**Орієнтовні завдання *з основ здоров’я* для виконання вдома**

**5 клас**

***Завдання 1.*** Разом з батьками підрахуйте витрати сім’ї під час лікування гострих респіраторних захворювань.

***Завдання 2.*** Люди, хворі на ВІЛ-інфекцію, мають вживати ліки щодня. Визнач, скільки коштує лікування на рік, якщо щоденна вартість ліків становить 50 гривень.

***Завдання 3.*** Склади пам’ятку правил профілактики туберкульозу.

***Завдання 4.*** *«Шляхи інфікування на ВІЛ».*

Розподіли на дві групи записані приклади слів.

Інфікування можливе через: \_\_\_\_\_

Інфікування неможливе через: \_\_\_\_\_

Приклади слів: *їжа, укуси комах, тату, вода, обійми, посуд, ін’єкції, переливання крові, повітря, одяг, манікюр, укуси тварин, лікування зубів, спілкування*.

***Завдання 5.*** *«Пожежна безпека в оселі»*

Дай відповіді на запитання (усно) і склади пам’ятку «Як запобігти пожежі» (письмово):

1. Чому небезпечно ставити те­левізор в ніші меб­левої стінки, класти на нього речі?

2. Чому заборонено сушити одяг над газовою плитою?

3. Чому небезпечно за­лишати без нагляду увімкнену праску?

4. Чому не можна сте­лити ки­лим поряд з каміном?

5. Чому заборонено користуватися несправними електропри­ладами (наприклад, з пошкодженим шнуром)?

***Завдання 6.*** *Обстеж свою оселю. Визнач легкозаймисті речовини і предмети. Чи безпечно їх зберігають? Обговори результати дослідження з дорослими.*

**Завдання 7.** Разом із батьками намалюй план евакуації свого будинку чи квартири. Познач виходи з кожної кімнати і місце зустрічі після евакуації.

***Завдання 8.*** *Пограй у крос-тест (усно) та склади пам’ятку «Коли сам удома» (письмово). Якщо забув(ла) правила, зазирни в підручник.*

1. Ти почув(ла) дзвінок і підійшов(ла) до дверей, але нічого не побачив(ла) у вічко. Подумаєш, що в коридорі перегоріла лампочка, і відчиниш двері (4) чи запитаєш, хто там (5)?

2. Якщо хтось у дворі вихваляється, що у нього вдома є дорогі речі — новий телевізор або комп’ютер, ти теж похвалишся подібним (6) чи не братимеш участі у цій розмові (7)?

3. Свій ключ від квартири сховаєш під килимком, в іншому потаємному місці (8) чи триматимеш при собі (9)?

4. Це дуже необачно! Іноді грабіжники навмисно вимика­ють світло у коридорі або затуляють вічко (1).

5. Не відчиняй дверей, поки не впевнишся, що це безпечно (2).

6. Хвалько — знахідка для зловмисника! Май на увазі, що злодії рідко грабують квартири навмання. Зазвичай вони добре обізнані, що в квартирі є цінні речі. І дізнаються про це саме від таких хвальків. Тож краще тримати язик за зубами (2).

7. Розумник — твоє друге ім’я. Такою поведінкою ти не лише збережеш своє майно, а й здобудеш повагу друзів як лю­дина, що не любить хизуватися (3).

8. Килимок, електрощит, схованки поблизу дверей — загальновідомі й легкодоступні для злодіїв (3).

9. Це правильно, але не вішай ключа на шию. Для цього підійде потайна кишенька, про яку ніхто не повинен знати. Та найкраще, якщо батьки за­лишатимуть для тебе ключ у сусідів (10).

10. Ти дістався(лася) кінця, і, якщо пройшов(ла) правильним шляхом, твої рідні можуть пишатися розумною та обачною дитиною.

***Запиши правильну послідовність кроків.***

***Завдання 9.*** *Пограй у крос-тест (усно) та склади пам’ятку безпечної поведінки з незнайомцями (письмово). Якщо забув(ла) правила, зазирни в підручник.*

1. Надворі треба усього боятися (5), поводитися спокійно й упевнено (7) чи нахабно і самовпевнено (6)?

2. Деякі діти полюбляють слухати аудіоплеєр дорогою до школи чи до магазину. Це безпечно (8) чи небезпечно (9)?

3. Пізно ввечері треба йти найкоротшим шляхом (10) чи най­безпечнішим (11)?

4. До школи, до магазину, ще кудись безпечніше ходити самому (12) чи з друзями (13)?

5. Це неправильно. Боязкі, полохливі люди надворі привертають до себе увагу зловмисників. І навпаки, спокійний погляд, упевнена хода — своєрідний захист від зловмисників (1).

6. Це може спровокувати хуліганів, які тільки й шукають приводу до когось причепитися (1).

7. За будь-яких обставин намагайся поводитись упевнено. Навіть у незнайомому місті поводься так, щоб сторонні не помітили, що ти приїжджий. Для цього найкраще заздалегідь ознайомитися з планом міста, визначити безпечний маршрут. Звісно, у незнайомому місті тебе хтось повинен зустріти на вокзалі (2).

8. Ця звичка — небезпечна. Плеєр не лише відвертає увагу, коли треба бути насторожі, а й може зацікавити грабіжників (2).

9. Цінні речі краще залишати вдома, а якщо вже беруть їх з собою, то не виставляють напоказ (3).

10. Ти помиляєшся. Найкоротший шлях — не завжди безпечний. Якщо тобі раптом доведеться кудись іти ввечері, намагайся уникати темних підворіть, безлюдних переходів, парків, пустирів, неосвітлених вулиць, зупинок транспорту. Тримайся на відстані від кущів та парканів (4).

11. Молодець, проте все-таки краще не спокушати долю. Якщо доведеться повертатися додому пізно, попроси когось із дорослих зустріти або провести тебе (4).

12. Даремно ти так вважаєш. Самотній підліток — принада для зловмисників. Вони рідко наважуються зачіпати дітей, які йдуть групою. Особливо бажане товариство друзів, якщо йдеш на стадіон чи в кіно (4).

13. З друзями ходити не лише веселіше, а й безпечніше (14).

14. Молодець, ти дістався кінця і переміг, якщо рухався правильним маршрутом.

***Запиши правильну послідовність кроків.***

***Завдання 10.*** Заповни відповідний стовпчик таблиці

|  |  |
| --- | --- |
| ***Засіб комунікації*** | ***Приклади небезпечних ситуацій, у які може потрапити людина під час використання цих засобів*** |
| Інтернет |  |
| Телефон |  |
| Телебачення |  |

**Використані ресурси:**

<https://naurok.com.ua/test/osnovi-zdorov-ya/klas-6>

<https://www.schoollife.org.ua/category/fajly/lessonshealth/classhealth5/page/3/>

<http://autta.org.ua/>