

Н.О. Будна

# ОСНОВИ ЗДОРОВ'Я

Творчі завдання

**4 клас**

*Дидактичний матеріал*



ТЕРНОПІЛЬ  
НАВЧАЛЬНА КНИГА – БОГДАН

ББК 74.266.0  
Б90

Рецензенти:  
кандидат педагогічних наук, доцент  
*З.М. Онишків*  
вчитель вищої категорії, вчитель-методист  
*М.Л. Стасюк*

**Будна Н.О.**  
Б90 Основи здоров'я. Творчі завдання. 4 клас: Дидактичний матеріал. — Тернопіль: Навчальна книга — Богдан, 2010. — 32 с.

**ISBN 978-966-10-0089-5**

У посібнику подано 6 тематичних робіт у двох варіантах. Кожна робота містить 6 завдань різного характеру: одні передбачають вибір правильного варіанту з-поміж кількох запропонованих, інші вимагають доповнення або конструювання відповіді.

Завдання посібника допоможуть учителеві швидко і якісно перевірити рівень навчальних досягнень кожного учня з тієї чи іншої теми, виявити і ліквідувати прогалини у знаннях, повторити і закріпити матеріал.

Для вчителів та учнів 4 класу.

ББК 74.266.0

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

ISBN 978-966-10-0089-5

© Навчальна книга — Богдан,  
майнові права, 2010

## ПЕРЕДМОВА

**Об'єктами перевірки й оцінювання** навчальних досягнень учнів з предмета “Основи здоров'я” виділено:

1. **Знання** про здоров'я, його складові; здоровий і безпечний спосіб життя; зв'язки і залежності між ними.

2. **Способи навчально-пізнавальної діяльності.** Виконання правил, вказівок, алгоритмічних приписів здорового і безпечного життя, які передбачено програмою.

3. **Досвід творчого застосування набутих способів навчально-пізнавальної діяльності.** Розв'язання реконструктивних і творчих завдань, які реалізуються на програмовому змісті.

4. **Цінності, норми і ставлення.** Ставлення до власного здоров'я та здоров'я оточуючих; уміння і навички міжособистісних стосунків; потреби і мотиви суспільної, навчально-пізнавальної і трудової діяльності.

**Критеріями оцінювання навчальних досягнень учнів визначено:**

- якість знань (правильність, конкретність, узагальненість, міцність, систематичність, усвідомленість, перенесення знань);

- рівень сформованості розумових і практичних умінь та навичок (учень копіює зразок, виконує за зразком, за аналогією; застосовує сформовані уміння й навички в життєвих і навчальних ситуаціях, передбачених програмою);

- рівень оволодіння досвідом творчої діяльності;

- рівень оволодіння знаннями про цінності й норми стосовно власного здоров'я та здоров'я інших;

- рівень самостійності (учень працює під безпосереднім керівництвом учителя, потребує значної допомоги вчителя, потребує незначної допомоги вчителя, працює самостійно).

За зазначеними критеріями виділено чотири рівні навчальних досягнень учнів: **початковий, середній, достатній, високий.**

1 варіант



**1. Вибери складові здоров'я.**

- а) Соціальна;
- б) рухова;
- в) фізична;
- г) психічна;
- ґ) духовна;
- д) розумова.

**2. Збереженню і зміцненню здоров'я сприяють:**

---

---

---

---

---

---

---

**3. Підкресли природні чинники, які створюють відповідні умови для збереження здоров'я людини.**

Сонце, шампунь, овочі, машина, паління, чисте повітря, ромашка, зубна щітка, джерельна вода, мікроби, ліс, собака, морква, гарний настрій, переїдання, безпека на дорозі, цікаві ігри.

**4. Щоб зберегти зір, треба ...**

- а) читати лежачи;
- б) багато часу проводити за комп'ютером або біля телевізора;
- в) робити гімнастику для очей;
- г) правильно сидіти під час читання;
- ґ) вживати вітаміни.

**5. Які правила здорового способу життя ти виконуєш?  
Запиши.**

---

---

---

---

---

---

**6. Якщо у вашому дворі (домі) є люди з обмеженими  
можливостями (інваліди), то ти ...**

- а) допомагаєш їм;
- б) не звертаєш на них уваги;
- в) спілкуєшся з ними.

**2 варіант**



**1. Складові здоров'я — це фізична, \_\_\_\_\_**

---

---

**2. Вибери чинники, що позитивно впливають на життя і здоров'я людини.**

- а) Дотримання режиму дня;
- б) раціональне харчування;
- в) виконання правил дорожнього руху;
- г) руховий режим;
- ґ) гарний настрій;
- д) свіже повітря.

**3. Які звуки негативно впливають на здоров'я? Підкресли.**

Спів пташок, гуркіт літака, ревіння мотора, дзюркіт води, вітер, стукіт молотка, гудіння комах, гучна музика, дзижчання пили, шум морської хвилі, галас на вулиці, шурхіт опалого листя.

**4. Щоб мати гарну поставу, треба ...**

- а) ходити рівно;
- б) ходити на високих підборах;
- в) носити важку сумку в одній руці;
- г) спати на твердій постелі;
- ґ) сидіти за столом так, як зручно.

**5. Твій ключ до здоров'я: \_\_\_\_\_**

---

---

---

---

---

---

---