

**Натисніть тут, щоб
купити книгу на сайті
або замовляйте за телефоном:
(0352) 51-97-97, (067) 350-18-70,
(066) 727-17-62**

Кікінежді О. М., Шост Н. Б., Шульга І. М.

ОСНОВИ ЗДОРОВ'Я

Робочий зошит

4 клас

До підручника Кікінежді О. М., Шост Н. Б., Шульги І. М.

*Схвалено для використання у загальноосвітніх навчальних закладах комісією
з педагогіки та методики початкового навчання
Науково-методичної ради з питань освіти
Міністерства освіти і науки України*



ТЕРНОПІЛЬ
НАВЧАЛЬНА КНИГА — БОГДАН

УДК 613.955(075.2)
ББК 51.20я71
К 38

*Схвалено для використання у загальноосвітніх навчальних закладах комісією
з педагогіки та методики початкового навчання
Науково-методичної ради з питань освіти
Міністерства освіти і науки України
(лист ІМЗО від 25.12.2015 р. № 2.1/12-Г-126)*

Рецензенти:

Гладюк Т. В., доцент кафедри педагогіки і методики дошкільної та початкової освіти
Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка,
кандидат педагогічних наук

Голінищак Ж. А., вчитель початкових класів вищої категорії ЗОШ І-ІІІ ст. № 10
м. Тернополя, вчитель-методист

Кікінежді О. М.

К 38 Основи здоров'я : робочий зошит : 4 клас : до підр. Кікінежді О. М.,
Шост Н. Б., Шульги І. М. / О. М. Кікінежді, Н. Б. Шост, І. М. Шуль-
га. — Тернопіль : Навчальна книга — Богдан, 2018. — 64 с. + 4 с. вкл.
ISBN 978-966-10-4854-5

Зошит з основ здоров'я укладено відповідно до оновленої навчальної
програми МОН України, Державного стандарту початкової загальної освіти
та підручника «Основи здоров'я. 4 клас» (авт. Кікінежді О. М., Шост Н. Б.,
Шульга І. М.).

Посібник містить різноманітні завдання для індивідуальної, групової,
диференційованої роботи, а також практикуми, міні-проекти.

Цікавим доповненням є кольорова вкладка-гра, яка допоможе учням
узагальнити та закріпити набуті знання з предмета «Основи здоров'я».

Для учнів 4-го класу.

**УДК 613(075.2)
ББК 51.20я71**

УВАГА!

Завантажуйте безкоштовний інтерактивний додаток,
використовуючи детальну інструкцію, за посиланням:

Штрих-код інтерактивного додатку

Технічна підтримка: (0352) 52-91-05, 067-352-09-89;
admin@bohdan-digital.com

ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

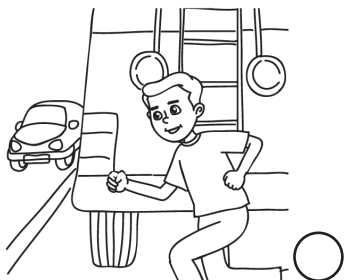
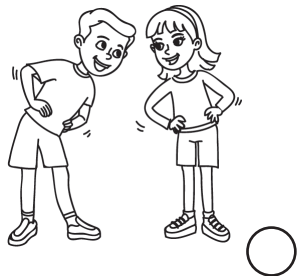
ЦІННІСТЬ Й НЕПОВТОРНІСТЬ ЖИТТЯ І ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ. БЕЗПЕКА ТА НЕБЕЗПЕКА ДЛЯ ЖИТТЯ

1. Поміркуй та напиши, чому життя людини є найбільшою цінністю.

2. Продовж речення.

Безпека — це такі умови, коли _____

3. Розглянь малюнки. Вибери і познач (✓) ситуації, які не загрожують життю і здоров'ю дітей.

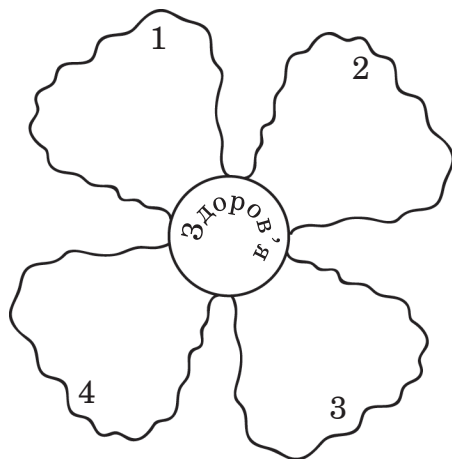


4. З'єднай назви служб з відповідними номерами телефонів.

Пожежна служба	•	• 104
Швидка допомога	•	• 102
Служба газу	•	• 101
Поліція	•	• 103

ЦІЛІСНІСТЬ ЗДОРОВ'Я. ЧИННИКИ ЗДОРОВ'Я

- 1. Запиши складові здоров'я і розфарбуй кожну пелюстку відповідно до того, як ти почуваєшся зараз (теплі кольори — добре здоров'я; холодні кольори — нездужання, хвороба).**



1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

- 2. Вибери і познач (✓), який чинник найбільше впливає на здоров'я.**



3. *Попрацюй у парі.* Обговори з однокласником (однокласницею), що може спричинити погіршення здоров'я у дітей, зображених на малюнках. Вислови їм поради і запиши.







4. Вибери і познач (✓) те, що позитивно впливає на твоє здоров'я.

- ☐ Дотримання режиму дня;
- ☐ довготривале перебування у закритому приміщенні;
- ☐ рухливі ігри на свіжому повітрі;
- ☐ переїдання;
- ☐ комп'ютерні ігри;
- ☐ дотримання правил гігієни;
- ☐ загартовування;
- ☐ гарний настрій;
- ☐ переохолодження.

ПОКАЗНИКИ РОЗВИТКУ ДИТИНИ

1. Відгадай та поясни загадку. Відгадку запиши.

Хто вранці ходить на чотирьох, вдень — на двох, а ввечері — на трьох?

2. З'єднай періоди розвитку дітей з їхніми назвами.

- | | | | |
|-------------------------|---|---|-------------------|
| Немовля — | • | • | від 3 до 6 років |
| Ранній дитячий вік — | • | • | дитина до року |
| Дошкільний період — | • | • | від 6 до 11 років |
| Молодший шкільний вік — | • | • | від 1 до 3 років |

3. Запиши, які зміни відбулися у твоєму організмі впродовж останнього року.

ПРАКТИЧНА РОБОТА

4. Виміряй свої зріст і масу тіла з допомогою дорослих. Показники запиши. Визнач за таблицею, поданою на с. 17 підручника, чи відповідають вони віковим нормам. Зроби висновок.

Мої показники	Чи відповідає віковим нормам
Мій зріст см	☐ Так ☐ Ні
Моя маса кг	☐ Так ☐ Ні