

УДК 37.016
ББК 74.200.55
Ж15

Серія «Мій конспект»
Заснована 2008 року

Автор — *Олена Миколаївна Жадан*,
учитель основ здоров'я Шелудьківського ліцею,
спеціаліст вищої категорії, старший учитель, практичний
психолог вищої категорії, керівник Зміївського РМО вчителів
основ здоров'я, Харківська обл.

Жадан О. М.

Ж15 Основи здоров'я. 8 клас. — Х. : Вид. група «Основа»,
2016. — 104 с. — (Серія «Мій конспект»).

ISBN 978-617-00-2825-9

Посібник створений за програмою «Основи здоров'я. 5–9 класи загальноосвітніх навчальних закладів» (редакція 2015 року). Конспекти всіх уроків курсу основи здоров'я для 7 класу розміщені на окремих аркушах і містять методично грамотно оформлену «шапку уроку» (мета, основні поняття, обладнання тощо), стислий опис кожного етапу, завдання для актуалізації та закріплення тощо. Також передбачено місце для власних записів учителя, що зробить розробку заняття по-справжньому авторською, але заощадить час для планування та оформлення.

Для вчителів основ здоров'я.

УДК 37.016
ББК 74.200.55

Навчальне видання

Серія «Мій конспект»

ЖАДАН Олена Миколаївна

ОСНОВИ ЗДОРОВ'Я. 8 КЛАС.

Головний редактор *В. І. Садкіна*
Відповідальний за видання *Ю. М. Афанасенко*
Технічний редактор *О. В. Лебедєва*
Коректор *О. В. Сосонна*

Підп. до друку 28.07.2016. Формат 84×108/16.
Папір газет. Друк офсет. Гарнітура Шкільна.
Ум. друк. арк. 10,92. Зам. № 14-05/19-05.

ТОВ «Видавнича група «Основа»
61001, м. Харків, вул. Плеханівська, 66
тел. (057) 731-96-33
e-mail: office@osnova.com.ua
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи
ДК № 2911 від 25.07.2007 р.

ISBN 978-617-00-2825-9

© Жадан О. М., 2016
© Корягін В. О., дизайн обкладинки, 2016
© ТОВ «Видавнича група «Основа», 2016

Зміст

Передмова	4
Розділ 1. Здоров'я людини (6 годин)	
Урок № 1. На порозі дорослого життя.	5
Урок № 2. Надзвичайні ситуації.	9
Урок № 3. Основні принципи порятунку і захисту людей у надзвичайних ситуаціях	13
Урок № 4. Основні положення законодавства України щодо порятунку і захисту людей у надзвичайних ситуаціях	17
Урок № 5. Визначення стану потерпілого. Перша допомога в разі надзвичайних ситуацій.	19
Урок № 6. Алгоритм рятування людей під час пожежі.	21
Розділ 2. Фізична складова здоров'я (7 годин)	
Урок № 7. Оздоровчі системи	23
Урок № 8. Фізичні якості людини. Вплив фізичної активності на здоров'я	25
Урок № 9. Безпека харчування	27
Урок № 10. Негативні наслідки незбалансованого харчування. Харчові добавки	29
Урок № 11. Симптоми харчового отруєння. Отруйні рослини і гриби	33
Урок № 12. Профілактика харчових отруєнь. Перша допомога в разі харчових отруєнь та кишкових інфекцій.	35
Урок № 13. Підсумковий урок. Узагальнення знань (за темами розділів 1, 2). Тестування.	37
Розділ 3. Психічна й духовна складові здоров'я (6 годин)	
Урок № 14. Становлення особистості	41
Урок № 15. Складові духовного розвитку особистості. Формування системи цінностей. Моральний розвиток особистості. Піраміда потреб. Планування майбутнього	45
Урок № 16. Краса і здоров'я	47
Урок № 17. Уміння вчитися	49
Урок № 18. Розвиток логічного та образного мислення	51
Урок № 19. Принципи запам'ятовування. Розвиток пам'яті та уваги.	53
Розділ 4. Соціальна складова здоров'я (16 годин)	
Тема 1. Соціальне благополуччя	
Урок № 20. Соціальні аспекти статевого дозрівання.	57
Урок № 21. Особливості дії тютюнового диму, алкоголю і наркотиків на розвиток репродуктивної системи підлітків.	59
Урок № 22. Психологічні і соціальні наслідки ранніх статевих стосунків, підліткової вагітності.	61
Урок № 23. Небезпека інфікування ВІЛ, інфекціями, що передаються статевим шляхом (ІПСШ).	63
Урок № 24. Віктимна поведінка. Кримінальна відповідальність за злочини сексуального характеру	65
Тема 2. Безпека в побуті й навколишньому середовищі	
Урок № 25. Безпека на дорозі	67
Урок № 26. Мотоцикл і безпека. Правила для мотоциклістів та пасажирів мотоцикла. Небезпека керування транспортним засобом у нетверезому стані.	69
Урок № 27. Екологічна безпека. Забруднення навколишнього середовища і здоров'я.	71
Урок № 28. Питна вода і здоров'я. Небезпека купання в забруднених водоймах	73
Урок № 29. Атмосферні забруднення та їхній вплив на здоров'я.	75
Урок № 30. Вплив забруднення ґрунтів на здоров'я	77
Урок № 31. Соціальна безпека.	79
Урок № 32. Захист від кримінальних небезпек. Поняття і межі допустимої самооборони. Основи самозахисту. Протидія торгівлі людьми	81
Урок № 33. Дитяча безпритульність і бездоглядність.	83
Урок № 34. Інформаційна безпека.	85
Урок № 35. Підсумково-узагальнювальний урок. Розробка проектів «Молодь обирає здоров'я»	87
Додатки	91
Орієнтовне календарно-тематичне планування уроків основ здоров'я у 8 класі	103

Передмова

Урок основ здоров'я — це не монолог учителя, а діалог його і учнів із життям, у нестримний потік якого занурюємося щомиті.

Зробити заняття пошуком відповідей на безліч питань, шляхом до здорового способу життя, самовдосконалення, джерелом насолоди та успіху — ось орієнтири для творчих педагогів.

Методичний посібник побудовано за принципом: іти назустріч. Учителі і учні працюють спільно, бо в них єдина мета — будувати безпечний світ здорових людей.

Ми не прагнемо обмежити ваш вибір під час підготовки уроків, а лише пропонуємо розгорнуті плани-конспекти всіх уроків курсу. Вони орієнтовні, але цікаві, об'ємні, але економлять ваш дорогий час. Усі розробки мають добре сплановану ту частину, яка вимагає чітких формулювань: тема, мета, опис обладнання, тип уроку, структура. На даному етапі розвитку освіти нікому не треба доводити важливість мотиваційного компоненту структури уроку. Тут ви знайдете їх, 35 цікавих і різноманітних етапів.

Набридло і вам, і учням традиційно починати урок? Чудово! Вдихніть життя в наші ідеї та пропозиції!

Витрачаєте багато часу на підбір оздоровлювальних вправ? Відпочиньте, скористайтеся нашими пропозиціями. До ваших послуг руханки, офтальмо-тренаж, релаксація, дихальна гімнастика тощо.

Відчуваєте, що учні бажають робити додаткові домашні завдання з основ здоров'я? Пропонуємо до кожного уроку кілька варіантів! Диференціюйте на здоров'я.

Ми намагалися врахувати побажання і рекомендації чинної програми МОН України «Основи здоров'я. 5–9 класи загальноосвітніх навчальних закладів» та Державного стандарту базової і повної загальної середньої освіти 2011 року.

На сірих уроках сплять мозок і серце. І навіть коли методично все було зроблено правильно, все одно урок не відбувся. Тому ми намагалися зробити уроки емоційними, такими, що бентежать, розбурхують. Учні повинні жити темою, а не проходити тему. Цим стверджується особлива роль уроку «Основи здоров'я» в розвитку особистості учня, формуванні життєвих навичок, компетентностей і ставлень.

Якщо нам вдалося хоча б у чомусь допомогти вам, наші зусилля були не марними. Якщо наш посібник стане для вас помічником у проведенні уроків основ здоров'я, отже, нам вдалося створити якісний продукт.

О. М. Жадан, автор

Розділ 1. ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ (6 годин)

УРОК № 1

Дата _____

Клас _____

Тема. НА ПОРОЗІ ДОРОСЛОГО ЖИТТЯ

Фізіологічна, психологічна та соціальна зрілість. Соціальні ролі і життєві навички в сучасному світі. Самооцінювання рівня зрілості та готовності до дорослого життя

Мета: формувати поняття про фізіологічну, психологічну, соціальну зрілість; дати уявлення про соціальні ролі, життєві навички; розвивати навички аналізу, систематизації; виховувати активну позицію в навчальній діяльності та повсякденному житті.

Обладнання: ілюстративний матеріал, схема «Складові зрілості», папір А4, картки для вправи «Мої гідності, мої недоліки» (за кільк. учнів), картки з написами «людина — природа», «людина — техніка», «людина — людина», «людина — знакова система», «людина — художній образ», музичний супровід («Разноцветный мир детства» муз. О. Сокольська, сл. П. Виноградова, викон. А. Каткова, Філ Фастер; «Доросле життя», викон. Невідомий та А. Чех).

Тип уроку: засвоєння нових знань.

Хід уроку

I. ОРГАНІЗАЦІЙНИЙ МОМЕНТ

Привітання, створення позитивного настрою

(муз. супровід «Разноцветный мир детства»)

II. АКТИВІЗАЦІЯ ЧУТТЄВОГО ДОСВІДУ, ОПОРНИХ ЗНАНЬ УЧНІВ

— Про кого й у який час було зроблено таке зауваження: «Коли я був маленьким хлопчиком, нас учили шанувати і поважати старших, але сьогодні молодь думає, що вони найрозумніші, і не терплять жодних обмежень»?

(Відповіді учнів.)

Понад 3000 років тому так висловлювався Геосід, античний поет.

III. МОТИВАЦІЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ УЧНІВ

— Як знання про особливості вікових періодів можуть допомогти (або нашкодити) людині? (Відповіді учнів.)

У процесі свого індивідуального розвитку кожна людина проходить певні етапи, кожний із яких відзначається своїми особливостями й відіграє в нашому житті певну роль. Знання про це допомагають долати труднощі, які виникають у кожному з життєвих періодів людини.

IV. ПОВІДОМЛЕННЯ УЧНЯМ ТЕМИ, МЕТИ ТА ЗАВДАНЬ УРОКУ

1. Слухання уривка притчі «Олівець». Початок

Перш ніж покласти олівець до коробки, майстер відклав його вбік.

— Є п'ять речей, які ти повинен знати, — сказав він олівцю, — перш ніж я відправлю тебе в світ. Завжди пам'ятай про них і ніколи не забувай, і тоді ти станеш кращим олівцем, яким тільки можеш бути...

— Продовження почуєте наприкінці уроку.

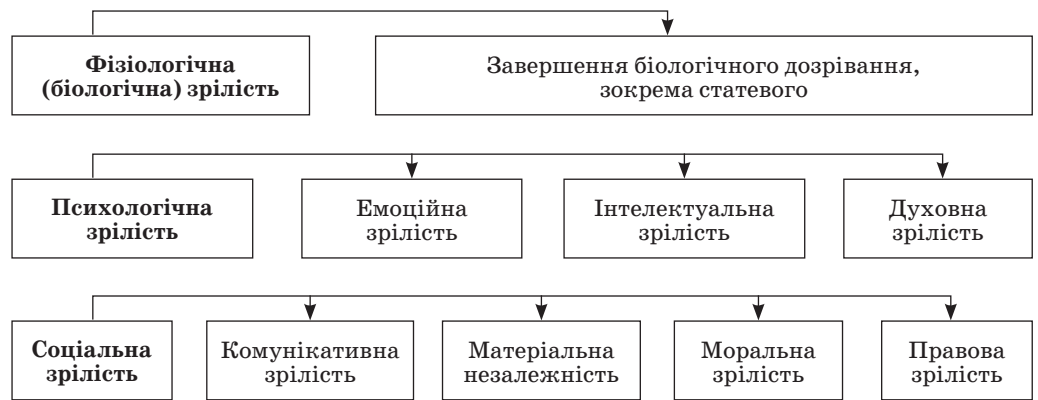
2. Вправа «Мозковий штурм»

— Прочитайте тему уроку, що записана на дошці. Сформулюйте мету і завдання.

— Чому притчу такого змісту обрано для нашого сьогоднішнього уроку?

V. ОСМИСЛЕННЯ УЧНЯМИ ЗНАНЬ

1. Глосарій. Поняття «зрілість людини» та її складові



2. Глосарій. Поняття «соціальна роль» та «життєві навички»

Соціальна роль — це спосіб поведінки, який відповідає прийнятним у суспільстві нормам, залежить від соціального статусу людини і засвоюється в процесі соціалізації.

Життєві навички — це здатність до адаптації, поведінки і подолання труднощів повсякденного життя. (Визначення ВООЗ) (див. Додатки)

VI. УЗАГАЛЬНЕННЯ ТА СИСТЕМАТИЗАЦІЯ ЗНАНЬ

1. Робота в групах (3). Складання схеми «Ознаки зрілості».

— Складіть перелік ознак, за якими можна констатувати ...

I група — ... фізіологічну зрілість людини,

II група — ... психологічну зрілість людини,

III група — ... соціальну зрілість людини.

1.1. Презентація роботи груп. Складання спільної схеми «Ознаки зрілості»

2. Практична робота. Самооцінювання рівня зрілості та готовності до дорослого життя

2.1. Вправа «Мої переваги, мої недоліки» (за індивідуальними картками).

— Заповніть таблицю, враховуючи свої переваги і недоліки, запишіть можливості, які є у вас завдяки вашим чеснотам, і ті обмеження, які випливають із ваших недоліків.

КАРТКА ДЛЯ ВПРАВИ «МОЇ ПЕРЕВАГИ, МОЇ НЕДОЛІКИ»

Мої переваги:

1	2	3
---	---	---

Мої недоліки:

1	2	3
---	---	---

Мої можливості:

1	2	3
---	---	---

Обмеження:

1	2	3
---	---	---

3. Оздоровлювальна вправа. Руханка «Вставалки-пересідалки»

Виділяють 5 типів професій за сферою діяльності: людина — природа, людина — техніка, людина — людина, людина — знакова система, людина — художній образ.

Учні отримують картки з одним із перерахованих типів професій.

Я називаю професію, а ви змінюєте місця: ті, хто вважає, що ця професія належить до типу професій, аркуш із назвою якої ви тримаєте в руках. Наприклад, професія «стоматолог» — переміщуються класною кімнатою учні, які отримали картки з написом «людина-людина».

4. Робота за підручником (у парах)

— Знайдіть у тексті й зачитайте інформацію, яка може доповнити ваші знання про соціальні ролі й життєві навички.

5. Слухання та обговорення притчі «Олівець». Закінчення

...Перше — ти зможеш зробити багато великих речей, але лише в тому випадку, якщо ти дозволиш комусь тримати тебе у своїй руці.

Друге — ти будеш переживати хворобливе обточування час від часу, але це буде необхідним, щоб стати кращим олівцем.

Третє — ти будеш здатний виправляти помилки, які допускаєш.

Четверте — твоя найбільш важлива частина буде завжди перебуватиме всередині тебе.

А головне: де б тебе не використовували, скільки б ти не витратив сил, продовжуй писати.

— Зробіть висновки зі змісту прослуханої притчі. Пов'яжіть їх із темою уроку.

VII. ПІДБИТТЯ ПІДСУМКІВ УРОКУ

1. Рефлексія (музичний супровід, пісня «Доросле життя»)

— Хто з вас вважає себе соціально зрілою людиною повністю, а хто — частково?

— Наскільки важливою є тема цього уроку для вашого подальшого розвитку?

VIII. ДОМАШНЄ ЗАВДАННЯ

Обов'язкове:

- опрацювати матеріал підручника щодо вивченої теми (§ __, с. ____);

додаткові (на вибір, за бажанням):

- підготувати матеріали для оформлення портфоліо «Я — здорова людина» (див. Додатки)

Дата _____

Клас _____

ДОДАТКИ ДО УРОКУ 1

ЖИТТЄВІ НАВИЧКИ, ЩО СПРИЯЮТЬ ЗДОРОВОМУ СПОСОБУ ЖИТТЯ

Навички	Різноманітність навичок	Результати навчальної діяльності
Життєві навички, що сприяють фізичному здоров'ю	Навички раціонального харчування	<ul style="list-style-type: none">• дотримання режиму харчування;• уміння складати харчовий раціон з урахуванням реальних можливостей, потреб та користі;• вміння визначати й зберігати високу якість харчових продуктів
	Навички рухової активності	<ul style="list-style-type: none">• виконання ранкової зарядки;• регулярні заняття фізичною культурою, руховими іграми, фізичною працею

Навички	Різноманітність навичок	Результати навчальної діяльності
	Режим праці та відпочинку	<ul style="list-style-type: none"> • вміння чергувати розумову та фізичну активність; • вміння знаходити час для регулярного харчування й повноцінного відпочинку
	Санітарно-гігієнічні навички	<ul style="list-style-type: none"> • навички особистої гігієни; • уміння проводити гігієнічні процедури (доглядати за шкірою, зубами, волоссям тощо)
Життєві навички, що сприяють соціальному здоров'ю	Навички ефективного спілкування	<ul style="list-style-type: none"> • уміння слухати; • уміння чітко висловлювати свої думки; • уміння виражати свої почуття; • уміння просити про послугу або допомогу; • володіння невербальною мовою (жести, міміка, інтонація тощо); • адекватна реакція на критику
	Навички співчуття	<ul style="list-style-type: none"> • уміння розуміти почуття, потреби і проблеми інших людей; • уміння висловити це розуміння; • уміння зважати на почуття інших людей; • уміння допомагати та підтримувати
	Навички розв'язування конфліктів	<ul style="list-style-type: none"> • уміння розрізняти конфлікти поглядів і конфлікти інтересів; • уміння розв'язувати конфлікти поглядів на основі толерантності; • уміння розв'язувати конфлікти інтересів за допомогою конструктивних переговорів
	Навички поведінки в умовах тиску, погроз, дискримінації	<ul style="list-style-type: none"> • уміння уникати небезпечних ситуацій і діяти в разі загрози насилля; • уміння обстоювати свою позицію та відмовлятися від небажаних пропозицій, зокрема й пов'язаних із залученням до куріння, вживання алкоголю, наркотичних речовин тощо; • уміння розрізняти прояви дискримінації, зокрема щодо людей з особливими потребами, ВІЛ-інфікованих і хворих на СНІД; • навички впевненої поведінки, зокрема застережливих дій щодо ВІЛ/СНІДу
	Навички спільної діяльності та співробітництва	<ul style="list-style-type: none"> • уміння працювати в команді; • уміння адекватно оцінювати свої здібності, свій внесок у спільну діяльність; • уміння визнавати внесок інших у спільну роботу
Життєві навички, що сприяють духовному та психічному здоров'ю	Самоусвідомлення та самооцінка	<ul style="list-style-type: none"> • позитивне ставлення до себе, інших людей, до життєвих перспектив; • уміння реально оцінювати свої здібності та можливості; • адекватна самооцінка; • уміння адекватно сприймати оцінки інших людей
	Навички самоконтролю	<ul style="list-style-type: none"> • уміння правильно виражати свої почуття; • уміння контролювати прояви гніву; • уміння долати тривогу; • уміння переживати невдачі; • уміння раціонально планувати час
	Мотивація успіху та тренування волі	<ul style="list-style-type: none"> • уміння зосереджуватися на досягненні мети; • розвиток наполегливості та працьовитості; • установки на успіх та віра в себе
	Аналіз проблем і прийняття рішень	<ul style="list-style-type: none"> • уміння визначати суть проблеми та причини її виникнення; • здатність сформулювати декілька варіантів розв'язання проблеми; • уміння передбачити наслідки кожного з варіантів для себе та інших людей; • уміння оцінювати реальність кожного з варіантів, враховуючи власні можливості та життєві обставини; • здатність обирати оптимальні рішення
	Визначення життєвих цілей та програм	<ul style="list-style-type: none"> • уміння визначати життєві цілі, керуючись своїми потребами, нахилами, здібностями; • уміння визначати пріоритети й раціонально використовувати час; • уміння планувати свою діяльність, враховуючи аналіз можливостей і обставин

Тема. **НАДЗВИЧАЙНІ СИТУАЦІЇ****Класифікація надзвичайних ситуацій. Аналіз повідомлень засобів масової інформації про надзвичайні ситуації**

Мета: формувати поняття про надзвичайні ситуації, їх класифікацію, основні причини та можливі наслідки для життя і здоров'я людини; розвивати навички аналізу повідомлень засобів масової інформації про надзвичайні ситуації, спостережливості, вміння розуміти причиново-наслідкові зв'язки; виховувати свідому відповідальність за вибір своїх дій та прийняті рішення.

Обладнання: ілюстративний матеріал, таблиця «Класифікація надзвичайних ситуацій», друковані ЗМІ з повідомленнями про надзвичайні ситуації, мультимедійне обладнання та презентація.

Тип уроку: комбінований.

Хід уроку

I. ОРГАНІЗАЦІЙНИЙ МОМЕНТ

1. Привітання, встановлення позитивного настрою

2. Створення атмосфери довіри та доброзичливості

II. ПЕРЕВІРКА ВИКОНАННЯ УЧНЯМИ ДОМАШНЬОГО ЗАВДАННЯ**Фронтальне опитування**

- Дайте коротку характеристику підліткового віку.
- Порівняйте підлітковий вік із молодшим шкільним, назвавши основні відмінності й новоутворення.
- Який вік мають на увазі, коли говорять «На порозі дорослого життя»?
- Коли підлітка вважають соціально (фізично, психологічно...) зрілою людиною?

III. ПЕРЕВІРКА РАНІШЕ ЗАСВОЄНИХ ЗНАТЬ

1. Тестування (див. Додатки)

IV. МОТИВАЦІЯ НАВЧАННЯ УЧНІВ І ПОВІДОМЛЕННЯ ТЕМИ, МЕТИ ТА ЗАВДАНЬ УРОКУ

1. Розв'язування кросворда, пов'язаного з темою уроку (див. Додатки)

2. Відповіді на запитання

- Що ви знаєте про надзвичайні ситуації? Наведіть приклади.
- Хто з вас може сказати, що ніколи не доведеться застосовувати життєві навички та знання про надзвичайні ситуації?

V. АКТУАЛІЗАЦІЯ ЧУТТЄВОГО ДОСВІДУ УЧНІВ

1. Інформаційне повідомлення «НС у світі» (мультимедійний та ілюстративний супровід)

2. Питання до класу

- Які ознаки зрілості людини сприяють виживанню в надзвичайних ситуаціях? Назвіть їх.

VI. СПРИЙНЯТТЯ ТА УСВІДОМЛЕННЯ УЧНЯМИ НОВОГО НАВЧАЛЬНОГО МАТЕРІАЛУ

1. Глосарій. Поняття «надзвичайна ситуація» Класифікація надзвичайних ситуацій

Надзвичайна ситуація (НС) — порушення нормальних умов життя і діяльності людей на об'єкті або території, спричинене аварією, катастрофою, стихійним лихом, епідемією, епізоотією, епіфітотією, великою пожежею, застосуванням засобів ураження або іншою небезпечною подією, що призвели або можуть призвести до загибелі людей та/або значних матеріальних витрат.

Ознакою надзвичайної ситуації є наявність або загроза загибелі людей та тварин, або значне погіршення умов їхньої життєдіяльності; заподіяння великих економічних збитків, істотне погіршення стану навколишнього природного середовища.

Відповідно до характеру походження подій, що можуть зумовити виникнення надзвичайних ситуацій на території України, розрізняють:

- надзвичайні ситуації техногенного характеру;
- надзвичайні ситуації природного характеру;
- надзвичайні ситуації соціально-політичного характеру, пов'язані з протиправними діями терористичного й антиконституційного спрямування;
- надзвичайні ситуації воєнного характеру, пов'язані з наслідками застосування зброї або засобів масового ураження.

Крім того, відповідно до територіального поширення, обсягів заподіяних або очікуваних економічних збитків кількості людей, які загинули, за класифікаційними ознаками визначають чотири рівні надзвичайних ситуацій (див. Додатки).

2. Вправа «Мозковий штурм». Причини виникнення НС в Україні

Учні озвучують власні міркування щодо причин виникнення НС в Україні, потім учитель демонструє їх перелік на слайді презентації.

3. Метод «Коментарі щодо...»

Учням демонструють слайди мультимедійної презентації, на яких зафіксовано джерела виникнення НС різних видів. У ході обговорення коментують складові інформаційного потоку.

4. Оздоровлювальна вправа. Самомасаж



VII. ОСМИСЛЕННЯ, УЗАГАЛЬНЕННЯ ТА СИСТЕМАТИЗАЦІЯ ЗНАТЬ

1. Робота за підручником (у парах). Взаємонавчання та взаємоперевірка

— Поставте одне одному три запитання за змістом прочитаного.

2. Робота у групах (3)

Групи отримують друковані або електронні засоби масової інформації (журнали, газети), які містять повідомлення про надзвичайні ситуації у світі.

Завдання: оберіть для виступу перед аудиторією кілька найрезонансних статей, проаналізуйте їх і висловіться щодо причин та наслідків НС.

I група складає повідомлення про НС природного походження;
 II група складає повідомлення про НС техногенного походження;
 III група складає повідомлення про НС соціально-політичного походження.

Дата _____

Клас _____

3. Презентація роботи у групах

VIII. ПІДБИТТЯ ПІДСУМКІВ УРОКУ

Саморефлексія

- Чи справдились ваші очікування?
- Про що хочеться поговорити в кінці уроку?
- Яку проблему хотілось би порушити?

IX. ДОМАШНЄ ЗАВДАННЯ

Обов'язкове:

- опрацювати матеріал підручника щодо вивченої теми (§ __, с. ____);

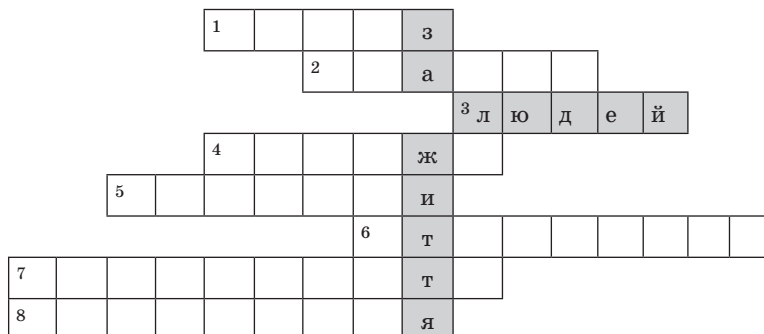
додаткові (на вибір, за бажанням):

- підготувати проект «НС: запобігати, уникати, діяти»;
- скласти статтю «Як підвищити свою готовність до дій у разі виникнення НС».

ДОДАТКИ ДО УРОКУ 2

ТЕСТУВАННЯ

1. Складові якої зрілості людини мають на увазі, коли говорять: «Зрілість людини не залежить від віку чи статі»?
 - А Фізіологічної;
 - Б психологічної;
 - В соціальної.
2. Біологічною називають зрілість...
 - А фізіологічну;
 - Б психологічну;
 - В соціальну.
3. Компонентом соціальної зрілості є:
 - А завершення біологічного дозрівання;
 - Б матеріальна незалежність;
 - В емоційна зрілість.
3. Життєві навички — це...
 - А спосіб поведінки, який відповідає прийнятим у суспільстві нормам, реалізований в очікуваннях оточення і залежить від соціального статусу людини;
 - Б певні зрушення у фізіологічному розвитку й статевому дозріванні підлітка;
 - В здатність до адаптації, поведінки і подолання труднощів повсякденного життя.



1. Однією з причин захворювання великої кількості людей у зимку є сильний... (мороз).
2. Наслідком виходу з ладу обладнання на виробництві можуть бути... (аварії).
3. Небезпечні ситуації створюють загрозу життю і здоров'ю... (людей).
4. Майже неможливо загасити торф'яні... (пожежі).
5. Спринити небезпечну ситуацію може явище... (природи).
6. Під час пожеж шкідливі викиди забруднюють... (атмосферу).
7. Під час надзвичайних ситуацій не можна... (панікувати).
8. Наслідком обледеніння поверхні доріг у зимку є... (ожеледиця).

Класифікація НС відповідно до територіального поширення, обсягів заподіяних або очікуваних економічних збитків кількості людей, які загинули

1)	надзвичайна ситуація загальнодержавного рівня	це надзвичайна ситуація, яка розвивається на території двох та більше областей або загрожує трансграничним перенесенням, а також у разі, коли для її ліквідації необхідні матеріали і технічні ресурси в обсягах, що перевищують власні можливості окремої області, але не менше одного відсотка обсягу видатків відповідного бюджету
2)	надзвичайна ситуація регіонального рівня	це надзвичайна ситуація, яка розвивається на території двох або більше адміністративних районів (міст обласного значення) — Автономної Республіки Крим, областей, міст Києва та Севастополя, або загрожує перенесенням на територію суміжної області України, а також у разі, коли для її ліквідації необхідні матеріальні і технічні ресурси в обсягах, що перевищують власні можливості окремого району, але не менше одного відсотка обсягу видатків відповідного бюджету
3)	надзвичайна ситуація місцевого рівня	це надзвичайна ситуація, яка виходить за межі потенційно небезпечного об'єкта, загрожує поширенням самої ситуації або її вторинних наслідків на довкілля, сусідні населені пункти, інженерні споруди, а також у разі, коли для її ліквідації необхідні матеріальні і технічні ресурси в обсягах, що перевищують власні можливості потенційно небезпечного об'єкта, але не менше одного відсотка обсягу видатків відповідного бюджету. До місцевого рівня також належать усі надзвичайні ситуації, які виникають на об'єктах житлово-комунальної сфери та інших, що не входять до затверджених переліків потенційно небезпечних об'єктів
4)	надзвичайна ситуація об'єктного рівня	це надзвичайна ситуація, яка розгортається на території об'єкта або на самому об'єкті і наслідки якої не виходять за межі об'єкта або його санітарно-захисної зони