

Я досліджую світ

Сьогодні
14.11.2022

Урок
№85

Всім.pptx
Нова українська школа



**Узагальнення і систематизація
знань учнів.**

**Діагностувальна робота з теми
«Здоровий спосіб життя»**

Сьогодні
14.11.2022

Організація класу



Сьогодні
14.11.2022

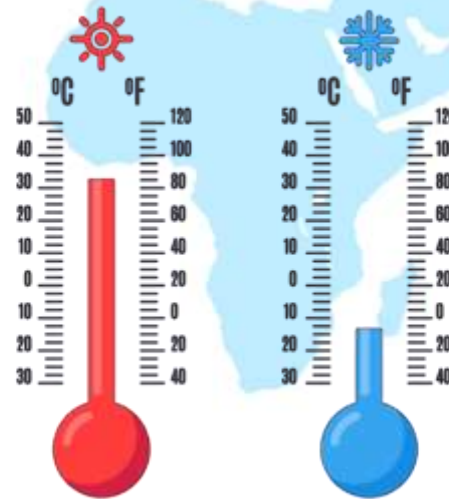
Програма «Як відчуває себе ненька Україна?» в прямому ефірі

LIVE

Привіт, друзі!
А яка зараз пора року?
Який місяць?
Яке сьогодні число?



Мої вітання!
Яким було вранці небо, коли ми
йшли до школи?
Що стосовно опадів?
Кому відома температура повітря?



Сьогодні
14.11.2022

Пригадайте

Яку назву має третій розділ нашого
нового підручника?

Як називається загальна тема розділу,
яку ми вивчали з вами?



Здоровий спосіб
ЖИТТЯ.

Сьогодні
14.11.2022

За схемою пригадайте, як саме здоровий спосіб життя впливає на організм людини



Сон



Позитивні емоції



Особиста гігієна



Правильне харчування

Здоровий
спосіб життя



Руховий режим



Корисні звички

Сьогодні
14.11.2022

Пригадайте

Зміцнюють
м'язи тіла

Розвивають
силу та
витривалість

Збільшують
ріст

Поліпшують
настрій

Підвищують
активність та
працездатність

Фізичні вправи



Розвивають
здатність до
фізичного
розвитку

Заряджають
енергією

Поліпшують
поставу

Сьогодні
14.11.2022

Пригадайте, які із зображених видів відпочинку належать до активного, а які — до пасивного? Доповніть ці переліки.

А



Б



В



Г



Д



Е



Сьогодні
14.11.2022

Пригадайте назви екстрених служб. У яких випадках до них слід звертатися?

101



102



Служби
оперативного
реагування

103



104



Сьогодні
14.11.2022

Пригадайте види захворювань

Неінфекційні захворювання:
*алергія, вади серця,
гастрит та інші.*

Вони не передаються від
хворої людини до здорової.

Інфекційні захворювання:
*Грип, кір, скарлатина,
дифтерія, туберкульоз,
дизентерія та інші.*

Вони легко передаються від
хворої людини до здорової.



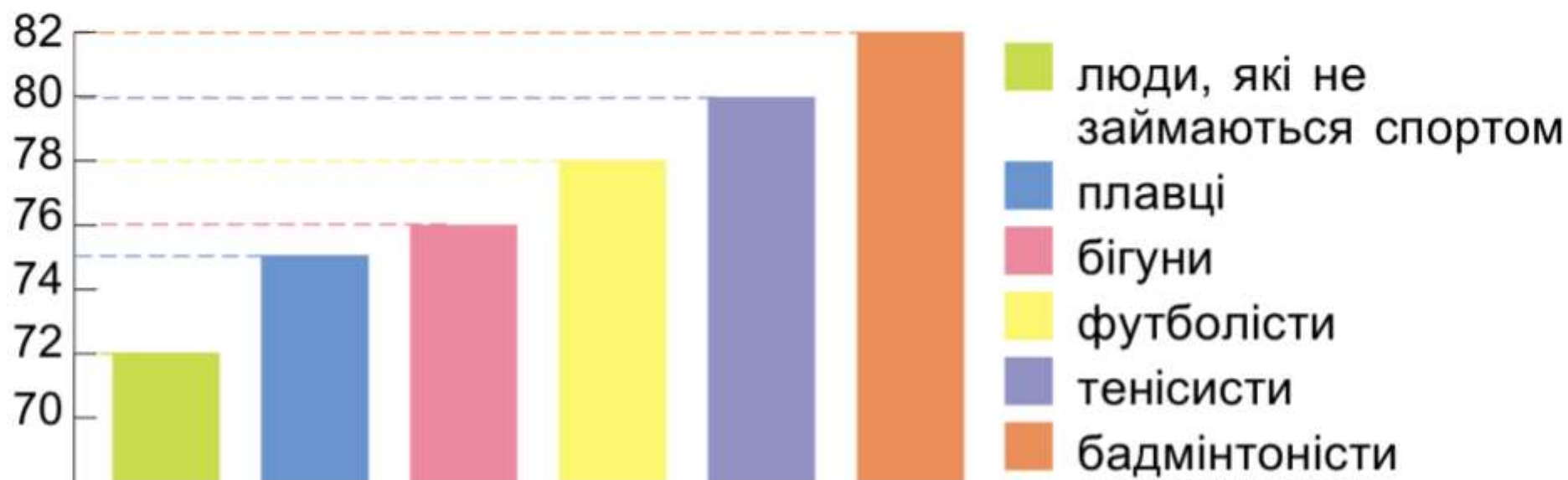
Діагностична робота №5 «Людина та її здоров'я. Здоровий спосіб життя»

1. Випишіть ті чинники, які шкодять здоров'ю людини.

- | | |
|------------------------------|----------------------|
| а) Дотримання правил гігієни | г) Недосипання |
| б) Вживання овочів і фруктів | д) Заняття спортом |
| в) Здорове харчування | е) Вживання алкоголю |
| г) Куріння | є) Переїдання |

2. Розгляньте діаграму і дайте відповіді на запитання.

Роки



- Які види спорту найефективніше впливають на тривалість життя?

- Який вид спорту краще впливає на тривалість життя плавання чи теніс?



3. Тренування організму пристосовуватися до холоду, спеки та вітру, а також виховання здатності не захворіти у несприятливих умовах, - це

а) спорт; б) здоров'я; в) загартування; г) почуття.

4. В м'ясі, рибі, яйцях, молоці, квасолі містяться...

а) жири; б) вуглеводи; в) білки.

5. Розділи продукти харчування на дві групи:

Рослинного походження: _____

Тваринного походження: _____

Олія, рис, зернята, риба, молоко, яйця, сметана, хліб.

6. Оберіть правильну відповідь. Які страви українці обов'язково готують на Святвечір.

- а) Піца, вареники, галушки, суп з морепродуктами;
- б) Кутя, узвар, борщ, вареники, випічка;
- в) Борщ, торт, кутя, запечена риба.

7. Якщо ви відчули запах газу, ...

- а) спочатку перекрийте газові крани, відкрийте вікна і вийдіть з приміщення;
- б) користуйтесь вогнем;
- в) вмикайте і вимикайте освітлення;
- г) коли йдете із загазованого приміщення, викличте аварійну службу газу.

8. Запишіть приклади витрат.

Необхідні витрати: _____

Бажані витрати: _____

9. Установи відповідність між службою оперативного реагування та її номером телефону.

- | | |
|------|---------------------------|
| 101. | Швидка медична допомога |
| 102. | Пожежно-рятувальна служба |
| 103. | Поліція |
| 104. | Аварійна газова служба |

10. Оберіть інфекційні хвороби.

- а) алергія; б) грип; в) коронавірус;
г) туберкульоз; д) вади серця; е) гастрит.

12. Напишіть, якими правилами слід користуватися, купуючи продукти в магазині, щоб захистити себе і родину від отруєння.

11. Підкресліть вимоги, яких слід дотримуватись, щоб уникнути інфекційних хвороб.

- а) Спілкуйтеся з хворими.
- б) Вживайте тільки свіжу їжу та чисту воду.
- в) Їжа, до якої мали доступ мухи чи таргани, придатна до вживання.
- г) Ретельно мити руки перед їдою, після туалету.
- г) Одягати маску треба тільки поряд з хворими.
- д) Вчасно робити щеплення.