕДОВИЩЕ І ЗДОРОВ'Я**

**Завдання 1.** Закінчіть речення (за правильно виконане завдання – 2 бали)

Соціальне середовище – це \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

**Завдання 2.** Вставте у речення пропущені слова (кожне правильно доповнене речення – 1 бал)

1. Сонце, повітря, вода – це \_\_\_\_\_ чинники, що впливають на \_\_\_\_\_ людини.
2. Процес, коли відходи одного виробництва слугують сировиною для іншого, має назву \_\_\_\_\_ виробництво.
3. Аварія з викидом радіоактивних речовин – це \_\_\_\_\_ небезпека.
4. Утворення парникового ефекту – це \_\_\_\_\_ проблема довкілля.
5. Задля безпеки, йдучи з дому, не можна залишати відчиненими \_\_\_\_\_.

**Завдання 3.** Укажіть малюнки, на яких зображено отруйні гриби (за правильно виконане завдання – 2 бали)



А	Б	В	Г

**Завдання 4.** Доповніть пам'ятку (за правильно виконане завдання – 3 бали)

**ПАМ'ЯТКА «ЯК ПРИСТОСУВАТИСЯ ДО СУВОРОГО ХОЛОДНОГО КЛІМАТУ»**

1. Носіть одяг \_\_\_\_\_
2. Одягайте білизну \_\_\_\_\_
3. Головний убір добирайте \_\_\_\_\_
4. Взуття вибирайте \_\_\_\_\_
5. Додержуйтеь \_\_\_\_\_
6. Вживайте \_\_\_\_\_

Оцінка \_\_\_\_\_

Помітка вчителя \_\_\_\_\_

Прізвище, ім'я \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_ **I варіант**

### **Тема 3. ХАРЧУВАННЯ І ЗДОРОВ'Я**

**Завдання 1.** Закінчіть речення (за правильно виконане завдання – 2 бали)

Раціональне харчування – це \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

**Завдання 2.** Вставте у речення пропущені слова (кожне правильно доповнене речення –1 бал)

1. Поживні речовини, які містяться у продуктах харчування, є необхідними для утворення \_\_\_\_\_.
2. Якщо організм отримує більше або менше кілокалорій, ніж витрачає, це може призвести до \_\_\_\_\_.
3. Недостатнє споживання води призводить до \_\_\_\_\_ організму.
4. Для правильного обміну речовин, харчуватися потрібно \_\_\_\_\_ на день.
5. Харчування має бути помірним, але збалансованим і \_\_\_\_\_ за складом.

**Завдання 3.** Позначте малюнок, де діти витрачають найбільше енергії (за правильно виконане завдання – 1 бал)



А



Б



В

А	Б	В

**Завдання 4.** Установіть відповідність між вітамінами та їх найважливішими функціями в організмі людини (за кожну правильну відповідність – 1 бал)

1. Вітамін А

А Регуляція діяльності нервової системи

2. Вітамін В

Б Правильне формування скелета

3. Вітамін С

В Забезпечення процесів зору

4. Вітамін Д

Г Імунний захист організму, зміцнення судин

	А	Б	В	Г
1				
2				
3				
4				

Оцінка \_\_\_\_\_

Помітка вчителя \_\_\_\_\_

Прізвище, ім'я \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_ **II варіант**

### **Тема 3. ХАРЧУВАННЯ І ЗДОРОВ'Я**

**Завдання 1.** Закінчіть речення (за правильно виконане завдання – 2 бали)

Поживні речовини – це \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

**Завдання 2.** Вставте у речення пропущені слова (кожне правильно доповнене речення –1 бал)

1. Харчування, коли людина вживає різноманітну їжу в достатній кількості і певному співвідношенні, називають \_\_\_\_\_ харчуванням.
2. Калорійність і поживність харчового раціону мають відповідати \_\_\_\_\_ витратам організму.
3. Якщо пити забагато води, то ускладнюється робота \_\_\_\_\_.
4. Коли калорійність їжі більша, ніж енерговитрати організму виникає \_\_\_\_\_.
5. Співвідношення у харчовому раціоні білків, жирів, вуглеводів повинно бути \_\_\_\_\_.

**Завдання 3.** Позначте малюнок, де діти витрачають найменше енергії (за правильно виконане завдання – 1 бал)



А	Б	В

**Завдання 4.** Установіть відповідність між мінеральними речовинами та їх найважливішими функціями в організмі людини (за кожну правильну відповідність – 1 бал)

1. Залізо

А Забезпечення міцності кісток

2. Натрій

Б Участь у кровотворенні

3. Кальцій

В Утворення гормонів щитовидної залози

4. Йод

Г Підтримання водно-сольового балансу

	А	Б	В	Г
1				
2				
3				
4				

Оцінка \_\_\_\_\_

Помітка вчителя \_\_\_\_\_

Прізвище, ім'я \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_ **I варіант**

**Тема 4. ПРОФІЛАКТИКА ЙОДОДЕФІЦИТУ І ДІАБЕТУ. ХАРЧОВІ ОТРУЄННЯ**

**Завдання 1.** Закінчіть речення (за правильно виконане завдання – 2 бали)

Симптоми, які спостерігаються у хворого на діабет: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

**Завдання 2.** Вставте у речення пропущені слова (кожне правильно доповнене речення –1 бал)

1. Йод необхідний для повноцінного \_\_\_\_\_ та \_\_\_\_\_ дитини.
2. Зловживання цукерками, солодощами може призвести до захворювання, яке називається \_\_\_\_\_.
3. Ризиковано купувати продукти, якщо їх термін придатності \_\_\_\_\_, або \_\_\_\_\_ упаковка.
4. Продукти можуть стати шкідливими, якщо порушено правила їх \_\_\_\_\_.
5. Для профілактики йододефіциту, слід заправляти страви \_\_\_\_\_ сіллю.

**Завдання 3.** Виберіть продукти, які рекомендовано вживати при йододефіциті (за правильно виконане завдання – 2 бали)



А



Б



В



Г

А	Б	В	Г

**Завдання 4.** Доповніть пам'ятку (за правильно виконане завдання – 3 бали)

### **ПАМ'ЯТКА «ПЕРША ДОПОМОГА ПРИ ХАРЧОВОМУ ОТРУЄННІ»**

1. Викличте \_\_\_\_\_
2. Дайте випити \_\_\_\_\_
3. Сприниніть \_\_\_\_\_
4. Напійте \_\_\_\_\_
5. Покладіть \_\_\_\_\_
6. Зігрійте \_\_\_\_\_

Оцінка \_\_\_\_\_

Помітка вчителя \_\_\_\_\_



Прізвище, ім'я \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_ **II варіант**

**Тема 4. ПРОФІЛАКТИКА ЙОДОДЕФІЦИТУ І ДІАБЕТУ. ХАРЧОВІ ОТРУЄННЯ**

**Завдання 1.** Закінчіть речення (за правильно виконане завдання – 2 бали)

Ознаки харчового отруєння: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

**Завдання 2.** Вставте у речення пропущені слова (кожне правильно доповнене речення –1 бал)

1. Дефіцит Йоду може призвести до захворювання \_\_\_\_\_ залози.
2. В організмі людини надлишок вуглеводів перетворюється на \_\_\_\_\_, що відкладаються зайвими кілограмами.
3. Небезпечно купувати продукти, які мають \_\_\_\_\_ запах або \_\_\_\_\_ вигляд.
4. Продукти, куплені на стихійних ринках, можуть стати причиною \_\_\_\_\_.
5. У хворих на цукровий діабет порушується \_\_\_\_\_.

*Завдання 3. Виберіть продукти, які потрібно виключити при цукровому діабеті (за правильно виконане завдання – 2 бали)*



А



Б



В



Г

А	Б	В	Г

*Завдання 4. Доповніть відомості, які мають бути зазначені на упаковці харчових продуктів (за правильно виконане завдання – 3 бали)*

### **МАРКУВАННЯ ХАРЧОВИХ ПРОДУКТІВ**

1. Назва \_\_\_\_\_

2. Адреса \_\_\_\_\_

3. Харчова \_\_\_\_\_

4. Дата \_\_\_\_\_ і \_\_\_\_\_

5. Умови \_\_\_\_\_

6. Маса \_\_\_\_\_

Оцінка \_\_\_\_\_

Помітка вчителя \_\_\_\_\_

Прізвище, ім'я \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_ **I варіант**

### **Тема 5. ОСОБИСТА ГІГІЄНА**

**Завдання 1.** Закінчіть речення (за правильно виконане завдання – 2 бали)

Особиста гігієна – це \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

**Завдання 2.** Вставте у речення пропущені слова (кожне правильно доповнене речення –1 бал)

1. Засоби особистої гігієни слід добирати індивідуально, відповідно до \_\_\_\_\_.
2. Щоб уникнути появи прищів, очищати шкіру обличчя потрібно \_\_\_\_\_.
3. Якщо з'являється лупа, волосся стає ламким, слід звернутися до \_\_\_\_\_.
4. Для захисту рук під час прання, прибирання оселі, миття посуду, треба використовувати \_\_\_\_\_.
5. Для занять гімнастикою, танцями чи бігом потрібно вибирати спортивний одяг із тканин, що \_\_\_\_\_.

**Завдання 3.** Установіть відповідність між предметами і засобами особистої гігієни (за кожен правильну відповідність – 1 бал)



	А	Б	В	Г
1				
2				

1. Предмети догляду за обличчям
2. Засоби догляду за волоссям

**Завдання 4.** Доповніть пам'ятку (за правильно виконане завдання – 3 бали)

### ПАМ'ЯТКА «ДОГЛЯД ЗА ПОРОЖНИНОЮ РОТА»

1. Вживати \_\_\_\_\_
2. Не зловживати \_\_\_\_\_
3. Чистити зуби \_\_\_\_\_
4. Уникати \_\_\_\_\_
5. Зубну щітку міняти \_\_\_\_\_
6. Відвідувати стоматолога \_\_\_\_\_

Оцінка \_\_\_\_\_

Помітка вчителя \_\_\_\_\_

Прізвище, ім'я \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_ **II варіант**

### **Тема 5. ОСОБИСТА ГІГІЄНА**

**Завдання 1.** Закінчіть речення (за правильно виконане завдання – 2 бали)

Складові особистої гігієни: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

**Завдання 2.** Вставте у речення пропущені слова (кожне правильно доповнене речення –1 бал)

1. Добирати спортивний одяг потрібно відповідно до \_\_\_\_\_.
2. Щоб уникнути захворювань, не можна користуватися \_\_\_\_\_ предметами особистої гігієни.
3. Якщо виникають проблеми із шкірою обличчя, слід звернутися до \_\_\_\_\_.
4. Щоб мати здорові зуби, відвідувати стоматолога варто \_\_\_\_\_.
5. Щоб запобігти карієсу, потрібно правильно харчуватися, чистити зуби \_\_\_\_\_ на день.

**Завдання 3.** Установіть відповідність між предметами і засобами особистої гігієни (за кожен правильну відповідність – 1 бал)



	А	Б	В	Г
1				
2				

1. Засоби догляду за шкірою тіла
2. Предмети догляду за нігтями

**Завдання 4.** Доповніть пам'ятку (за правильно виконане завдання – 3 бали)

### ПАМ'ЯТКА «ПРАВИЛА ОСОБИСТОЇ ГІГІЄНИ»

1. Душ приймати \_\_\_\_\_
2. Обличчя очищати \_\_\_\_\_
3. Волосся мити \_\_\_\_\_
4. Нігті обрізати \_\_\_\_\_
5. Ноги мити \_\_\_\_\_
6. Не користуватись \_\_\_\_\_

Оцінка \_\_\_\_\_

Помітка вчителя \_\_\_\_\_

Прізвище, ім'я \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_ **I варіант**

## **Тема 6. РОЗВИТОК ПІДЛІТКА. ПОТРЕБИ, НАВИЧКИ І ЗВИЧКИ**

**Завдання 1.** Закінчіть речення (за правильно виконане завдання – 2 бали)

Навичка – це \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

**Завдання 2.** Вставте у речення пропущені слова (кожне правильно доповнене речення – 1 бал)

1. Харчування, одяг – це потреби \_\_\_\_\_, а спілкування, інтелектуальний розвиток – потреби \_\_\_\_\_.
2. Спосіб дії, поведінки, що став для людини постійним, звичним, характерним саме для неї називають \_\_\_\_\_.
3. Для збереження життя і зміцнення здоров'я треба набувати \_\_\_\_\_ звичок.
4. Грубість у спілкуванні з дорослими, переїдання – це \_\_\_\_\_ звички.
5. Гармонійність передбачає розвиток усіх здібностей, \_\_\_\_\_.

**Завдання 3.** До якої групи належать звички, зображені на малюнках (за правильно виконане завдання –1 бал)



А	Б

- А Корисні звички  
 В Шкідливі звички

**Завдання 4.** Установіть відповідність між звичками та їх наслідками (за кожну правильну відповідність – 1 бал)

- |                                 |                       |
|---------------------------------|-----------------------|
| 1. Доброзичливо спілкуватись    | А Профілактика хвороб |
| 2. Мити руки                    | Б Успішне навчання    |
| 3. Закривати газові вентиля     | В Багато друзів       |
| 4. Додержуватись розпорядку дня | Г Безпека оселі       |

	А	Б	В	Г
1				
2				
3				
4				

Оцінка \_\_\_\_\_

Помітка вчителя \_\_\_\_\_



Прізвище, ім'я \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_ **II варіант**

### **Тема 6. РОЗВИТОК ПІДЛІТКА. ПОТРЕБИ, НАВИЧКИ І ЗВИЧКИ**

**Завдання 1.** Закінчіть речення (за правильно виконане завдання – 2 бали)

Звичка – це \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

**Завдання 2.** Вставте у речення пропущені слова (кожне правильно доповнене речення – 1 бал)

1. Самовдосконалення, самореалізація – це потреби \_\_\_\_\_, а житло, безпека – потреби \_\_\_\_\_.
2. Багаторазове повторення тієї самої дії, доведення її до автоматизму перетворюють уміння на \_\_\_\_\_.
3. Шкодять здоров'ю, загрожують безпеці життя \_\_\_\_\_ звички.
4. Раціональне харчування, доброзичливе спілкування – це \_\_\_\_\_ звички.
5. Вікові особливості підліткового віку – категоричність і \_\_\_\_\_.

**Завдання 3.** До якої групи належать звички, зображені на малюнках (за правильно виконане завдання –1 бал)



А	Б

А Корисні звички

Б Шкідливі звички

**Завдання 4.** Установіть відповідність між звичками та їх наслідками (за кожну правильну відповідність – 1 бал)

1. Вітатись при зустрічі

А Охайність

2. Додержуватись правил особистої гігієни

Б Профілактика карієсу

3. Додержуватись правил Дорожнього руху

В Гарний настрій

4. Чистити зуби

Г Попередження травмування

	А	Б	В	Г
1				
2				
3				
4				

Оцінка \_\_\_\_\_

Помітка вчителя \_\_\_\_\_

Прізвище, ім'я \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_ **I варіант**

## **Тема 7. САМООЦІНКА І КРИТИЧНЕ МИСЛЕННЯ**

**Завдання 1.** Закінчіть речення (за правильно виконане завдання – 2 бали)

Самооцінка – це \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

**Завдання 2.** Вставте у речення пропущені слова (кожне правильно доповнене речення –1 бал)

1. Інформує про товари або види послуг, спонукає придбати товари \_\_\_\_\_  
реклама.
2. Мислити \_\_\_\_\_ означає ретельно обмірковувати судження, приймати рішення після оцінювання різних варіантів.
3. Соціальна реклама розрахована на \_\_\_\_\_.
4. При \_\_\_\_\_ самооцінці існує ризик захворіти на «зіркову хворобу».
5. Люди із \_\_\_\_\_ самооцінкою бояться критики оточуючих.

**Завдання 3.** Установіть відповідність між видами реклами (за кожну правильну відповідність – 1 бал)



А



Б



В



Г

	А	Б	В	Г
1				
2				

1. Комерційна реклама
2. Соціальна реклама

**Завдання 4.** Установіть відповідність між видами самооцінки та їх характеристиками (за кожну правильну відповідність – 1 бал)

1. Завищена
2. Занижена
3. Адекватна

- А Уміння визнавати власні помилки
- Б Зверхнє ставлення до інших
- В Невпевненість в собі

	А	Б	В
1			
2			
3			

Оцінка \_\_\_\_\_

Помітка вчителя \_\_\_\_\_

Прізвище, ім'я \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_ **II варіант**

## **Тема 7. САМООЦІНКА І КРИТИЧНЕ МИСЛЕННЯ**

**Завдання 1.** Закінчіть речення (за правильно виконане завдання – 2 бали)

Реклама – \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

**Завдання 2.** Вставте у речення пропущені слова (кожне правильно доповнене речення –1 бал)

1. Дбати про здоров'я, розв'язувати екологічні проблеми, раціонально використовувати природні ресурси закликає \_\_\_\_\_ реклама.
2. Щоб не ризикувати власним здоров'ям і життям, не зашкодити іншим, треба навчитися приймати \_\_\_\_\_ рішення.
3. Комерційна реклама розрахована на \_\_\_\_\_.
4. Люди із \_\_\_\_\_ самооцінкою бояться відстоювати власну точку зору.
5. Люди із \_\_\_\_\_ самооцінкою не визнають власних помилок.

**Завдання 3.** Установіть відповідність між видами реклами (за кожну правильну відповідність – 1 бал)



	А	Б	В	Г
1				
2				

1. Комерційна реклама
2. Соціальна реклама

**Завдання 4.** Установіть відповідність між видами самооцінки та їх характеристиками (за кожну правильну відповідність – 1 бал)

1. Завищена
2. Занижена
3. Адекватна

- А Перебільшення значення власних помилок
- Б Впевненість та відповідальність
- В Звинування інших у своїх невдачах

	А	Б	В
1			
2			
3			

Оцінка \_\_\_\_\_

Помітка вчителя \_\_\_\_\_

Прізвище, ім'я \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_ **I варіант**

**Тема 8. ПСИХОАКТИВНІ РЕЧОВИНИ. ВІЛ ТА СНІД**

**Завдання 1.** Закінчіть речення (за правильно виконане завдання – 2 бали)

Пасивне куріння – \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

**Завдання 2.** Вставте у речення пропущені слова (кожне правильно доповнене речення –1 бал)

1. Щоб попередити ВІЛ-інфікування, слід уникати контактів з чужою \_\_\_\_\_.
2. Людей, у яких виявлено вірус імунодефіциту в крові, називають \_\_\_\_\_.
3. Хронічне захворювання організму, яке спричинене зловживанням спиртними напоями, має назву \_\_\_\_\_.
4. Чадний газ, що міститься у тютюновому димі, витісняє кисень з крові і може спричинити \_\_\_\_\_.
5. Споживання наркотиків викликає стійку фізичну та психічну \_\_\_\_\_.

**Завдання 3.** Доповніть схему (за правильно виконане завдання – 2 бали)



**Завдання 4.** Установіть правильну послідовність дій при прийнятті зважених рішень (за правильно виконане завдання – 2 бали)

А Прийняти рішення

Б Подумати і обміркувати

В Діяти

Г Оцінити ситуацію

	А	Б	В	Г
1				
2				
3				
4				

Оцінка \_\_\_\_\_

Помітка вчителя \_\_\_\_\_



Прізвище, ім'я \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_ **II варіант**

### **Тема 8. ПСИХОАКТИВНІ РЕЧОВИНИ. ВІЛ ТА СНІД**

**Завдання 1.** Закінчіть речення (за правильно виконане завдання – 2 бали)

ВІЛ-інфекція – це \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

**Завдання 2.** Вставте у речення пропущені слова (кожне правильно доповнене речення –1 бал)

1. Для попередження інфікування ВІЛ у медичних установах працівники зобов'язані використовувати для ін'єкцій \_\_\_\_\_ шприци та системи переливання крові.
2. ВІЛ руйнує \_\_\_\_\_, яка захищає організм від інфекцій.
3. Захворювання, спричинене вживанням препаратів, віднесених до наркотичних має назву \_\_\_\_\_.
4. Під дією \_\_\_\_\_ функція печінки порушується, що спричиняє цироз.
5. Цигарковий дим містять канцерогенні речовини, здатні викликати \_\_\_\_\_.

**Завдання 3.** Доповніть схему (за правильно виконане завдання – 2 бали)



**Завдання 4.** Установіть правильну послідовність дій при прийнятті зважених рішень, коли треба протистояти тиску й маніпуляціям (за правильно виконане завдання – 2 бали)

А Відмовитись від пропозиції

Б Обміркувати, як діяти

В Оцінити небезпечність пропозиції

Г Спробувати протистояти тиску

	А	Б	В	Г
1				
2				
3				
4				

Оцінка \_\_\_\_\_

Помітка вчителя \_\_\_\_\_

Прізвище, ім'я \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_ **I варіант**

## **Тема 9. СПІЛКУВАННЯ І ЗДОРОВ'Я**

**Завдання 1.** Закінчіть речення (за правильно виконане завдання – 2 бали)

Комунікація – це \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

**Завдання 2.** Вставте у речення пропущені слова (кожне правильно доповнене речення –1 бал)

1. Комунікація є ефективною, коли існує \_\_\_\_\_ зв'язок, тобто відправник може зрозуміти, як сприйнято \_\_\_\_\_.
2. Стосунки, що виникають в колективі, групі людей, об'єднаних спільною роботою, інтересами мають назву \_\_\_\_\_.
3. При \_\_\_\_\_ стилі спілкування говорять, тихо, невпевнено, несміливо.
4. Доброзичливість і рішучість характеризують \_\_\_\_\_ стиль спілкування.
5. Жести, міміка, пантоміміка – це \_\_\_\_\_ засоби комунікації.

**Завдання 3.** Назвіть стосунки, зображені на малюнку (за правильно виконане завдання – 1 бал)



\_\_\_\_\_ стосунки

**Завдання 4.** Установіть відповідність між навичками ефективного спілкування (за кожну правильну відповідність – 1 бал)

1. Уміння говорити

А Не відволікатися

2. Уміння слухати

Б Поважати думку співрозмовника

3. Уміння уникати непорозумінь

В Усміхатись співрозмовнику

4. Уміння використовувати

Г Вживати загальновідомі слова

невербальні сигнали

	А	Б	В	Г
1				
2				
3				
4				

Оцінка \_\_\_\_\_

Помітка вчителя \_\_\_\_\_

Прізвище, ім'я \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_ **II варіант**

## **Тема 9. СПІЛКУВАННЯ І ЗДОРОВ'Я**

**Завдання 1.** Закінчіть речення (за правильно виконане завдання – 2 бали)

Комунікабельність – це \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

**Завдання 2.** Вставте у речення пропущені слова (кожне правильно доповнене речення –1 бал)

1. Комунікація відбувається тільки тоді, коли одна сторона \_\_\_\_\_, а друга \_\_\_\_\_.
2. Стосунки, які виникають між людьми, що мають спільні погляди та інтереси, довіряють одне одному, мають назву \_\_\_\_\_.
3. Інтонація, сила і тембр голосу є \_\_\_\_\_ засобами комунікації.
4. При \_\_\_\_\_ стилі спілкування діють тільки у власних інтересах.
5. Відстоювати власну точку зору допоможе \_\_\_\_\_ поведінка.

**Завдання 3.** Назвіть стосунки, зображені на малюнку (за правильно виконане завдання – 1 бал)



\_\_\_\_\_ стосунки

**Завдання 4.** Установіть відповідність між навичками ефективного спілкування (за кожну правильну відповідність – 1 бал)

1. Уміння говорити

А Уміти розпочинати розмову

2. Уміння слухати

Б Висловлювати думку чітко

3. Уміння уникати непорозумінь

В Контролювати власні жести

4. Уміння використовувати

Г Не перебивати співрозмовника

невербальні сигнали

	А	Б	В	Г
1				
2				
3				
4				

Оцінка \_\_\_\_\_

Помітка вчителя \_\_\_\_\_

Прізвище, ім'я \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_ **I варіант**

## **Тема 10. КОНФЛІКТИ І ЗДОРОВ'Я**

**Завдання 1.** Закінчіть речення (за правильно виконане завдання – 2 бали)

Конфлікт – це \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

**Завдання 2.** Вставте у речення пропущені слова (кожне правильно доповнене речення – 1 бал)

1. Розбіжності в переконаннях, поглядах, уподобаннях, смаках характеризують конфлікти \_\_\_\_\_.
2. Боротьба за лідерство в групі або класі – це конфлікт \_\_\_\_\_.
3. Гнів та інші негативні емоції можуть спровокувати \_\_\_\_\_ конфлікту.
4. Толерантість і тактовність допоможуть \_\_\_\_\_ розв'язувати конфлікти.
5. Щоб запобігти ескалації конфлікту, слід поводитися \_\_\_\_\_, не вживати \_\_\_\_\_ слів.

*Завдання 3. Назвіть спосіб розв'язання конфлікту (за правильно виконане завдання – 1 бал)*



\_\_\_\_\_

*Завдання 4. Установіть відповідність між способами розв'язання конфліктів інтересів (за кожну правильну відповідність – 1 бал)*

1. Ухилення

А Ігнорувати власні інтереси

2. Пристосування

Б Шукати рішення, яке задовольняє всіх

3. Суперництво

В Зволікати з рішенням проблеми

4. Співробітництво

Г Нав'язувати власну точку зору

	А	Б	В	Г
1				
2				
3				
4				

Оцінка \_\_\_\_\_

Помітка вчителя \_\_\_\_\_



Прізвище, ім'я \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_ **II варіант**

### Тема 10. КОНФЛІКТИ І ЗДОРОВ'Я

**Завдання 1.** Закінчіть речення (за правильно виконане завдання – 2 бали)

Ескалація конфлікту – це \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

**Завдання 2.** Вставте у речення пропущені слова (кожне правильно доповнене речення –1 бал)

1. Конфлікти поглядів розв'язують, ставлячись \_\_\_\_\_ до думок інших.
2. Уміння керувати емоціями, самоконтроль допоможуть \_\_\_\_\_ розв'язувати конфліктні ситуації.
3. Бажання одночасно користуватися одним плеєром – це конфлікт \_\_\_\_\_.
4. Вислів «На колір і смак товариш не всяк» характеризує конфлікт \_\_\_\_\_.
5. Щоб запобігти ескалації конфлікту, слід завжди говорити \_\_\_\_\_, не боятися визнавати \_\_\_\_\_.

*Завдання 3. Назвіть спосіб розв'язання конфлікту (за правильно виконане завдання – 1 бал)*



\_\_\_\_\_

*Завдання 4. Установіть відповідність між способами розв'язання конфліктів інтересів (за кожну правильну відповідність – 1 бал)*

- |                    |                                   |
|--------------------|-----------------------------------|
| 1. Ухилення        | А Йти на взаємні поступки         |
| 2. Пристосування   | Б Задовольняти лише власні цілі   |
| 3. Суперництво     | В Робити те, що вирішать інші     |
| 4. Співробітництво | Г Ігнорувати розв'язання проблеми |

	А	Б	В	Г
1				
2				
3				
4				

Оцінка \_\_\_\_\_

Помітка вчителя \_\_\_\_\_

Прізвище, ім'я \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_ **I варіант**

### **Тема 11. СТОСУНКИ З ОДНОЛІТКАМИ**

**Завдання 1.** Закінчіть речення (за правильно виконане завдання – 2 бали)

Насилля – це \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

**Завдання 2.** Вставте у речення пропущені слова (кожне правильно доповнене речення – 1 бал)

1. Психологічним насиллям є дії, що спричиняють \_\_\_\_\_.
2. У \_\_\_\_\_ компанії толерантно і доброзичливо ставляться одне до одного.
3. Ризикована поведінка характеризує \_\_\_\_\_ компанію.
4. Член групи може почуватися самотнім у \_\_\_\_\_ компанії.
5. Коли не вдається припинити агресію чи насильство, слід звернутися до \_\_\_\_\_ служби або міліції.

**Завдання 3.** Назвіть компанії (за правильно виконане завдання – 2 бали)



\_\_\_\_\_ компанія



\_\_\_\_\_ компанія

**Завдання 4.** Установіть відповідність між видами насилля та їх проявами (за кожну правильну відповідність – 1 бал)

- |                         |   |                                       |
|-------------------------|---|---------------------------------------|
| 1. Фізичне насилля      | А | Залякування, погрози                  |
| 2. Психологічне насилля | Б | Навмисне пошкодження особистого майна |
| 3. Економічне насилля   | В | Кидання різними предметами, стусани   |

	А	Б	В	Г
1				
2				
3				
4				

Оцінка \_\_\_\_\_

Помітка вчителя \_\_\_\_\_

Прізвище, ім'я \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_ **II варіант**

### **Тема 11. СТОСУНКИ З ОДНОЛІТКАМИ**

**Завдання 1.** Закінчіть речення (за правильно виконане завдання – 2 бали)

Агресія – це \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

**Завдання 2.** Вставте у речення пропущені слова (кожне правильно доповнене речення – 1 бал)

1. Економічним насиллям є дії, що спрямовані на \_\_\_\_\_.
2. Поширення шкідливих звичок характеризує \_\_\_\_\_ компанію.
3. Діляться на невеликі групи, які конкурують між собою у \_\_\_\_\_ компанії.
4. У \_\_\_\_\_ компанії поважають і підтримують одне одного.
5. Дії, що можуть спричинити тілесні ушкодження, називають \_\_\_\_\_ насиллям.

**Завдання 3.** Назвіть компанії (за правильно виконане завдання – 2 бали)



\_\_\_\_\_ компанія



\_\_\_\_\_ компанія

**Завдання 4.** Установіть відповідність між видами насилля та їх проявами (за кожну правильну відповідність – 1 бал)

- |                         |                           |
|-------------------------|---------------------------|
| 1. Фізичне насилля      | А Вимагання грошей, речей |
| 2. Психологічне насилля | Б Удари, штовхання        |
| 3. Економічне насилля   | В Приниження, обзивання   |

	А	Б	В	Г
1				
2				
3				
4				

Оцінка \_\_\_\_\_

Помітка вчителя \_\_\_\_\_

Прізвище, ім'я \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_ **I варіант**

**Тема 12. ПРАВИЛА КОРИСТУВАННЯ ВОДОГОНОМ, ЕЛЕКТРОПРИЛАДАМИ**

**Завдання 1.** Закінчіть речення (за правильно виконане завдання – 2 бали)

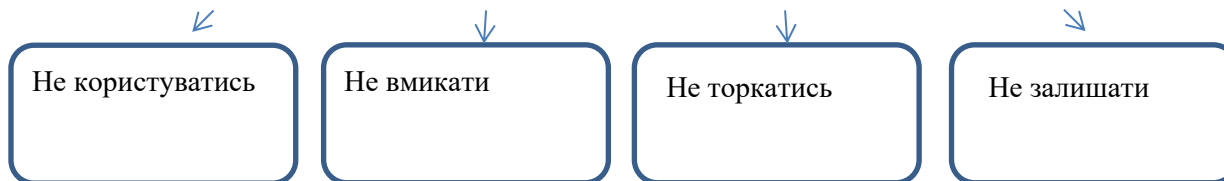
Теплова мережа – це \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

**Завдання 2.** Вставте у речення пропущені слова (кожне правильно доповнене речення –1 бал)

1. У водогінній мережі стежать, щоб якість води відповідала \_\_\_\_\_ нормам.
2. Відкритий водогінний кран у квартирі може призвести до \_\_\_\_\_.
3. Якщо прорвало трубу або батарею тепломережі і до оселі потрапляє гаряча вода, потрібно \_\_\_\_\_.
4. Перш ніж користуватися електроприладом, слід ознайомитись з \_\_\_\_\_.
5. Не можна заповнювати водою електроприлад, що \_\_\_\_\_.

**Завдання 3.** Доповніть схему «Правила користування електроприладами» (за правильно виконане завдання –2 бали)

**ПРАВИЛА КОРИСТУВАННЯ ЕЛЕКТРОПРИЛАДАМИ**



**Завдання 4.** Доповніть пам'ятку (за правильно виконане завдання – 3 бали)

**ПАМ'ЯТКА «ЩОБ ЗАПОБІГТИ ЗАТОПЛЕННЮ ПОМЕШКАННЯ»**

1. Стежити \_\_\_\_\_
2. Закривати \_\_\_\_\_
3. Перекривати \_\_\_\_\_
4. Не кидати \_\_\_\_\_
5. Не засмічувати \_\_\_\_\_
6. Ретельно перевіряти \_\_\_\_\_

Оцінка \_\_\_\_\_

Помітка вчителя \_\_\_\_\_



Прізвище, ім'я \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_ **II варіант**

**Тема 12. ПРАВИЛА КОРИСТУВАННЯ ВОДОГОНОМ, ЕЛЕКТРОПРИЛАДАМИ**

**Завдання 1.** Закінчіть речення (за правильно виконане завдання – 2 бали)

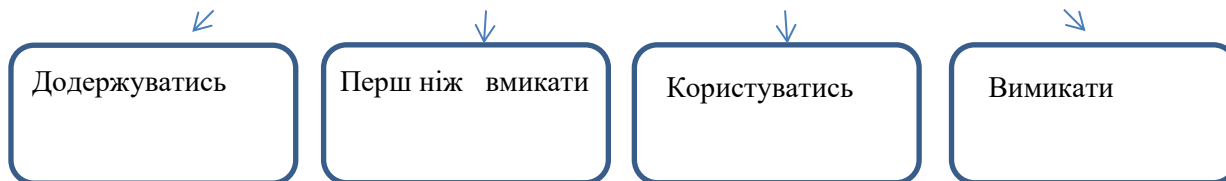
Водогінна мережа – це \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

**Завдання 2.** Вставте у речення пропущені слова (кожне правильно доповнене речення –1 бал)

1. Якість води в криницях перевіряє \_\_\_\_\_ служба.
2. Затоплення може виникнути, коли забиваються \_\_\_\_\_ труби.
3. Якщо прорвало трубу або батарею тепломережі і до оселі потрапляє гаряча вода, не можна \_\_\_\_\_.
4. Якщо перегоріла лампочка, перш ніж її замінити, необхідно \_\_\_\_\_.
5. Порушення правил користування електроприладами може призвести до пожежі і ураження \_\_\_\_\_.

**Завдання 3.** Доповніть схему «Правила користування електроприладами» (за правильно виконане завдання –2 бали)

**ПРАВИЛА КОРИСТУВАННЯ ЕЛЕКТРОПРИЛАДАМИ**



**Завдання 4.** Доповніть пам'ятку (за правильно виконане завдання – 3 бали)

**ПАМ'ЯТКА «ЯКЩО СТАЛОСЯ ЗАТОПЛЕННЯ ПОМІШКАННЯ»**

1. Негайно сповістити \_\_\_\_\_
2. Зателефонувати \_\_\_\_\_
3. Вимкнути \_\_\_\_\_
4. Перекрити \_\_\_\_\_
5. Поставити \_\_\_\_\_
6. Замотати \_\_\_\_\_

Оцінка \_\_\_\_\_

Помітка вчителя \_\_\_\_\_

Прізвище, ім'я \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_ **I варіант**

### **Тема 13. ГАЗОВІ ПРИЛАДИ. ЗАСОБИ ПОБУТОВОЇ ХІМІЇ**

**Завдання 1.** Закінчіть речення (за правильно виконане завдання – 2 бали)

Засоби побутової хімії – це \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

**Завдання 2.** Вставте у речення пропущені слова (кожне правильно доповнене речення –1 бал)

1. Якщо газ горить у погано провітрюваному приміщенні, він згорає не повністю, при цьому утворюється отруйний \_\_\_\_\_.
2. Зберігати лікарські засоби необхідно в \_\_\_\_\_ місці.
3. При використанні засобів побутової хімії слід додержуватись \_\_\_\_\_.
4. Якщо в приміщенні відчувається запах газу, не можна вмикати \_\_\_\_\_.
5. Якщо газ не горить, вентиля, встановлені на газовій трубі, мають перебувати в положенні \_\_\_\_\_.

**Завдання 3.** Назвіть знак, який використовують при маркуванні засобів побутової хімії (за правильно виконане завдання – 1 бал)



**Завдання 4.** Установіть відповідність між засобами побутової хімії та групами, до яких вони відносяться (за кожну правильну відповідність – 1 бал)

- |                        |                                  |
|------------------------|----------------------------------|
| 1. Відносно небезпечні | А Засоби для боротьби з комахами |
| 2. Небезпечні          | Б Пральні порошки                |
| 3. Вогнебезпечні       | В Відбілювальні засоби           |
| 4. Отруйні             | Г Розчинники                     |

	А	Б	В	Г
1				
2				
3				
4				

Оцінка \_\_\_\_\_

Помітка вчителя \_\_\_\_\_

Прізвище, ім'я \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_ **II варіант**

### **Тема 13. ГАЗОВІ ПРИЛАДИ. ЗАСОБИ ПОБУТОВОЇ ХІМІЇ**

**Завдання 1.** Закінчіть речення (за правильно виконане завдання – 2 бали)

Одоранти – це \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

**Завдання 2.** Вставте у речення пропущені слова (кожне правильно доповнене речення –1 бал)

1. Витік газу небезпечний, бо змішуючись із повітрям він утворює \_\_\_\_\_ суміш.
2. Лікарські засоби необхідно вживати відповідно до \_\_\_\_\_.
3. Не можна використовувати \_\_\_\_\_ засоби побутової хімії.
4. Удар по газовому балону або його падіння можуть призвести до \_\_\_\_\_.
5. Перш ніж користуватися газовою колонкою, слід перевірити \_\_\_\_\_ в димоході та вентиляційному каналі.

*Завдання 3. Назвіть знак, який використовують при маркуванні засобів побутової хімії (за правильно виконане завдання – 1 бал)*



*Завдання 4. Установіть відповідність між засобами побутової хімії та групами, до яких вони відносяться (за кожну правильну відповідність – 1 бал)*

- |                        |                                   |
|------------------------|-----------------------------------|
| 1. Відносно небезпечні | А Лаки, фарби                     |
| 2. Небезпечні          | Б Засоби для боротьби з гризунами |
| 3. Вогнебезпечні       | В Косметичні засоби               |
| 4. Отруйні             | Г Дезінфікуючі засоби             |

	А	Б	В	Г
1				
2				
3				
4				

Оцінка \_\_\_\_\_

Помітка вчителя \_\_\_\_\_

Прізвище, ім'я \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_ **I варіант**

**Тема 14. ПОЖЕЖНА БЕЗПЕКА ОСЕЛІ. ПРОЖИВАННЯ В ПРОМИСЛОВІЙ ЗОНІ**

*Завдання 1. Закінчіть визначення (за правильно виконане завдання – 2 бали)*

Промислові об'єкти – це \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

*Завдання 2. Вставте у речення пропущені слова (кожне правильно доповнене речення –1 бал)*

1. Організований вихід людей з місця можливої небезпеки називають \_\_\_\_\_.
2. Вибиратися із задимленого приміщення потрібно \_\_\_\_\_.
3. Про небезпеку населення сповіщають сигналом « \_\_\_\_\_ ».
4. Легкозаймисті речовини, що спливають над водою, можна загасити \_\_\_\_\_ або \_\_\_\_\_.
5. Якщо сталася аварія з витоком хлору, не можна ховатися в \_\_\_\_\_, бо хлор \_\_\_\_\_ за повітря.

*Завдання 3. Назвіть знак пожежної безпеки (за правильно виконане завдання – 1 бал)*



---

*Завдання 4. Установіть відповідність між промисловими об'єктами та групами, до яких вони належать (за кожну правильну відповідність – 1 бал)*

- |                                  |                                      |
|----------------------------------|--------------------------------------|
| 1. Радіаційно небезпечний об'єкт | А Хімічний завод                     |
| 2. Вибухонебезпечний об'єкт      | Б Атомна електростанція              |
| 3. Хімічно небезпечний об'єкт    | В Захисна гребля                     |
| 4. Гідротехнічна споруда         | Г Підприємство газової промисловості |

	А	Б	В	Г
1				
2				
3				
4				

*Оцінка* \_\_\_\_\_

*Помітка вчителя* \_\_\_\_\_



Прізвище, ім'я \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_ **II варіант**

**Тема 14. ПОЖЕЖНА БЕЗПЕКА ОСЕЛІ. ПРОЖИВАННЯ В ПРОМИСЛОВІЙ ЗОНІ**

**Завдання 1.** Закінчіть визначення (за правильно виконане завдання – 2 бали)

Стадії розвитку пожежі: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

**Завдання 2.** Вставте у речення пропущені слова (кожне правильно доповнене речення –1 бал)

1. Щоб своєчасно й безпечно вийти з оселі на випадок пожежі, необхідно розробити план \_\_\_\_\_.
2. Якщо під час пожежі загорівся одяг, не можна \_\_\_\_\_.
3. На початку пожежі для її гасіння можна використовувати \_\_\_\_\_.
4. Почувши сигнал «Увага всім!» потрібно негайно ввімкнути \_\_\_\_\_.
5. Якщо сталася аварія з витоком аміаку, ховатися слід \_\_\_\_\_, бо аміак \_\_\_\_\_ за повітря.

**Завдання 3.** Назвіть знак пожежної безпеки (за правильно виконане завдання – 1 бал)



\_\_\_\_\_

**Завдання 4.** Установіть відповідність між промисловими об'єктами та групами, до яких вони належать (за кожну правильну відповідність – 1 бал)

- |                                  |   |                                     |
|----------------------------------|---|-------------------------------------|
| 1. Радіаційно небезпечний об'єкт | А | Склад хімічний речовин              |
| 2. Пожежонебезпечний об'єкт      | Б | Дослідницька ядерна установка       |
| 3. Хімічно небезпечний об'єкт    | В | Гідроелектростанція                 |
| 4. Гідротехнічна споруда         | Г | Підприємство нафтової промисловості |

	А	Б	В	Г
1				
2				
3				
4				

Оцінка \_\_\_\_\_

Помітка вчителя \_\_\_\_\_

Прізвище, ім'я \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_ **I варіант**

### **Тема 15. БЕЗПЕКА РУХУ ВЕЛОСИПЕДИСТА**

**Завдання 1.** Закінчіть речення (за правильно виконане завдання – 2 бали)

Засоби безпеки велосипедиста: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

**Завдання 2.** Вставте у речення пропущені слова (кожне правильно доповнене речення –1 бал)

1. Рухатися по проїзній частині дороги на велосипедах дозволяється особам, що досягли \_\_\_\_\_.
2. За 50 м до виконання маневру велосипедист зобов'язаний \_\_\_\_\_.
3. Велосипедистам забороняється їздити, не тримаючись за \_\_\_\_\_.
4. Велосипедисту забороняється керувати велосипедом в темну пору доби і в умовах недостатньої видимості з вимкненим \_\_\_\_\_ чи без \_\_\_\_\_.
5. Рухаючись групами, велосипедисти повинні їхати \_\_\_\_\_.

**Завдання 3.** Поясніть маневри (за правильно виконане завдання – 2 бали)



\_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_

**Завдання 4.** Установіть відповідність між дорожніми знаками для велосипедистів (за кожен правильну відповідність – 1 бал)



	А	Б	В
1			
2			
3			
4			

- 1. Рух на велосипедах заборонено
- 2. Доріжка для пішоходів і велосипедистів

- 3. Виїзд велосипедистів
- 4. Пішохідний перехід

Оцінка \_\_\_\_\_

Помітка вчителя \_\_\_\_\_

Прізвище, ім'я \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_ **II варіант**

### **Тема 15. БЕЗПЕКА РУХУ ВЕЛОСИПЕДИСТА**

**Завдання 1.** Закінчіть речення (за правильно виконане завдання – 2 бали)

Елементи конструкції велосипеда, що впливають на безпеку руху: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

**Завдання 2.** Вставте у речення пропущені слова (кожне правильно доповнене речення –1 бал)

1. Порушення велосипедистом \_\_\_\_\_ може призвести до ДТП.
2. На дорозі велосипедисту заборонено повороти \_\_\_\_\_ і розвороти.
3. Велосипедистам забороняється їздити по тротуарах і \_\_\_\_\_ доріжках (крім дітей до 7 років на дитячих велосипедах під наглядом дорослих).
4. Забороняється перевозити на багажнику велосипеда \_\_\_\_\_ вантаж.
5. Для поїздок на велосипеді одяг повинен бути \_\_\_\_\_ кольору.

**Завдання 3.** Поясніть маневри (за правильно виконане завдання – 2 бали)



**Завдання 4.** Установіть відповідність між дорожніми знаками для велосипедистів (за кожну правильну відповідність – 1 бал)



А



Б



В

	А	Б	В
1			
2			
3			
4			

1. Рух пішоходів і велосипедистів заборонено
2. Доріжка для пішоходів і велосипедистів

3. Рух на велосипедах заборонено
4. Велосипедна доріжка

Оцінка \_\_\_\_\_

Помітка вчителя \_\_\_\_\_

Прізвище, ім'я \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_ **I варіант**

## **Тема 16. ПОВЕДІНКА В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ СИТУАЦІЯХ**

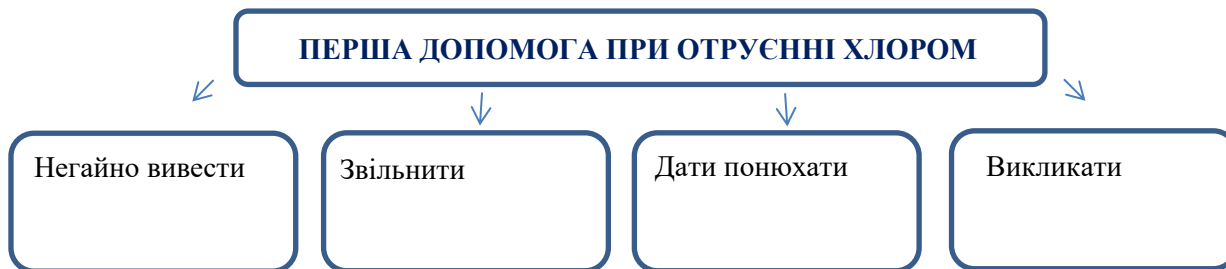
**Завдання 1.** Закінчіть речення (за правильно виконане завдання – 2 бали)

Перша медична допомога – це \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

**Завдання 2.** Вставте у речення пропущені слова (кожне правильно доповнене речення –1 бал)

1. У разі виклику служб захисту населення повідомлення мають бути \_\_\_\_\_.
2. Якщо на шкіру потрапило негашене вапно, не можна змивати його \_\_\_\_\_.
3. Через ураження електричним струмом може зупинитися \_\_\_\_\_.
4. При хімічних опіках шкіри рідкою речовиною уражене місце промивають \_\_\_\_\_ впродовж \_\_\_\_\_ хвилин.
5. При опіку шкіри засобом для чищення каналізаційних труб після промивання слід обробити уражене місце \_\_\_\_\_.

**Завдання 3.** Доповніть схему (за правильно виконане завдання – 2 бали)



**Завдання 4.** Установіть відповідність між номерами телефонів служб захисту населення та ситуаціями, при яких їх набирають (за кожну правильну відповідність – 1 бал)

- |        |                                      |
|--------|--------------------------------------|
| 1. 101 | А Артеріальна кровотеча              |
| 2. 102 | Б Знайдено вибухонебезпечний предмет |
| 3. 103 | В Напад і пограбування               |
| 4. 104 |                                      |

	А	Б	В
1			
2			
3			
4			

Оцінка \_\_\_\_\_

Помітка вчителя \_\_\_\_\_



Прізвище, ім'я \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_ **II варіант**

### **Тема 16. ПОВЕДІНКА В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ СИТУАЦІЯХ**

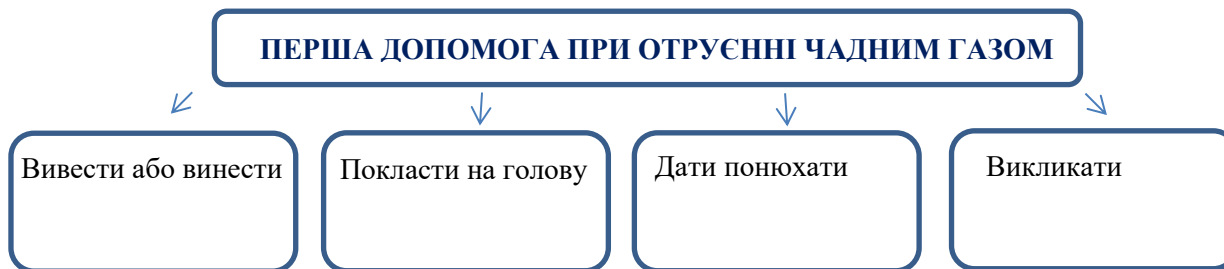
**Завдання 1.** Закінчіть речення (за правильно виконане завдання – 2 бали)

Служби захисту населення – це \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

**Завдання 2.** Вставте у речення пропущені слова (кожне правильно доповнене речення –1 бал)

1. До приїзду рятувальників постраждалим потрібно надати \_\_\_\_\_.
2. При проходженні через тіло людини електричний струм спричиняє \_\_\_\_\_.
3. Якщо на шкіру потрапила концентрована кислота, після промивання слід обробити уражене місце \_\_\_\_\_.
4. При потраплянні хімічної речовини в очі, їх ретельно промивають \_\_\_\_\_  
впродовж \_\_\_\_\_ хвилин.
5. У транспортному засобі обов'язково має бути \_\_\_\_\_ з ліками.

**Завдання 3.** Доповніть схему (за правильно виконане завдання – 2 бали)



**Завдання 4.** Установіть відповідність між номерами телефонів служб захисту населення та ситуаціями, при яких їх набирають (за кожну правильну відповідність – 1 бал)

- |        |                                 |
|--------|---------------------------------|
| 1. 101 | А Аварія системи газопостачання |
| 2. 102 | Б Укус дикої тварини            |
| 3. 103 | В Крадіжка телефону             |
| 4. 104 |                                 |

	А	Б	В
1			
2			
3			
4			

Оцінка \_\_\_\_\_

Помітка вчителя \_\_\_\_\_

## ЗМІСТ

<b>Тема 1. ЖИТТЯ І ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ</b>	
Варіант I .....	3
Варіант II .....	5
<b>Тема 2. НАВКОЛИШНЄ СЕРЕДОВИЩЕ І ЗДОРОВ'Я</b>	
Варіант I .....	7
Варіант II .....	9
<b>Тема 3. ХАРЧУВАННЯ І ЗДОРОВ'Я</b>	
Варіант I .....	11
Варіант II .....	13
<b>Тема 4. ПРОФІЛАКТИКА ЙОДОДЕФИЦИТУ І ДІАБЕТУ. ХАРЧОВІ ОТРУЄННЯ</b>	
Варіант I .....	15
Варіант II .....	17
<b>Тема 5. ОСОБИСТА ГІГІЄНА</b>	
Варіант I .....	19
Варіант II .....	21
<b>Тема 6. РОЗВИТОК ПІДЛІТКА. ПОТРЕБИ, НАВИЧКИ І ЗВИЧКИ</b>	
Варіант I .....	23
Варіант II .....	25
<b>Тема 7. САМООЦІНКА І КРИТИЧНЕ МИСЛЕННЯ</b>	
Варіант I .....	27
Варіант II .....	29
<b>Тема 8. ПСИХОАКТИВНІ РЕЧОВИНИ. ВІЛ ТА СНІД</b>	
Варіант I .....	31
Варіант II .....	33

<b>Тема 9. СПІЛКУВАННЯ І ЗДОРОВ'Я</b>	
Варіант I .....	35
Варіант II .....	37
<b>Тема 10. КОНФЛІКТИ І ЗДОРОВ'Я</b>	
Варіант I .....	39
Варіант II .....	41
<b>Тема 11. СТОСУНКИ З ОДНОЛІТКАМИ</b>	
Варіант I .....	43
Варіант II .....	45
<b>Тема 12. ПРАВИЛА КОРИСТУВАННЯ ВОДОГОНОМ, ЕЛЕКТРОПРИЛАДАМИ</b>	
Варіант I .....	47
Варіант II .....	49
<b>Тема 13. ГАЗОВІ ПРИЛАДИ. ЗАСОБИ ПОБУТОВОЇ ХІМІЇ</b>	
Варіант I .....	51
Варіант II .....	53
<b>Тема 14. ПОЖЕЖНА БЕЗПЕКА ОСЕЛІ. ПРОЖИВАННЯ В ПРОМИСЛОВІЙ ЗОНІ</b>	
Варіант I .....	55
Варіант II .....	57
<b>Тема 15. БЕЗПЕКА РУХУ ВЕЛОСИПЕДИСТА</b>	
Варіант I .....	59
Варіант II .....	61
<b>Тема 16. ПОВЕДІНКА В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ СИТУАЦІЯХ</b>	
Варіант I .....	63
Варіант II .....	65

















