**Завдання для тематичного оцінювання**

**за II семестр з основ здоров’я**

**9 клас**

**1 рівень** *(6 балів)*

***Оберіть правильні відповіді:***

**1. Самовизначення – це:**

а) 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.

**2. Виконання яких правил не сприятиме запам’ятовуванню?**

а) намагайтеся ставитися до матеріалу, який запам’ятовуєте, не байдуже, а з великим емоційним інтересом;

б) навчіться зосереджувати свою увагу на досліджуваному предметі;

в) намагайтеся зрозуміти матеріал, формуйте в себе свідомий вольовий намір запам’ятати його;

г) учіть і повторюйте великими дозами.

**3. 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.

**4. Щоб не потрапити під зомбуючий вплив ЗМІ потрібно розвивати навички критичного мислення:**

а) відкритість до інших думок;

б) надмірну довірливість;

в) фанатичну довіру певному сайту або лектору;

г) незалежність мислення, уміння дискутувати.

**5. Принцип «3 К»:**

а) кооперація;

б) конфронтація;

в) комунікація;

г) компроміс.

**6. Оберіть ознаки соціальної зрілості:**

а) здатність свідомо керувати своїми емоціями і поведінкою;

б) здатність налагоджувати і підтримувати здорові стосунки;

в) сформованість організму;

г) матеріальна незалежність;

д) спроможність створити і утримувати родину.

**7. ВІЛ не передається:**

а) при переливанні крові;

б) через спільне користування посудом;

в) при використанні нестерильних інструментів для пірсингу і татуювання;

г) через їжу, яку приготувала ВІЛ-інфікована людина;

д) від хворої матері до дитини;

ж) через піт чи слину;

**8. Умови попередження небезпечних ситуацій:**

а) слідувати порадам батьків і вчителів;

б) уміння передбачити наслідки своїх вчинків і вчинків оточуючих;

в) сподіватися на вдачу;

г) уміння розпізнати небезпечну ситуацію.

**9. Поняття «гендер» визначає?**

а) біологічну стать людини;

б) соціальну роль людини;

в) психологічний стан людини.

**10. Кримінальна відповідальність за деякі тяжкі злочини настає:**

а) 18 років;

б) 17 років;

в) 16 років;

г) 14 років.

**11. Можливі негативні наслідки ранніх статевих стосунків:**

а) зміцнення імунітету;

б) вагітність;

в) повага оточуючих;

г) захворювання статевої системи.

**12. Можливі симптоми, що з'являються в разі зараження ВІЛ-інфекцією:**

а) збільшення лімфатичних вузлів;

б) підвищення температури тіла до 37...39 °С;

в) втрата ваги до 10 % і більше;

г) тривалий розлад травлення.

**2 рівень** *(2 бали)*

**13. Які твердження щодо життєвих цінностей, морального розвитку особистості й самовиховання характеру є правильними?**

а) характер людини формується під безпосереднім впливом життєвих цінностей;

б) життєві цінності безпосередньо не впливають на суб'єктивну оцінку якості власного життя;

в) самовиховання характеру відбувається протягом усього життя й здійснюється поетапно;

г) життєві цінності не мають нічого спільного з характером людини.

**14. Оберіть правильні твердження:**

а) ВІЛ-інфікованим не можна ходити на звичайну роботу в офіс чи заходити у великі скупчення людей;

б) людина може інфікуватися ВІЛ, коли її вкусить ВІЛ-інфікована собака;

в) «Коли на мене чхне ВІЛ-інфікована людина, я теж можу інфікуватись»;

г) щоб убезпечитися від інфікування ВІЛ-інфекцією, потрібно знати шляхи передачі ВІЛ-інфекції.

**3 рівень** *(2 бали)*

**15. Напишіть перелік порад «Як запобігти перевтомі».**

**4 рівень** *(2 бали)*

**16. Складіть пам’ятку «Як не потрапити в тенета Інтернету».**