

Натисніть тут, щоб

КУПИТИ КНИГУ НА САЙТІ

або

замовляйте по телефону:

(0352) 28-74-89, 51-11-41

(067) 350-18-70

(066) 727-17-62

Ж.А. Голінщак

ОСНОВИ ЗДОРОВ'Я

Робочий зошит

3 клас

До підручника О.В. Гнатюк

*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(075.2)

ББК 51.20я71

Г 60

Рецензенти:

кандидат педагогічних наук, доцент

Гладюк Т.В.

вчитель вищої категорії, старший вчитель

Походжай Н.Я.

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 ПТЗО № 14.1/12-Г-1499 від 11.08.2014 р.)

Голіншак Ж.А.

Г 60 Основи здоров'я : робочий зошит : 3 клас : до підручника Гнатюк О.В. / Ж.А. Голіншак. — Тернопіль : Навчальна книга — Богдан, 2017. — 56 с.

ISBN 978-966-10-5098-2

Зошит з основ здоров'я для учнів 3-го класу містить матеріал, який відповідає оновленій навчальній програмі МОН України, Державному стандарту початкової загальної освіти та підручнику «Основи здоров'я. 3 клас» (авт. Гнатюк О.В.).

Посібник містить різноманітні завдання для індивідуальної, групової, диференційованої роботи з третьокласниками. Значна частина вправ і завдань має практичну спрямованість, спирається на життєвий досвід дітей.

УДК 613(075.2)

ББК 51.20я71

Охороняється законом про авторське право. Жодна частина цього видання не може бути відтворена в будь-якому вигляді без дозволу автора чи видавництва.

ISBN 978-966-10-5098-2

© Навчальна книга — Богдан, 2017

Навчальне видання

ГОЛІНШАК Жанна Анатоліївна

ОСНОВИ ЗДОРОВ'Я

Робочий зошит

3 клас

Головний редактор *Богдан Будний*

Редактор *Любов Левчук*

Обкладинка *Володимира Басалиги*

Комп'ютерна верстка *Галини Телев'як*

Технічний редактор *Неля Домарецька*

Підписано до друку 10.05.2017 р. Формат 70x100/16. Гарнітура UkrainianPragmatica.

Папір офсетний. Умовн. друк. арк. 4,55. Умовн. фарбо-відб. 4,55.

Видавництво «Навчальна книга — Богдан»

Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи до Державного реєстру видавців, виготівників і розповсюджувачів видавничої продукції ДК № 4221 від 07.12.2011 р.

УВАГА!

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

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

Урок 1

ПОКАЗНИКИ ЗДОРОВ'Я І РОЗВИТКУ ДИТИНИ

Практична робота. Вимірювання пульсу

1. Прочитай слова-розсипанки і запиши ознаки самопочуття людини. Вкажи, які медичні обстеження необхідно проходити дитині. Обґрунтуй свою відповідь.

ПОКАЗНИКИ ЗДОРОВ'Я

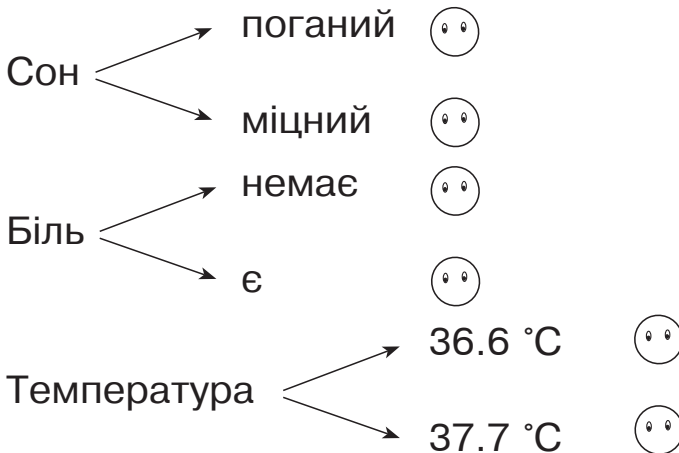
ознаки самопочуття

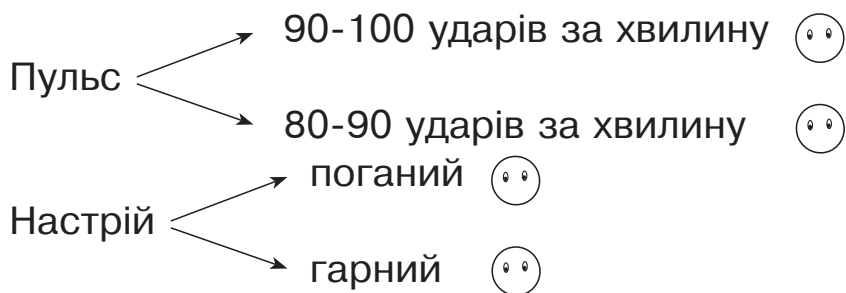
медичні обстеження

- ◆ _____ (рійстна)
- ◆ _____ (пеатит)
- ◆ _____ (гаува)
- ◆ _____ (ьібл)
- ◆ _____ (ять'мап)

Слова для довідки: вимірювання зросту, маси тіла, температури тіла, частоти пульсу, вивчення результатів аналізів.

2. Вибери і познач показники здоров'я хворого третьокласника (☹️) і здорового (😊).





3. ПРАКТИЧНА РОБОТА. Вимірювання пульсу.

За вказівкою підручника вимірй у себе пульс. Заповни таблицю. Зроби висновок про рівень своєї фізичної підготовки.

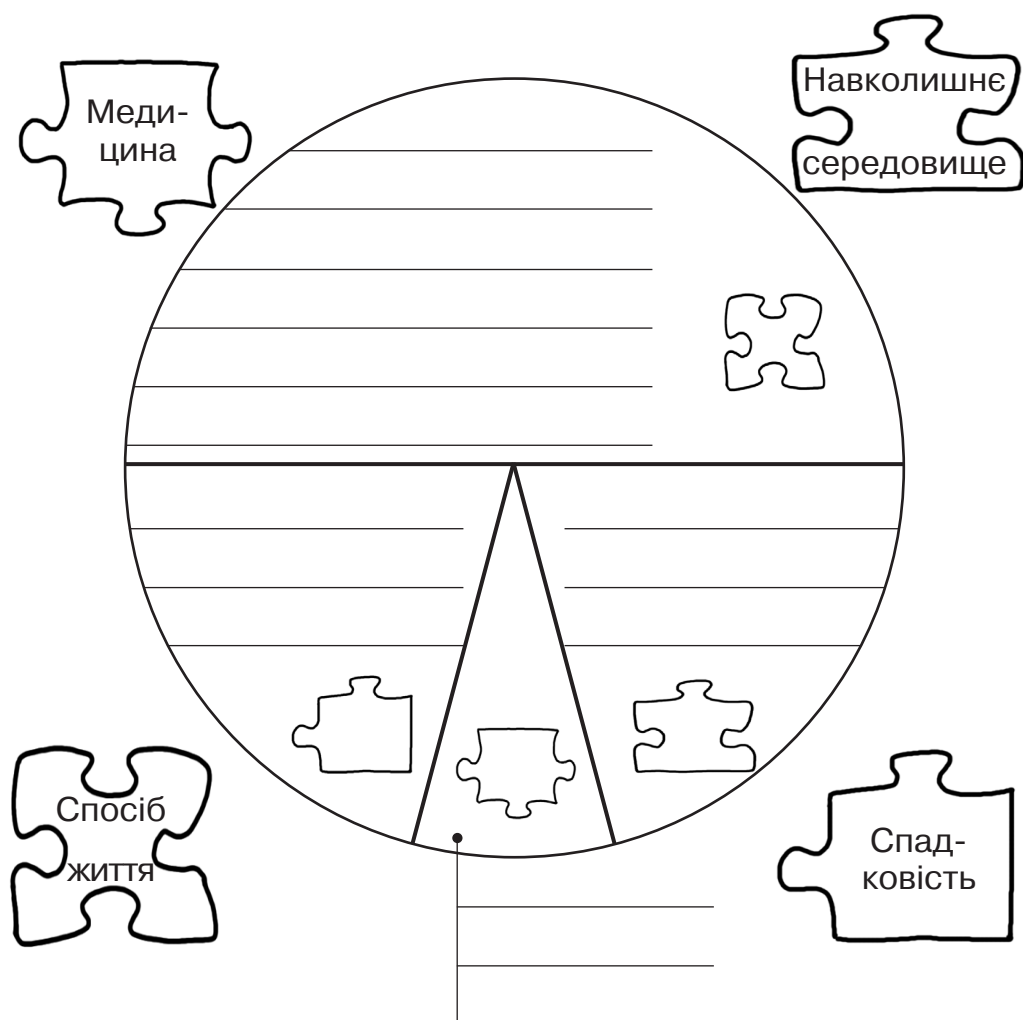
	Пульс (кількість ударів за хвилину)
У спокійному стані	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>
Після 10 стрибків (або присідань)	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>
Після відпочинку	<input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>

Висновок. Я фізично _____

Урок 2

ЩО ВПЛИВАЄ НА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

1. Віднови місцезнаходження пазлів у діаграмі. Впиши складові життя, що впливають на здоров'я. Розфарбуй діаграму.



Слова для довідки: короткозорість, інгаляція, доброта, вихлопні газы, хімічні добрива, вирубування лісів, щеплення, режим дня, цукровий діабет, масаж, хвороби серця тощо.

2. Впиши пропущені слова. Познач, на які чинники ти можеш впливати (😊), а на які — ні (😞).

На здоров'я людини впливають:

_____ середовище, 😊
_____ від родичів, 😊
_____ життя, 😊
рівень розвитку _____ . 😊

3. З'єднай частини прислів'їв. Поясни їх зміст.

Веселий сміх — ► ◀ всьому голова.
Здоров'я — ► ◀ як багатство.
Здоровому ► ◀ сім хвороб лікує.
Здоров'я більше ► ◀ це здоров'я.
варте,
Часник ► ◀ все на здоров'я йде.