

# ПОКАЗНИКИ ЗДОРОВ'Я І РОЗВИТКУ ДИТИНИ

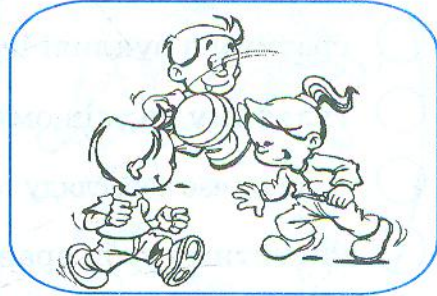


1. Прочитай прислів'я. Поясни його.



2. Познач, які показники здоров'я зображені на малюнках.

1. Міцний сон.
2. Хороший апетит.
3. Бажання гратися.
4. Бажання спілкуватися.



3. Підкресли, що ти можеш робити, коли здоровий(-а).

Бігати, ходити, стрибати, грати в шахи, гуляти з друзями, кататися на роликах, читати книжку, приймати ліки, танцювати, допомагати мамі, міряти температуру, переглядати телепередачі, полоскати горло, вчитися.



#### 4. Доповни речення.

Щоб дізнатися, чи нормально ти ростеш і розвиваєшся, чи не маєш якихось хвороб, слід регулярно проходити \_\_\_\_\_

---



#### 5. Склади свій план зміцнення здоров'я на рік.

- Щодня робитиму ранкову зарядку;
- підтягуватимуся на турніку щодня;
- відвідуватиму уроки фізкультури;
- відвідуватиму спортивну секцію;
- гратиму в рухливі ігри на вулиці;
- гулятиму на свіжому повітрі;
- обмежу час перегляду телепередач до однієї години на день;
- чиститиму зуби вранці й увечері;
- щодня їстиму овочі та фрукти;
- їстиму менше солодоців.



#### 6. Вибери показники здоров'я, які визначав лікар під час профілактичного огляду.

- Зріст;
- маса тіла;
- об'єм грудної клітки;
- колір очей;
- температура тіла.