

## ПРОГРАМА САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ.

З інтегрованого курсу «Здоров'я, безпека та добробут»  
7 клас

Підручник : з інтегрованого курсу «Здоров'я, безпека та добробут».

Автор : (авт. Воронцова Т. В., Пономаренко В. С., Хомич  
О. Л., Лаврентьєва І. В., Андрук Н. В., Василенко К. С.) 7 клас

<https://shkola.in.ua/3128-zdorov-ia-bezpeka-ta-dobrobut-7-klas-vorontsova.html>

<https://vseosvita.ua>

Річна контрольна робота

№	Зміст навчального матеріалу	Очікувані результати	Джерела інформації	Інтерактивні завдання для самоперевірки
1	<b>Безпека людини.</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Наведіть приклади, що таке безпека і небезпека .</li><li>- Наведіть приклади ,які бувають надзвичайні ситуації воєнного характеру.</li><li>- Поясніть, які бувають загрози від вибухонебезпечних предметів.</li><li>- Знати правила дорожнього руху.</li><li>- Розуміти правила поведження під час переїздів та при дорожньо – транспортних пригодах.</li><li>- Застосовувати на практиці знання алгоритмів надання першої медичної допомоги, розуміти як долати стрес ,знати правила пожежної безпеки та порядок дій при пожежах.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li><a href="https://www.youtube.com/watch?v=A9RjQakkMKc">https://www.youtube.com/watch?v=A9RjQakkMKc</a></li><li><a href="https://www.youtube.com/watch?v=XNq3A2rw6B8">https://www.youtube.com/watch?v=XNq3A2rw6B8</a></li><li><a href="https://www.youtube.com/watch?v=EfnpLUcALps">https://www.youtube.com/watch?v=EfnpLUcALps</a></li><li><a href="https://www.youtube.com/watch?v=EVmvgRhXeYg">https://www.youtube.com/watch?v=EVmvgRhXeYg</a></li><li><a href="https://shkola.in.ua/3128-zdorov-ia-bezpeka-ta-dobrobut-7-klas-vorontsova.html">https://shkola.in.ua/3128-zdorov-ia-bezpeka-ta-dobrobut-7-klas-vorontsova.html</a></li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li><a href="https://vseosvita.ua/test/mozaika-zavdan-do-rozdilu-1-bezpeka-liudyny-7-klas-4556397.html">https://vseosvita.ua/test/mozaika-zavdan-do-rozdilu-1-bezpeka-liudyny-7-klas-4556397.html</a></li><li><a href="https://vseosvita.ua/test/ya-pasazhyr-pasazhyrka-4553972.html">https://vseosvita.ua/test/ya-pasazhyr-pasazhyrka-4553972.html</a></li><li><a href="https://vseosvita.ua/test/ya-pishokhid-4553941.html">https://vseosvita.ua/test/ya-pishokhid-4553941.html</a></li></ul>

2	<b>Здоров'я людини.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Поясніть що таке цілісність здоров'я, наведіть приклади основних чинників що впливають на здоров'я.</li> <li>- Поясніть, яке значення мають звички і життєві навички для здоров'я.</li> <li>- Знати правила та переваги здорового способу життя.</li> <li>- Що таке хвороба, імунітет, інфекція?</li> <li>- Наведіть приклади профілактики неінфекційних захворювань.</li> <li>- Поясніть, яка може бути користь від хвороби.</li> <li>- Застосуйте вміння складати план здорового способу життя.</li> </ul>	<p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=HxpWMBaBfZo">https://www.youtube.com/watch?v=HxpWMBaBfZo</a></p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=gMu8qHFdegs">https://www.youtube.com/watch?v=gMu8qHFdegs</a></p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=bEictAaWKsc">https://www.youtube.com/watch?v=bEictAaWKsc</a></p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=d411Z0gcWZQ">https://www.youtube.com/watch?v=d411Z0gcWZQ</a></p>	<p><a href="https://vseosvita.ua/test/profilaktyka-zakhvoriuvan-4559224.html">https://vseosvita.ua/test/profilaktyka-zakhvoriuvan-4559224.html</a></p> <p><a href="https://vseosvita.ua/test/znachennia-zvyчок-i-zhyttievych-navychok-dlia-zdorovia-4559040.html">https://vseosvita.ua/test/znachennia-zvyчок-i-zhyttievych-navychok-dlia-zdorovia-4559040.html</a></p> <p><a href="https://vseosvita.ua/test/tsilisnist-zdorovia-4559033.html">https://vseosvita.ua/test/tsilisnist-zdorovia-4559033.html</a></p>
3	<b>Фізична складова здоров'я</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Поясніть, які існують складові та ознаки фізичного здоров'я.</li> <li>- Застосуйте вміння складати самооцінку фізичної форми.</li> <li>- Поясніть, які бувають види фізичної активності.</li> <li>- Що таке здорове харчування?</li> <li>- Поясніть, з чого складається піраміда особистої гігієни.</li> <li>- Наведіть приклади які бувають будови шкіри, типи шкіри.</li> <li>- Що таке біологічні ритми?</li> <li>- Застосуйте знання прийомів тайм-</li> </ul>	<p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=ouP6b6hr6s">https://www.youtube.com/watch?v=ouP6b6hr6s</a></p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=sSq2AXa2hc">https://www.youtube.com/watch?v=sSq2AXa2hc</a></p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=BzZvLGe5G3E">https://www.youtube.com/watch?v=BzZvLGe5G3E</a></p>	<p><a href="https://vseosvita.ua/test/rukhova-aktyvnist-4559405.html">https://vseosvita.ua/test/rukhova-aktyvnist-4559405.html</a></p> <p><a href="https://vseosvita.ua/test/viktoryna-dovsesvitnoho-dnia-zdorovia-4281013.html">https://vseosvita.ua/test/viktoryna-dovsesvitnoho-dnia-zdorovia-4281013.html</a></p>

		менеджменту для практичного розподілу часу.		
4	<b>Психічна і духовна складові здоров'я</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Поясніть, як змінюється структура потреб у підлітковому віці.</li> <li>- Поміркуйте, які цінності важливіші для нас матеріальні чи духовні?</li> <li>- Що таке – відчуття, емоції, почуття?</li> <li>- Наведіть приклади ознак психологічної рівноваги.</li> <li>- Застосуйте вміння проведення самооцінки.</li> <li>- Поясніть, які бувають види стресу.</li> <li>- Застосуйте методи самопомоги при стресі на близьких .</li> <li>- Назвати три здорові способи отримати емоційне задоволення.</li> </ul>	<p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=uzwSTUdMLig">https://www.youtube.com/watch?v=uzwSTUdMLig</a></p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=na6QA1wSfGI">https://www.youtube.com/watch?v=na6QA1wSfGI</a></p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=qm743iPUZA8">https://www.youtube.com/watch?v=qm743iPUZA8</a></p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=cX2fHcMbRg8">https://www.youtube.com/watch?v=cX2fHcMbRg8</a></p>	<p><a href="https://vseosvita.ua/test/mozaika-znan-z-rozdilu-4-psykhichna-i-dukhovna-skladovi-zdorovia-7-klas-4558539.html">https://vseosvita.ua/test/mozaika-znan-z-rozdilu-4-psykhichna-i-dukhovna-skladovi-zdorovia-7-klas-4558539.html</a></p> <p><a href="https://vseosvita.ua/test/zdorovia-i-sposib-zhyttia-4559050.html">https://vseosvita.ua/test/zdorovia-i-sposib-zhyttia-4559050.html</a></p>

5	<b>Соціальна складова здоров'я.</b>	<p>- Розкажіть, які медичні та психологічні послуги можуть отримати підлітки в Україні.</p> <p>- Поясніть, що таке реклама ,в чому її мета.</p> <p>- Застосуйте вміння розпізнавати рекламні стратегії.</p> <p>- Поясніть, що таке кіберзлочини , методи протидії їм.</p> <p>- Знати, які бувають неінфекційні захворювання , їх профілактика.</p> <p>- Наведіть приклади інфекційних захворювань ,що набули соціального статусу.</p>	<p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=urXDWkg7bAs">https://www.youtube.com/watch?v=urXDWkg7bAs</a></p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=W6s0fHsD9rw">https://www.youtube.com/watch?v=W6s0fHsD9rw</a></p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=bEictAaWKsc">https://www.youtube.com/watch?v=bEictAaWKsc</a></p>	<p><a href="https://vseosvita.ua/test/vsesvitnii-den-borotby-z-tuberkulozom-4233708.html">https://vseosvita.ua/test/vsesvitnii-den-borotby-z-tuberkulozom-4233708.html</a></p> <p><a href="https://naurok.com.ua/test/socialna-skladova-zdorov-ya-2947247.html">https://naurok.com.ua/test/socialna-skladova-zdorov-ya-2947247.html</a></p>
6	<b>Добробут</b>	<p>-Поясніть що таке громадський добробут</p> <p>- Поясніть яке значення освіти .</p> <p>-Поясніть що таке особистий добробут, потреби людини.</p> <p>-Наведіть приклади складових особистого добробуту.</p> <p>- Застосуйте уміння ефективно вчитись, володіти навичками ефективного навчання.</p>	<p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=kjth4so_K5Y">https://www.youtube.com/watch?v=kjth4so_K5Y</a></p>	<p><a href="https://vseosvita.ua/test/doroslishannia-ta-osobystyi-dobrobut-4550638.html">https://vseosvita.ua/test/doroslishannia-ta-osobystyi-dobrobut-4550638.html</a></p> <p><a href="https://vseosvita.ua/test/kontrolna-robota-zbd-7-klas-3812913.html">https://vseosvita.ua/test/kontrolna-robota-zbd-7-klas-3812913.html</a></p>

### РЕКОМЕНДОВАНІ ВИДИ РОБОТИ:

- складання конспекту;
- виконання вправ та завдань з тем.