

SZKOLNY KONKURS WIEDZY

AKTYWNY TRYB ŻYCIA, BEZPIECZEŃSTWO, ZDROWIE

Kl. I - II

Test jednokrotnego wyboru



1. Co powinieneś zrobić, kiedy przechodzisz przez jezdnię na przejściu dla pieszych?

- a) Patrzę w lewo, potem w prawo, a potem ponownie w lewo. Jeśli nic nie jedzie, szybko przebiegam przez jezdnię.
- b) Patrzę w lewo, potem w prawo, a potem ponownie w lewo. Jeśli nic nie jedzie, przechodzę i przez cały czas bardzo uważam.
- c) Patrzę w lewo, potem w prawo, a potem ponownie w lewo. Jeśli nic nie jedzie, mogę przejść, przeskakując dla zabawy z jednego białego pasa na drugi.

2. Które zdanie uważasz za poprawne?

- a) Znaki drogowe są ustawione przy drogach, żeby chroniły poruszające się pojazdy przed wiatrem.
- b) Kiedy nie znam jakiegoś znaku drogowego, nie przestrzegam go!
- c) Kształt i kolor znaku drogowego zawierają informację o jego znaczeniu.

3. Znaki drogowe są przeznaczone:

- a) Tylko dla samochodów;
- b) Tylko dla motocykli i rowerów;
- c) Dla wszystkich użytkowników drogi.

4. Filip wraca ze szkoły, kiedy jest już ciemno. Dlaczego powinien być bardziej ostrożny niż za

dnia i nosić odblaski?

- a) Ponieważ widoczność jest ograniczona i kierowcy samochodów mogą nie widzieć go dobrze.**
- b) Ponieważ dużo dzikich zwierząt grasuje po ulicach.**
- c) Ponieważ może się zgubić w ciemności.**

5. Gdy nieznajomy zaprosi cię na przejażdżkę samochodem:

- a) zlekceważ go,**
- b) przyjmij zaproszenie,**
- c) nie odmawiaj, skorzystaj z dobrej zabawy.**

6. Który posiłek jest najważniejszy dla ucznia?

- a) podwieczorek,**
- b) śniadanie,**
- c) kolacja,**

7. Ile wody dziennie powinien wypijać dorosły człowiek?

- a) około 2 litry,**
- b) około 10 litrów,**
- c) jedną szklankę.**

8. Czy prawidłowe odżywianie jest konieczne dla zdrowia?

- a) jest podstawą zdrowia,**
- b) nie jest ważne,**
- c) ważne, tylko przed klasówką.**

9. Tłuszczem zwierzęcym zwiększającym odporność organizmu jest:

- a) smalec,**
- b) tran,**
- c) masło.**

10. Co powinno się zrobić po oparzeniu wrzącą wodą?

- a) zabandażować oparzone miejsce,**
- b) poleć oparzone miejsce zimną wodą,**
- c) posmarować oparzone miejsce kremem.**

11. Dzwoniąc na numer 999 dodzwonisz się do:

- a) straży pożarnej,
- b) pogotowia ratunkowego,
- c) policji.

12. Który rysunek przedstawia prawidłową postawę podczas odrabiania lekcji?

13. Na którym rysunku przedstawiono prawidłowy sposób noszenia przyborów i książek do szkoły?

14. Wypoczynek czynny to:

- a) leżenie,
- b) czytanie książki na świeżym powietrzu,
- c) sport i ruch na świeżym powietrzu.

15. Ile kół tworzy flagę olimpijską?

- a) 7
- b) 5
- c) 4

16. Najzdrowszym sportem jest:

- a) karate i szachy,
- b) boks,
- c) bieganie i pływanie.

17. Zabawy nad wodą powinny odbywać się:

- a) w południe,
- b) w gronie dobrych kolegów,
- c) najlepiej z rodzicami i w obecności ratownika.

18. O czym należy pamiętać podróżując samochodem osobowym:

- a) o zdjęciu czapki,
- b) o zapięciu pasów,
- c) o zabraniu napojów gazowanych.

19. Przedstawiony obok znak z żółtym tłem oznacza:

- a) ogólne niebezpieczeństwo,
- b) ostrzeżenie przed piorunami,
- c) ostrzeżenie przed porażeniem prądem.

20. Obowiązek udzielenia pierwszej pomocy ofiarom wypadku mają:

- a) tylko osoby pełnoletnie,
- b) tylko lekarze i pielęgniarki,
- c) wszyscy ludzie.

SZKOLNY KONKURS WIEDZY

AKTYWNY TRYB ŻYCIA, BEZPIECZEŃSTWO, ZDROWIE

Kl. III - IV

Test jednokrotnego wyboru



1. Kiedy chcesz przejść na drugą stronę jezdni, to:

- a) przebiegasz,
- b) przechodzisz na skos,
- c) przechodzisz równym krokiem na wprost.

2. Od którego roku życia można ubiegać się o kartę rowerową?

- a) od 10 lat,
- b) od 18 lat,
- c) od 8 lat.

3. Znaki drogowe są przeznaczone:

- a) tylko dla samochodów;
- b) tylko dla motocykli i rowerów;
- c) dla wszystkich użytkowników drogi.

4. Filip wraca ze szkoły, kiedy jest już ciemno. Dlaczego powinien być bardziej ostrożny niż za dnia i nosić odblaski?

- a) Ponieważ widoczność jest ograniczona i kierowcy samochodów mogą nie widzieć go dobrze.

- b) Ponieważ dużo dzikich zwierząt grasuje po ulicach.
- c) Ponieważ może się zgubić w ciemności.

5. Jeśli nieznajoma osoba zaproponuje ci cukierki, to:

- a) schowasz je do kieszeni aby zjeść później,
- b) zjesz na miejscu,
- c) odmówisz przyjęcia.

6. Który posiłek jest najważniejszy dla ucznia?

- a) podwieczorek,
- b) śniadanie,
- c) kolacja,

7. Ile wody dziennie powinien wypijać dorosły człowiek?

- a) około 2 litry,
- b) około 10 litrów,
- c) jedną szklankę.

8. Czy prawidłowe odżywianie jest konieczne dla zdrowia?

- a) jest podstawą zdrowia,
- b) nie jest ważne,
- c) ważne, tylko przed klasówką.

9. Tłuszczem zwierzęcym zwiększającym odporność organizmu jest:

- a) smalec,
- b) tran,
- c) masło.

10. Co powinno się zrobić po oparzeniu wrzącą wodą?

- a) zabandażować oparzone miejsce,
- b) poleć oparzone miejsce zimną wodą,
- c) posmarować oparzone miejsce kremem.

11. Dzwoniąc na numer 998 dodzwonisz się do:

- a) straży pożarnej,

- b) pogotowia ratunkowego,
- c) policji.

12. Który rysunek przedstawia prawidłową postawę podczas odrabiania lekcji?

13. Na którym rysunku przedstawiono prawidłowy sposób noszenia przyborów i książek do szkoły?

14. Do form wypoczynku aktywnego nie możemy zaliczyć:

- a) jazdy na rowerze
- b) grania w szachy
- c) spaceru z psem

15. Ile kół tworzy flagę olimpijską?

- a) 7
- b) 5
- c) 4

16. Najzdrowszym sportem jest:

- a) karate i szachy,
- b) boks,
- c) bieganie i pływanie.

17. Zabawy nad wodą powinny odbywać się:

- a) w południe,
- b) w gronie dobrych kolegów,
- c) najlepiej z rodzicami i w obecności ratownika.

18. O czym należy pamiętać podróżując samochodem osobowym:

- a) o zdjęciu czapki,
- b) o zapięciu pasów,
- c) o zabraniu napojów gazowanych.

19. Przedstawiony obok znak z żółtym tłem oznacza:

- a) ogólne niebezpieczeństwo,
- b) ostrzeżenie przed piorunami,
- c) ostrzeżenie przed porażeniem prądem.

20. Obowiązek udzielenia pierwszej pomocy ofiarom wypadku mają:

- a) tylko osoby pełnoletnie,
- b) tylko lekarze i pielęgniarki,
- c) wszyscy ludzie.

SZKOLNY KONKURS WIEDZY

AKTYWNY TRYB ŻYCIA, BEZPIECZEŃSTWO, ZDROWIE

Kl. V - VI

Test jednokrotnego wyboru



1. Kiedy chcesz przejść na drugą stronę jezdni, to:

- a) przebiegasz,
- b) przechodzisz na skos,
- c) przechodzisz równym krokiem na wprost.

2. Zanim się wyruszy w drogę rowerem należy:

- a) tylko sprawdzić, czy rower jest sprawny,
- b) wziąć odtwarzacz i słuchawki, żeby nie słyszeć hałasu samochodów,
- c) sprawdzić, czy rower jest sprawny i odpowiednio się ubrać.

3. Znaki drogowe są przeznaczone:

- a) tylko dla samochodów;
- b) tylko dla motocykli i rowerów;
- c) dla wszystkich użytkowników drogi.

4. Filip wsiada do autobusu, żeby wrócić do domu. Jak powinien się zachowywać?

- a) czeka na przystanku autobusowym, a kiedy autobus przyjeżdża, spokojnie do niego wsiada,

- b) słucha muzyki przez słuchawki i śpiewa, żeby sprawić przyjemność innym pasażerom
- c) jedzie spokojnie i zajmuje się rysowaniem flamastrami po szybach.

5. Gdy nieznajomy zaprasza Cię do cukierni na lody:

- a) przyjmujesz zaproszenie z radością,
- b) dziękujesz i odmawiasz,
- c) uciekasz i wzywasz pomoc.

6. Który składnik pokarmu jest najważniejszy przy wzroście organizmu?

- a) cukier,
- b) oleje roślinne,
- c) białko.

7. Ile wody dziennie powinien wypijać dorosły człowiek?

- a) około 2 litry,
- b) około 10 litrów,
- c) jedną szklankę.

8. Czy prawidłowe odżywianie jest konieczne dla zdrowia?

- a) jest podstawą zdrowia,
- b) nie jest ważne,
- c) ważne, tylko przed klasówką.

9. Tłuszczem zwierzęcym zwiększającym odporność organizmu jest:

- a) smalec,
- b) tran,
- c) masło.

10. Co powinno się zrobić po oparzeniu wrzącą wodą?

- a) zabandażować oparzone miejsce,
- b) poleć oparzone miejsce zimną wodą,
- c) posmarować oparzone miejsce kremem.

11. Jednolitym ogólnoeuropejskim numerem alarmowym, który został wprowadzony w 1991 r. jest:

a) 997

b) 112

c) 999

d) 111

12. Który rysunek przedstawia prawidłową postawę podczas odrabiania lekcji?

13. Na którym rysunku przedstawiono prawidłowy sposób noszenia przyborów i książek do szkoły?

14. Do zachowań obniżających odporność człowieka nie można zaliczyć:

- a) zmęczenia i nie wysypiania się,
- b) aktywności fizycznej na świeżym powietrzu,
- c) diety ubogiej w warzywa i owoce.

15. Ile kół tworzy flagę olimpijską?

- a) 7
- b) 5
- c) 4

16. Co oznaczają kolory kół na fladze olimpijskiej?

- a) kontynenty,
- b) kluby sportowe,
- c) kraje.

17. Najzdrowszym sportem jest:

- a) karate i szachy,
- b) boks,
- c) bieganie i pływanie.

18. Surfując w sieci musisz pamiętać, aby:

- a) nie wchodzić na żadne strony z rozszerzeniem .net,
- b) nie rozmawiać z nieznajomymi za pośrednictwem komunikatorów,
- c) nie podawać adresu zamieszkania nieznajomym z sieci.

19. Przedstawiony obok znak z żółtym tłem oznacza:

- a) ogólne niebezpieczeństwo,
- b) ostrzeżenie przed piorunami,
- c) ostrzeżenie przed porażeniem prądem.

20. Obowiązek udzielenia pierwszej pomocy ofiarom wypadku mają:

- a) tylko osoby pełnoletnie,
- b) tylko lekarze i pielęgniarki,
- c) wszyscy obywatele.

AKTYWNY TRYB ŻYCIA, BEZPIECZEŃSTWO, ZDROWIE

Klucz odpowiedzi

Numer zadania	Prawidłowe odpowiedzi		
	Kl. I-II	Kl. III-IV	Kl. V-VI
1.	B	C	C
2.	C	A	C
3.	C	C	C
4.	A	A	A
5.	A	C	B
6.	B	B	C
7.	A	A	A
8.	A	A	A
9.	B	B	B
10.	B	B	B
11.	B	A	B
12.	C	C	C
13.	A	A	A
14.	C	B	B
15.	B	B	B
16.	C	C	A
17.	C	C	C
18.	B	B	C
19.	C	C	C
20.	C	C	C