

Для учителя

16. Что характеризует человека, который ведёт здоровый образ жизни?
Заполни пробелы.

4 балла

Человек, который ведёт здоровый образ жизни, каждый день ест пять различных _____. Он избегает _____ и _____ еды. Также он избегает действий, причиняющих вред здоровью, таких, как например _____ и _____.

0,5б. 55 56

0,5б. 57

0,5б. 58

0,5б. 59

Насколько возможно, он передвигается из одного пункта в другой _____. Человек со здоровым образом жизни поступает с другими _____ и его настроение обычно _____.

0,5б. 60

0,5б. 61

0,5б. 62

ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ЗАДАНИЕ. Это задание выполни только после того, как ответишь на все остальные вопросы.

+ / V / -

Маарит была в гостях у своей подруги. На книжной полке её заинтересовала одна книга. Маарит попросила эту книгу почитать, но подруга ей отказала.

Приведи примеры различных способов того, как может Маарит воздействовать на подругу и добиться её согласия.

Какие из приведённых способов могут повредить отношениям подруг?

РЕСПУБЛИКАНСКАЯ УРОВНЕВАЯ РАБОТА

ЧЕЛОВЕКОВЕДЕНИЕ

6 КЛАСС

ВАРИАНТ Б

18 МАЯ 2009 ГОДА

ИМЯ И ФАМИЛИЯ УЧЕНИКА _____

ЛИЧНЫЙ КОД

ШКОЛА _____

УЕЗД _____

ОЦЕНКИ ЗА 1-, 2-, 3-ю ЧЕТВЕРТИ _____

СУММА БАЛЛОВ ЗА РАБОТУ _____

ОЦЕНКА ЗА РАБОТУ _____

RIIKLIK EKSAAMI- JA KVALIFIKATSIOONIKESKUS

- 1 коррекционное обучение
- 2 получает логопедическую помощь
- 3 обучается на основе индивидуальной программы
- 4 домашний язык отличается от языка обучения

1. Оцени нижеприведённые выражения. Отметь крестиком в соответствующей графе таблицы каждое выражение.

Для учителя

5 баллов

Выражение	верно	неверно
1) Употребление табачных изделий разрешено законом с 16-ти лет.		
2) Начиная с 18-ти лет, несовершеннолетним разрешается законом покупать алкоголь и табачные изделия.		
3) Пребывание в одном помещении с курящим человеком безопасно для здоровья.		
4) В состоянии кризиса человек всегда ведет себя нервно.		
5) Состояние кризиса может быть вызвано тем, что в жизни человека происходит сразу много больших изменений.		
6) Физические изменения в подростковом возрасте вызываются гормонами.		
7) Начало менструаций у девочек в подростковом возрасте свидетельствует о половой зрелости.		
8) Девушка не может забеременеть во время первого полового сношения.		
9) ВИЧ передается через слюну.		
10) ВИЧ поражает иммунную систему и вызывает СПИД.		

0,5б. 1

0,5б. 2

0,5б. 3

0,5б. 4

0,5б. 5

0,5б. 6

0,5б. 7

0,5б. 8

0,5б. 9

0,5б. 10

2. Какие из нижеперечисленных изменений, происходящих в переходном возрасте, относятся к девочкам? Отметь утверждения в таблице: верно или неверно.

5 баллов

Изменение, происходящее в переходном возрасте	верно	неверно
1. увеличивается рост		
2. появление прыщей		
3. ломка голоса		
4. рост волос под мышками		
5. развитие плечевого пояса		
6. расширение бедер		
7. созревание семенных клеток		
8. начало менструаций		
9. самопроизвольное семяизвержение		
10. созревание яйцеклеток		

0,5б. 11

0,5б. 12

0,5б. 13

0,5б. 14

0,5б. 15

0,5б. 16

0,5б. 17

0,5б. 18

0,5б. 19

0,5б. 20

13. Какие средства оказания первой помощи необходимо использовать в нижеприведённых случаях? Выбери подходящее средство первой помощи и зачеркни неверное.

Для учителя

5 баллов

При царапинах поврежденную поверхность необходимо очистить **специальным раствором/пантенолом**. При лёгких поверхностных повреждениях можно наложить **пластырь/шину**. При кровотечении необходимо **на рану наложить что-то холодное/перевязать рану**. В случае ушиба и растяжения необходимо на место повреждения положить **что-то холодное/что-то тёплое**. В случае ожога на поврежденную поверхность накладывают **сухую повязку/пантенол**.

0,5б. 48

0,5б. 49

0,5б. 50

0,5б. 51

0,5б. 52

14. В какое положение нужно поместить пострадавшего в нижеприведённом случае? Отметь описание верного положения крестиком.

1 балл

53

Ты стоишь вместе с Керту в очереди в гардеробе. Керту жалуется, что у неё кружится голова. Ты предлагаешь Керту пойти посидеть на расположенной в отдалении скамейке. Керту начинает идти, но падает на полупути и сильно ударяется головой об каменный пол. Керту остается лежать без сознания на полу.

Керту нужно положить в «шоковое» положение (положить пострадавшего на спину, освободить дыхательные пути, приподнять ноги, накрыть одеялом).

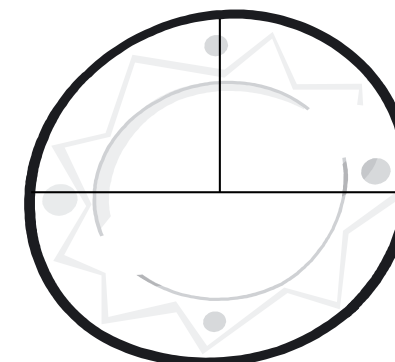
Керту нужно положить на бок в устойчивое боковое положение (положить на бок, расположенную сверху ногу согнуть в колене и руку поместить под туловище, другая рука помещается под щеку).

15. В чём заключается обеденное «правило тарелки»? Выбери из нижепредложенных продуктов на каждую часть тарелки один или несколько продуктов в соответствии с «правилом обеденной тарелки».

2 балла

54

Варёный картофель, салат из моркови, помидор, котлета, макароны, фарш, салат, сосиски, дольки огурцов, лосось-гриль, рис, гречка, филе курицы.



11. Какие способы разрешения проблемы являются эффективными, а какие неэффективными или временными в случае ссоры с другом? Напиши два примера обоих способов разрешения проблемы.

Для учителя

2 балла

Эффективные способы	1.
	2.
Неэффективные или временные способы	1.
	2.

16.

16.

12. Ознакомься с дневным меню Марты. Отметь крестиком каждый приём пищи. Подумай, дневное меню Марты отражает здоровый или нездоровый приём пищи.

4,5 баллов

время	продукты	здоровая пища	нездоровая пища
7.00	Мюсли с молоком, булка с сыром, чай		
9.00	1 яблоко		
13.00	Суп с курицей, творожный крем		
15.00	Пачка конфет-жвачек		
18.00	Картофельное пюре и котлета, салат со свёклой		
19.00	Картофельные чипсы, лимонад		
20.00	Ийогурт		
22.00	Два бутерброда с ветчиной, шоколадный батон, печенье, чай		

0,5б.

0,5б.

0,5б.

0,5б.

0,5б.

0,5б.

0,5б.

0,5б.

Дай Марте 2 совета, чтобы изменить её дневное меню и сделать его более полезным для здоровья.

1) _____

2) _____

26.

Для учителя

4 балла

3. Средства общения можно разделить на вербальные и невербальные. Распредели следующие средства общения в правильные группы: приветствия, мимика, дистанция между партнерами по общению, сленг/жаргон, зрительный контакт, оскорбления, жестикуляция, слова-паразиты.

Вербальные средства общения	Невербальные средства общения

4. Как поступит ученик с уверенным, агрессивным и зависимым стилем поведения, если в классном помещении его место занял одноклассник. Запиши отдельные типы поведения в таблицу.

4 балла

человек с уверенным стилем поведения	
человек с агрессивным стилем поведения	
человек с зависимым стилем поведения	

16.

16.

16.

Обоснуй, какой стиль поведения Ты считаешь в данной ситуации наилучшим.

16.

5. Человек имеет физические, духовные и социальные потребности. Зачеркни в нижеприведённом перечне то, что не относится к ним. Обоснуй свой выбор.

Для учителя
2 балла

питье, сон, путешествие, еда

1 б.

Обоснование:

1 б.

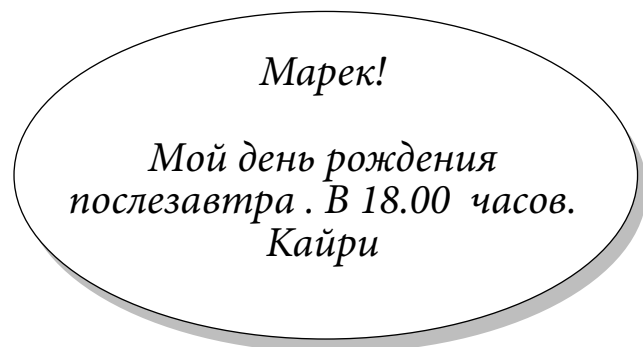
6. Приведи два примера из возможных жизненных ситуаций, которые могут повлиять на самооценку человека – снизить её.

2 балла

1) _____
2) _____

7.

2 балла



Что некорректно в приглашении Кайри?

1 б.

Составь корректный текст приглашения.

1 б.

8. Почему на улицах нужно вести себя вежливо? Приведи три обоснования.

1,5 балла

1) _____
2) _____
3) _____

9. Прочти нижеизложенное описание ситуации и проанализируй её.

Для учителя
4 балла

Вечер. Каарель обнаружил, что завтра предстоит тяжелая контрольная работа по истории, но времени на учёбу уже нет. Каарель пишет шпаргалку, хотя и с тяжелым сердцем. Никогда раньше он не пользовался шпаргалками на контрольных работах. Каареля мучает вопрос: пользоваться на контрольной работе шпаргалкой или нет?

Назови два минуса в каждом типе поведения.

	Минусы
Каарель использует шпаргалку во время контрольной работы	1.
	2.
Каарель не использует шпаргалку во время контрольной работы	1.
	2.

2 б.

2 б.

10. Прочитай нижеприведённое описание ситуации и подумай, с каким неэффективным способом разрешения проблемы имелось дело.

3 балла

Танел хотел пойти после школы вместе с другом Тарви кататься на скейте. Тарви, однако, отказался, так как обещал дома помочь маме складывать дрова. На следующий день Танел обиделся и решил не разговаривать с Тарви. Но и Тарви рассержен на Танеля, так как считает, что обида Танеля несправедлива и напрасна.

Какой неэффективный способ разрешения проблемы использовал Танел? Подчеркни соответствующий тип поведения.

- уход в себя,
- самооправдание,
- игнорирование проблемы

1 б.

Приведи примеры в отношении обоих мальчиков, как они смогли бы избежать возникшей проблемы.

Что мог бы предложить Тарви?

1 б.

Что мог бы предложить Танел?

1 б.