

ПІДСУМКОВА СЕМЕСТРОВА РОБОТА

7 клас, 1 семестр

Загальна інструкція щодо виконання роботи

Семестрова робота складається з блоків I —V і містить **16 завдань** різних типів.

Завдання передбачають надання відповіді шляхом вибору однієї або кількох відповідей чи встановлення відповідності, а також надавати пояснення до певних дій чи виборів з варіантів відповідей, створювати визначений продукт.

Інструкція до всіх типів завдань наведена перед роботою.

На виконання всіх завдань відведено 40 хв, з яких 15 хвилин — на виконання відкритих завдань з розгорнутою відповіддю (15, 16), решта часу — на інші блоки завдань.

1. Відповіді на завдання позначайте / записуйте / зберігайте у відведених місцях зрозуміло й чітко.
2. Намагайтеся виконати максимальну кількість завдань, раціонально розподіляючи відведений час. Додаткового часу ви не матимете.
3. Після завершення виконання завдань поверніть роботу вчителю / вчительці.

Увага!

Під час виконання завдань попрацюйте самостійно і не заважайте іншим. Пам'ятайте: у випадку виявлення ознак підглядання, списування чи плагіату вашу роботу не буде зараховано!



Блок I

Прочитайте опис ситуації й перелік дій підлітків. Виконайте завдання 1-3.

Ситуація

Марійка з друзями вирушила на прогулянку до лісу. Переходячи через повалене дерево, дівчина посковзнулася, впала і сильно вдарилася передпліччям об каміння. У місці удару швидко з'явилися набряк і синець, рука почала боліти, а при спробі поворухнути нею біль посилювався.

1. Установіть відповідність між етапами надання невідкладної допомоги і діями підлітків. Позначте відповіді на перетині рядків (цифри) і колонок (букви) у таблицях відповідей.

Етапи надання невідкладної допомоги	Дії підлітків з надання невідкладної допомоги
1 Оцінка ситуації.	<p>А Один із друзів зафіксував травмовану кінцівку подручними засобами — шарфом і гілкою.</p> <p>Б Друзі переконалися, що небезпеки поруч немає, заспокоїли Марійку й уважно оглянули травмовану руку.</p> <p>В Допомогли Марійці сісти в зручне положення, запропонували води, постійно підтримували з нею розмову.</p> <p>Г Діти залишалися поруч із Марійкою, контролюючи її стан і не дозволяючи їй рухати рукою.</p> <p>Д Хтось із друзів подзвонив батькам і повідомив про ситуацію, а також викликав швидку допомогу, оскільки підозрювали перелом.</p> <p>Д Хтось із друзів приклав до передпліччя холодний компрес (пляшку з водою, обгорнути тканиною), щоб зменшити набряк і біль.</p>
2 Знерухомлення руки	
3 Холод на місце травми	
4 Забезпечення спокою	
5 Виклик дорослих / швидкої	
6 Очікування допомоги	

Місце для внесення відповідей

	А	Б	В	Г	Д
1	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Ситуація

Під час шкільної перерви учениця сьомого класу Оксана відчула, як у неї почала йти носом кров.

2. Якими мають бути дії ровесників з надання домедичної допомоги Оксані?

Позначте ЧОТИРИ правильні, на вашу думку, відповіді.

- 1 Відвести Оксану до класу і посадити на стілець.
- 2 Накласти пов'язку для стискання носа.
- 3 Допомогти нахилити голову вперед.
- 4 Надати серветки.
- 5 Повідомити про стан здоров'я вчителю Оксани.
- 6 Зробити тампонаду носа.

Ситуація

Підліток вирішив самостійно приготувати яєчню. Розігрів пательню, налив олії, але, коли розбив яйце, великі краплі гарячого жиру бризнули йому на руку.

3. Якими мають бути дії підлітка? Позначте ЧОТИРИ правильні, на вашу думку, відповіді.

- 1 Вимкнути плиту.
- 2 Кілька хвилин тримати обпечене місце під холодною водою.

- 3 Змастити охолодною олією і накласти стерильну пов'язку.
- 4 Промокнути обпечену ділянку шкіри серветкою і накласти стерильну пов'язку.
- 5 Підняти руку з опіком догори.
- 6 Звернутись до лікаря.

Блок II

Виконайте завдання 4-5.

Ситуація

У соціальних мережах до вас звертається незнайома особа з привабливою пропозицією легко заробити гроші – наприклад, сфотографувати будівлю чи залишити предмет у публічному місці. Вас просять зберегти все в таємниці або апелюють до співчуття, мотивуючи «допомогою своїм військовим».

4. Прочитайте опис ситуації та випишіть з неї ШІСТЬ ознак маніпуляцій.

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____
- 4 _____
- 5 _____
- 6 _____

5. Позначте ЧОТИРИ приклади поведінки, важливих для уникнення загрози вербування.

- 1 Діяти обережно, продовжувати спілкування, для того, щоб самостійно спіймати злочинців.
- 2 Зупинитись і не відповідати.
- 3 Зробити скріншоти повідомлень, заблокувати контакт і надіслати скаргу.

4



- 4 Допомогти іншим уникнути маніпуляцій – поділитись з друзями контактом.
- 5 Розказати батькам або дорослим, яким довіряєш.
- 6 Допомогти іншим уникнути маніпуляцій – разом із вчителем / вчителькою інформувати учнівство школи.

Блок III

Виконайте завдання 6-8.

6. Які дії допоможуть бути в безпеці в громадському місці у разі сигналу «Повітряна тривога»? Позначте ДВІ правильні, на вашу думку, відповіді.

- А Не перебувати під час тривоги поруч із транспортом
- Б Сховатися у підвалі панельного будинку або біля стіни будинку
- В Згорнутися калачиком та накрити голову руками
- Г Спускатися сходами, не користуватися ліфтом

7. Позначте **ЧОТИРИ** зовнішні ознаки вибухонебезпечних предметів.

- А Предмет чутливий до механічних, звукових впливів і нагрівання
- Б Наявні дроти (шнурки, волосини), що тягнуться від предмета
- В Від предмета лунають звуки, схожі на цокання, клацання або інші періодичні сигнали
- Г Предмет має дистанцію ураження 12 метрів
- Д Предмет має запах пально-мастильних або хімічних матеріалів
- Е Предмет, не типовий для даної місцевості та умов

8. Розташуйте дії в разі виявлення боєприпасів або підозрілих вибухонебезпечних предметів у правильному порядку (1 – перший процес, 5 – останній).

- А Відійти на безпечну відстань (щонайменше 100 метрів) і попередити інших про небезпеку.

Б Залишити там, де стоїш, якусь позначку (куртку, шарф).

В Не торкатися предмета, не наближатися до нього і не намагатися його знешкодити.

Д Дочекатися приїзду фахівців і діяти за їхніми вказівками.

Г Повідомити дорослим, учителю.

Е Зателефонувати і повідомити про виявлення підозрілих вибухонебезпечних предметів за номерами «101» або «102».

Місце для внесення відповідей

	А	Б	В	Г	Д	Е
1	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Блок IV

Виконайте завдання 9-14.

9. Позначте ШІСТЬ прикладів поведінки підлітка, які засвідчують його самозарадність.

1 Делегування обов'язків по догляду за домашнім улюбленцем бабусі.

2 Планування власного розпорядку дня.

3 Дотримання особистої гігієни, догляд за своїм одягом.

4 Підтримання чистоти у власному просторі (кімната, робоче місце).

5 Уміння сказати «ні» у складній або ризикованій ситуації.

6 Уміння ввічливо нагадати батькам про те, що вони не вчасно готують їжу.

7 Викликати допомогу (швидку, поліцію, дорослих) у разі небезпеки.

8 Ведення обліку власних витрат чи кишенькових грошей.

9 Виконання домашніх завдань за умови постійного контролю.

10. Установіть відповідність між поняттям та його визначенням. Позначте відповіді на перетині рядків (цифри) і колонок (букви) у таблицях відповідей.

Поняття	Визначення понять
1 Інтелектуальний розвиток	А уміння співпереживати іншим
2 Емоційний розвиток	Б розвиток пам'яті, уваги, мислення
3 Самоконтроль	В здатність розпізнавати і стримувати свої емоції
4 Емпатія	Г розуміння й управління власними почуттями

Місце для внесення відповідей

	А	Б	В	Г
1	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

11. Виберіть, на вашу думку, корисні практики для розвитку інтелекту та позначте їх.

Позначте ДВІ правильні відповіді.

А розв'язування кросвордів

Б агресивна поведінка у конфлікті

В ведення щоденника емоцій

Г читання книжок

Д ігнорування проблем

12. У якому віці зазвичай спостерігається найбільш активний фізичний розвиток підлітка? Позначте **ОДНУ** правильну відповідь.

- А 7–9 років
- Б 10–12 років
- В 12–15 років
- Г 14-16 років
- Д 14-18 років

13. Андрій отримав за контрольну оцінку нижчу, ніж очікував. Оберіть приклад поведінки підлітка, який засвідчує вміння відновлювати психологічну рівновагу. Позначте **ОДНУ** правильну відповідь.

- А образився на вчителя та припинив готуватися до уроків
- Б заспокоївся, відпочив деякий час, а потім проаналізував та виправив помилки
- В лаявся та сперечався з однокласниками
- Г звинувачував себе

14. *Установіть відповідність між поняттям та його визначенням.* Позначте відповіді на перетині рядків (цифри) і колонок (букви) у таблицях відповідей.

Звички	Наслідки для психологічного стану людини
1 Регулярний сон	А Підтримує гарний настрій та соціальні зв'язки
2 Постійне користування гаджетами без перерви	Б Допомагає знімати стрес і напругу
3 Спілкування з друзями	В Викликає втому, дратівливість
4 Виконання фізичних вправ	Г Зміцнює нервову систему, допомагає зосередитися

Місце для внесення відповідей

	А	Б	В	Г
1	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Блок V

Виконайте завдання 15-16.

15. Допишіть пам'ятку для однокласників «Правила ефективного навчання». Запишіть ШІСТЬ пропозицій для учнівства.

1 Режим:

2 Облаштування робочого місця:

3 Планування часу:

4 Конспектування:

5 Запам'ятовування:

6 Підтримувати інтерес до навчання:

16. Складіть інформаційний лист «Збереження психологічної рівноваги».

Запишіть **ШІСТЬ** корисних звичок, які допомагають утримувати психологічну рівновагу.

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____
- 4 _____
- 5 _____
- 6 _____

Увага!

Ви завершили виконання роботи. Якщо у вас залишився час — перевірте відповіді, у яких сумніваєтеся, а також переконайтеся, що ви зафіксували всі відповіді.

Завершіть роботу за вказівкою вчителя / вчительки.