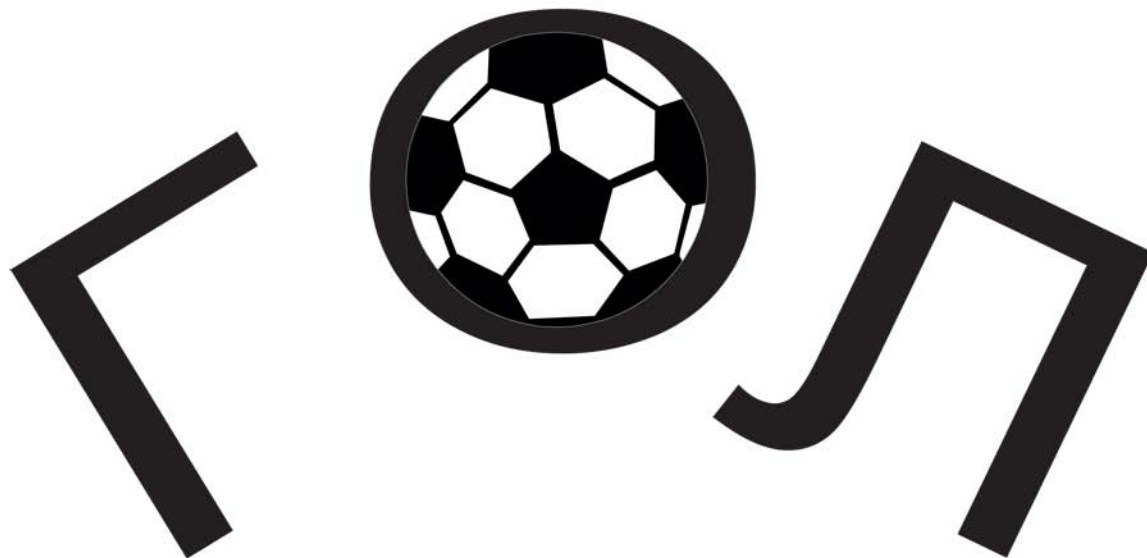


Василь Тесля

*Серія "Хочу вчитися краще"*



**Основи здоров'я**  
**Книга-гра**  
**4 клас**

Видавництво  
«Навчальна книга — Богдан»



раз у тиждень  4

Як часто діти повинні  
вживати овочі та фрукти?

8 щодня

тричі на тиждень  31



зранку та в обід  22

Коли щоденно  
потрібно чистити зуби?

31 зранку

зранку і ввечері  29



щодня  
1,5-2 години  21

Скільки часу школяр  
має бувати на свіжому повітрі?  
щодня  
до 1 години  31

годину  
на 2-3 дні



весь вільний час

Г 7

Як довго школяр може дивитися телевізор  
щодня, аби не зашкодити здоров'ю?

О 10

До 1,5 години

1,5-3 години

О 6



запитати,  
хто дзвонить

О 21

Чого не слід робити,  
почувши дзвінок у двері?

Л 8

Відкрити  
двері

Подивитися  
у вічко

О 3

О 5

22.00-22.30

21.00-21.30

Г 26

Коли школяреві  
рекомендується лягати спати?

Л 9



Гра для двох і більше осіб, мета якої – розвивати пізнавальну активність, логічне мислення, тренувати пам'ять, перевірити здобуті на уроках з основ здоров'я знання.

### **Ігровий матеріал**

Книга-гра складається із 29-ти сторінок, на кожній з яких вміщено по три запитання в літерах «Г», «О», «Л». До кожного запитання подано три варіанти відповіді з вписаними у кружечках літерами та числами (число вказує на номер сторінки, літера – на букву, в якій зображено футбольний м'яч, якщо відповідь на запитання правильна).

### **Правила гри**

- Лічилкою або жеребкуванням гравці встановлюють черговість виконання ходів.
- Домовляються, яку кількість ходів будуть виконувати та скільки часу можна витратити на вибір відповіді (до 1 хвилини).
- Перший учасник відкриває книгу на довільній ігровій сторінці, читає запитання і обирає правильну, на його думку, відповідь; називає вголос літеру та число, написані біля обраної відповіді (наприклад: «О8»), відкриває книжку на сторінці з названим числом (у нашому випадку на сторінці 8). Якщо на зазначеній сторінці у обраній літері зображено м'яч, то відповідь правильна. Якщо ж гравець помилився, то м'яча у названій літері не знайде. На цьому перший хід першого гравця завершено.
- З цієї сторінки у гру вступає другий учасник. Читає запитання у тій букві, де завершив гру перший гравець; обирає відповідь і зачитує результат. «Забивши» м'яч (або помилившись), передає книгу наступному гравцеві.
- Далі до гри долучається наступний учасник, починаючи із запитання у літері на тій сторінці, на якій завершив свій хід другий гравець.
- Перемагає той, хто «заб'є» найбільше футбольних м'ячів за визначену кількість ходів.

**Нехай щастить!**



Від 5  
до 12 років

Г29

Скільки років мають діти  
моłodшого шкільного віку?

Від 6  
до 11 років

Г24

Від 7  
до 10 років

О17



три

О27

Скільки всього  
є складових здоров'я?

Л30

чотири

п'ять

О 8



Л23

соціальна

Якої складової  
здоров'я не буває?

фізична

О29

гармонійна

Л17



на доріжці для велосипедистів

О12

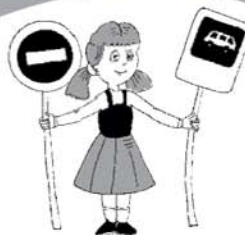
Де не можна кататися на велосипеді, якщо тобі менше 14 років?

на дворі та стадіоні

О8

на проїзній частині дороги

Г26



завжди виконувати

Г23

Як слід відноситися до правил дорожнього руху, аби не було дорожньо-транспортних пригод?

Л26

знати

вивчати

Г8

не створюють

Г22

паводки

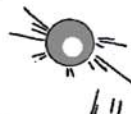
Які природні надзвичайних ситуацій?

затемнення сонячні

Л20

ожеледиці

Г18



Навчальне видання

Серію “Хочу вчитися краще” започатковано 2009 року  
Тесля Василь Васильович

# ГОЛ

Основи здоров'я

Книга-гра

4 клас

Головний редактор Богдан Будний

Редактор *Наталія Шост*

Обкладинка *Володимира Басалиги*

Комп'ютерна верстка *Віталія Кравчука*

Технічний редактор *Оксана Чучук*

Підписано до друку 13.09.2012 Формат 60x84/16. Папір офсетний.

Гарнітура Arial. Умовн. друк. арк. 1,86. Умовн. фарбо-відб. 1,86.

Видавництво “Навчальна книга — Богдан”

Свідоцтво про внесення до Державного реєстру видавців ДК№370 від 21.03.2001 р.

Навчальна книга — Богдан, прос. С. Бандера, 34а, м. Тернопіль, 46002

Навчальна книга — Богдан, а/с 529, м. Тернопіль, 46008

тел/факс (0352) 52-06-07; 52-05-48; 52-19-66

office@bohdan-books.com www.bohdan-books.com

## **Тесля В.**

Т36 Гол. Основи здоров'я: книга-гра : для учнів 4 класу /

В. Тесля. — Тернопіль : Навчальна книга — Богдан, 2012. — 32 с. —

(Серія “Хочу вчитися краще”).

ISBN 978-966-10-0849-5 (серія)

ISBN 978-966-10-2846-2

УДК 811.161.2(076.1)

ББК 81.2(4 Укр)я71