

Test
Evaluare finală
Anul școlar 20____-20____
Clasa a VIII-a ____

Instituția educațională: _____

Numele și prenumele elevului: _____

Data susținerii testului: _____

- Pentru rezolvarea corectă a tuturor cerințelor din Partea I și din Partea a II-a se acordă 90 de puncte.
- Din oficiu se acordă 10 puncte.
- Timpul efectiv de lucru este de 45 de minute.

Partea I (60 puncte)

I. 1. Notați cu Adevărat (A) sau Fals (F) următoarele afirmații: **20 puncte**

- a. Pentru obținerea reușitei personale, ne bazăm pe punctele noastre forte 4 puncte
- b. Acționăm într-un spațiu lipsit de siguranță, atunci când vrem să luăm decizii 4 puncte
- c. Grupul de prieteni are doar influențe pozitive în privința adoptării unor comportamente 4 puncte
- d. Pentru a negocia cu succes un conflict, este important să ascultăm cu atenție interlocutorul 4 puncte
- e. Luăm decizii privind cariera pe baza unor aspecte precum nevoi, aspirații și stil de viață dorit 4 puncte

I. 2. Transcrieți textul de mai jos, completând fiecare spațiu liber cu termenul corespunzător din lista de termeni dată: **30 puncte**

..... este abilitatea de a depăși situațiile-limită pe care le trăiești. Un stil de viață sănătos și se construiește din familie și include atât sănătatea fizică, cât și sănătatea psihică. reprezintă abilitatea unei persoane de a își controla gândurile, emoțiile și comportamentul în vederea relaționării armonioase cu cei din jur. Comunicare este una dintre căile de rezolvare a unui conflict. Decizia de carieră pornește de la clarificarea pe care vreți să o atingeți.

Lista termenilor: **șintă, asertivă, autocontrol, echilibrat și reziliență.**

I. 3. Enumerați trei motive pentru care o persoană cu stimă de sine scăzută este mai predispusă în a avea comportamente de risc pentru sănătate. **10 puncte**

Partea a II-a (30 puncte)

Scrieți un text de minim 50 rânduri, cu titlul *Pregătiți pentru examenul de Evaluare Națională!*. Urmăriți, în elaborarea lui, următoarele aspecte:

- Trei calități personale;
- Trei activități pe care să le practicați zilnic până în momentul examenului;
- Un mesaj de încurajare către voi.

10 puncte din oficiu

Total: 100 puncte