

ПІДСУМКОВА РОБОТА ДО РОЗДІЛУ 3 «ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ»

1. Розфарбуйте чиники впливу відповідно до кількості відсотків їхнього впливу на стан здоров'я.



2. Поставте ✓ у відповідну колонку.

Твердження	Так	Ні
Потреби дефіциту (фізіологічні й соціальні) зазвичай потребують задоволення в першу чергу.		
Потреби розвитку — це потреби у спілкуванні, налагодженні стосунків.		
Звички полегшують життя і привносять у нього елемент стабільності.		
Сформовану звичку неможливо змінити.		
Одягати шкарпетки, починаючи з лівої ноги — це нейтральна звичка.		
Звички можуть формуватися свідомо і несвідомо.		

3. Напишіть по три переваги принципів здорового життя.

Раціональне харчування:



Особиста гігієна:



Повноцінний відпочинок



Фізичні навантаження



4. Обведіть правильний варіант відповіді.

1) Як планування може допомогти в досягненні цілей?

- а) Забороняє відпочивати та розважатися.
- б) Забезпечує систематичну організацію та виконання завдань.
- в) Планування не впливає на досягнення цілей.

2) Ефективне спілкування, навички співпереживання, протидія соціальному тиску, розв'язання конфліктів належать до:

- а) Когнітивних навичок.
- б) Емоційно-вольових навичок.
- в) Соціальних навичок.

3) Які з наведених правил профілактики хвороб є найважливішими для зменшення поширення вірусних інфекцій у школі?

а) Мити руки і робити щеплення.

б) Вчасно лягати спати.

в) Готувати їжу при правильній температурі.

4) Оцініть, наскільки ефективним є правило «не ділитися індивідуальними речами» для зниження ризику зараження інфекціями.

а) Дуже ефективно

б) Малоефективно

в) Залежить від ситуації

5. За допомогою підказки вставте у речення пропущені слова.

_____ не передаються від людини до людини, довго тривають (або стають хронічними) та повільно розвиваються.

Головна функція імунітету — виявляти небезпечних «чужинців» (мікроби, віруси, _____) та знищувати їх.

Інфекції верхніх дихальних шляхів, кишкові інфекції, вітряна віспа, ВІЛ/СНІД — це _____.

Однією з функцій системи громадського здоров'я є доступна та якісна _____.

У наш час дедалі більшої гостроти набуває проблема _____ серед усіх вікових груп.

інфекційні захворювання, ожиріння, токсини, медицина,
неінфекційні захворювання,