

**Комплексна діагностувальна робота: семестр I**

— Ми підбиваємо підсумок роботи за семестр I: виконуємо діагностувальну роботу. Нічого складного в ній немає, але треба бути уважним, пригадати вивчене й акуратно заповнювати роздруківку. До успіху — лише три кроки. У тебе все вийде. Щастя!

**КРОК 1**

З кількох варіантів відповідей вибери одну правильну й обведи її.

**1. Небезпека — це:**

- A.** Стан страху, невпевненості в складних життєвих ситуаціях
- B.** Відчуття дискомфорту в певних життєвих ситуаціях
- B.** Вплив будь-яких явищ, процесів, об'єктів, властивостей предметів, що можуть за певних умов завдати шкоди здоров'ю чи життю людини

**2. Температура, вологість повітря, атмосферний тиск, інфрачервоне освітлення, ультрафіолетове випромінювання, звук, шум, вібрації належать до такої групи чинників небезпеки:**

- A.** Фізичні
- B.** Хімічні
- B.** Біологічні
- Г.** Психофізіологічні

**3. Соціальні джерела небезпеки — це:**

- A.** Пожежі, транспортні аварії, викиди отруйних речовин у навколишнє середовище
- B.** Землетруси, виверження вулканів, селеві потоки, торнадо
- B.** Протиправні дії та насильство, тютюнопаління, вживання алкоголю та наркотиків, військові дії, терористичні акти
- Г.** Інфекційні захворювання, вірусні епідемії та пандемії

- 4.** Правило двох стін під час артилерійських обстрілів чи бомбардувань з повітря означає, що:
- А.** Треба прийняти горизонтальне положення в кімнаті між двома будь-якими стінами
  - Б.** Треба зайняти місце між двома стінами з відкритим виходом на вулицю
  - В.** Треба зайняти таке місце в оселі, щоб між тобою та вулицею було щонайменше дві стіни
- 5.** Про евакуацію населення попереджає такий сигнал:
- А.** Однотонні короткі гудки
  - Б.** Гудок потяга
  - В.** Довгий безперервний сигнал сирени щонайменше 30 секунд
- 6.** Укриття, які не є безпечними, — це:
- А.** Кущі або заглиблення в землі перед будинком
  - Б.** Цокольні та підвальні приміщення будинків, паркінги й підземні переходи
  - В.** Платформи станцій чи переходи метро
  - Г.** Бомбосховища
- 7.** До вибухонебезпечних належать такі предмети:
- А.** Боєприпаси, частини боєприпасів
  - Б.** Саморобні вибухові пристрої
  - В.** Уламки ракет, дронів
  - Г.** Усі відповіді правильні
- 8.** Воєнні небезпеки належать до такого виду небезпек:
- А.** Природні небезпеки
  - Б.** Соціальні небезпеки
  - В.** Техногенні небезпеки

Виконай завдання та напиши відповідь.

**9.** Опиши, як діяти в разі сигналу “Повітряна тривога”, якщо ти сам/сама вдома.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**10.** Марійка запізнюється в школу. На шкільному подвір’ї вже тихо і немає дітей. Під деревом Марійка помітила дитячий наплічник (рюкзак). Дівчинка підійшла трохи ближче, наплічник був гарний, рожевий, з блискучими камінчиками чи лампочками, які виблискували. Що, на твою думку, має зробити Марійка? Поясни відповідь.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## КРОК 2

З кількох варіантів відповідей вибери одну правильну й обведи її.

**1.** Ознаками інтелектуально здорової людини є:

- А.** Залежність від інших, постійна занепокоєність, звинувачення себе в допущених помилках і невдачах
- Б.** Ерудованість, обізнаність, здатність використовувати знання в житті
- В.** Відповідальність, зацікавленість у спілкуванні, емоційна врівноваженість, наполегливість, здатність до ефективного навчання

**2.** Відтвори алгоритм надання першої домедичної допомоги під час капілярної кровотечі (постав дії в правильному порядку):

- А.** Очисти рану рідким милом і водою (якщо це можливо)
- Б.** Підними уражену ділянку вище рівня серця, якщо це можливо, щоб зменшити кровотечу
- В.** Зафіксуй пов'язку на місці пластирем або бинтом
- Г.** Притисни рану чистою тканиною або марлею

**3.** Психічна рівновага — це:

- А.** Показник психічного здоров'я людини
- Б.** Психічний стан людини, коли вона може ефективно протистояти стресовим ситуаціям і зберігати позитивну самооцінку
- В.** Це стан психічного та фізичного напруження, що виникає як реакція організму на зміну внутрішнього або зовнішнього середовища
- Г.** Усі варіанти відповідей є правильними

**4. Екстремальні ситуації — це:**

- А.** Події, які спричиняють різку зміну нормальних умов життєдіяльності людини, викликають відчуття невизначеності, пригніченості, емоційного та психічного напруження
- Б.** Будь-які ситуації, до яких людина виявилася неготовою
- В.** Конфліктна ситуація, що може перерости в конфлікт
- Г.** Будь-яка незрозуміла ситуація

**5. Допомогти собі впоратися зі стресом...**

- А.** Неможливо, оскільки людина в стані стресу неспроможна логічно мислити та контролювати свої емоції
- Б.** Можливо, але треба знати спеціальні техніки
- В.** Не потрібно, оскільки людина з міцною психікою ніколи не перебуває в стані стресу

Виконай завдання та напиши відповідь.

**6. Назви корисні звички, що сприяють зміцненню психоемоційного здоров'я.**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**7.** Склади список особистих речей, якими не можна ділитися з іншими людьми.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**8.** Ти є свідком ракетної атаки. Перед тобою — постраждала людина. Вона нерухома, не може відповісти на запитання. Людина бліда, дуже спітніла, є сильний біль у животі. Ознаки якого ушкодження є в постраждалої особи? Правильно виклич швидку. опиши алгоритм дій домедичної допомоги.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### КРОК 3

З кількох варіантів відповідей вибери одну правильну й обведи її.

1. У процесі дорослішання відбуваються:

- А. Зміни у твоєму зовнішньому вигляді (змінюються пропорції тіла, обриси обличчя, голос тощо)
- Б. Зміни у твоєму ставленні до свого оточення, у характері, інтересах
- В. Зміни у твоїй свідомості, що приводять до розуміння й усвідомлення тобою відповідальності за власні вчинки
- Г. Правильними є всі відповіді, зазначені в пунктах А–В

2. У період дорослішання ти стаєш:

- А. Індивідом, оскільки ти, як будь-який організм, ростеш і зазнаєш змін
- Б. Індивідуальністю, оскільки в тебе розвиваються своєрідні, унікальні риси, які роблять тебе несхожим/несхожою на інших
- В. Особистістю, оскільки та взаємодієш з іншими людьми, засвоюєш норми поведінки та спілкування, розширюєш світогляд, розвиваєш інтелект, вчишся брати відповідальність за свої вчинки

3. Особистість — це:

- А. Те саме, що й індивід (ніякої відмінності між цими поняттями немає)
- Б. Те саме, що й індивідуальність (ніякої відмінності між цими поняттями немає)
- В. Людина зі сформованим світоглядом і відповідальністю
- Г. Біологічна істота, представник людського роду, частина природи, як і будь-який організм

**4. Відповідальність — це:**

- А.** Здатність людини передбачати результати власних дій, самостійно знаходити рішення й усвідомлювати їх наслідки
- Б.** Розуміння правильності своїх дій, впевненість у правильності своїх дій та рішень
- В.** Розуміння неправильності своїх дій, усвідомлення причин власних помилок
- Г.** Здатність вимогливо ставитися до себе та свого оточення (ровесників/ровесниць, батьків, знайомих та ін.)

**5. Самозарадність — це:**

- А.** Здатність людини передбачати результати своїх дій, уникати неприємних наслідків
- Б.** Розуміння правильності своїх дій, впевненість у правильності своїх дій та рішень
- В.** Розуміння неправильності своїх дій, усвідомлення причин власних помилок
- Г.** Відповідальність щодо себе

**6. Життєві цінності — це:**

- А.** Те, до чого ти прагнеш, чого досягаєш, докладаючи певних зусиль
- Б.** Твої пріоритети в стосунках з іншими людьми, у навчанні, будь-якій діяльності, житті загалом
- В.** Відповідальність щодо себе

**7. Самопізнання — це:**

- А.** Твоя здатність до усвідомлення власних думок і почуттів, розуміння причин того, що з тобою відбувається
- Б.** Відповідальність щодо себе
- В.** Пізнання тобою власних особливостей, переваг і недоліків, виявлення своїх позитивних та негативних якостей



**8. Портфоліо — це:**

- А.** Тека матеріалів, що демонструє твої навички, здібності, досягнення та досвід
- Б.** Збірка твоїх робіт (малюнків, письмових творів, контрольних і діагностичних тестів тощо)
- В.** Письмова розповідь про себе, що містить коротку історію життя від народження

Виконай завдання та напиши відповідь.

**9.** Пригадай наші обговорення про те, як треба долати перешкоди. Напиши рекомендацію з подолання перешкод і негараздів для улюбленого героя фільму, мультфільму чи книжки. Опиши проблему обраного персонажа. Надай йому рекомендації. Зроби висновок.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**10.** Пухнастокрил пішов до супермаркету. Він мав придбати продукти до святкового столу. Його мама планувала приготувати курку, броколі та пиріг з яблуками. Обери необхідні продукти. Поясни свій вибір.




---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---