

Основи здоров'я 9 клас
Підсумкова контрольна робота (екстернат)
за 2019-2020 н.р.

1. Які твердження щодо самореалізації в підлітковому віці є правильними? I. Для формування особистості надзвичайно важливою є самоорганізація. II. Самореалізуватися — означає відобразити свій внутрішній світ у діяльності, показати його іншим людям. III. Формування особистості здійснюється виключно в підлітковому віці.

- А** лише I та II
- Б** I, II та III
- В** лише I та III
- Г** лише II та III

2. Учні, які беруть участь у Всеукраїнських олімпіадах з біології, здійснюють:

- А** соціальну самореалізацію
- Б** пасивну самореалізацію
- В** професійну самореалізацію
- Г** творчу самореалізацію

3. Два учні на уроках з основ здоров'я обговорювали процеси самопізнання і формування особистості. Перший учень сказав, що самопізнання може заважати використанню своїх можливостей у навчанні й у спілкуванні з іншими людьми. Інший заперечив, що самопізнання є засобом найповнішого використання своїх можливостей і здібностей. Хто з них правий?

- А** лише другий
- Б** обидва неправі
- В** лише перший
- Г** обидва праві

4.Оцінку людиною власних можливостей, якостей, переваг і недоліків називають:

- А самооцінкою
- Б самопізнанням
- В саморозвитком
- Г самореалізацією

5.Самореалізація — це:

- А виявлення й розвиток своїх здібностей в усіх сферах діяльності
- Б вибір критеріїв і норм оцінювання себе, формування власних цінностей з огляду на потреби соціуму
- В усвідомлення й оцінка власних дій, психічних процесів і станів
- Г оцінка власних здібностей, якостей і вчинків, оцінка самого себе як особистості

6.Які твердження щодо формування особистості є правильними? I. Особистість людини формується шляхом самопізнання, самовизначення, самовиховання, самоконтролю, самооцінки.II. Особистість має такі якості, як відповідальність, гідність, індивідуальність, громадська активність, твердість поглядів і переконань.III. Самопізнання є необхідною умовою саморозвитку особистості.

- А лише I та II
- Б I, II та III
- В лише I та III
- Г лише II та III

7.Референтна група — це люди:

- А думка яких є для нас важливою
- Б наказам яких ми підкоряємося
- В чиєї інформації ми не довіряємо
- Г думку яких ми не враховуємо

8. Два учні на уроках з основ здоров'я обговорювали чинники, що впливають на самооцінку людини. Перший учень сказав, що на самооцінку людини впливає рівень її домагань, бо саме співставлення рівня своїх домагань з реальними результатами своєї діяльності впливає на самооцінку. Інший учень вважав, що на самооцінку особистості впливають насамперед думки інших людей, бо людина орієнтується в своїй поведінці на оцінку референтної групи. Хто з них правий?

- А** лише другий
- Б** обидва неправі
- В** лише перший
- Г** обидва праві

9. Життєве самовизначення:

- А** пов'язане з пошуком сенсу свого життя, вибором стилю й стратегії життя
- Б** це пошук відповідей на запитання: «Яких норм поведінки дотримуватися?», «Як ставитися до інших людей?», «Як оцінювати себе й свої вчинки?»
- В** полягає в обранні професії за власним рішенням, а не під зовнішнім впливом
- Г** пов'язане з формуванням цінностей, пошуком відповіді на запитання: «Яким бути?»

10. Завдяки емоціям ми краще розуміємо одне одного. Яка це функція емоцій?

- А** комунікативна
- Б** нейтральна
- В** регулювальна
- Г** захисна

11. Два учні на уроках з основ здоров'я обговорювали методи самоконтролю. Перший учень сказав, що самоконтроль поведінки — це контроль лише власних дій, а ось контролювати свої думки

при цьому зовсім необов'язково. Інший заперечив, що, навпаки, самоконтроль поведінки неодмінно передбачає вміння контролювати свої думки. Хто з них правий?

- А** лише другий
- Б** обидва неправі
- В** лише перший
- Г** обидва праві

12.Які твердження щодо вміння вчитися є правильними? I. Ніхто не може нас примусити захотіти навчатися, бо навчання є процесом суто особистим, ніхто не може за нас навчатися, нам тільки можуть допомогти, а навчатися ми маємо самі.II. Для кожної людини характерний свій індивідуальний стиль навчання.III. Для ефективного навчання треба вміти планувати свій час.

- А** лише I та II
- Б** I, II та III
- В** лише I та III
- Г** лише II та III

Бланк відповідей на тестові завдання 2019 - 2020 н.р
з предмету «Основи здоров'я» 9 клас

(П.І.Б учня)

Роботу надіслати на електронну пошту lorakor67@gmail.com

№ запитання	Відповіді			
	А	Б	В	Г
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				