

Ріст і розвиток

1. Розглянь таблицю і виконай завдання.

Зріст (см)	Маса тіла (кг)									
	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65
125	13	16	19	22	26	29	32	35	38	42
130	12	15	18	21	24	27	30	33	36	38
135	11	14	16	19	22	25	27	30	33	36
140	10	13	15	18	20	23	26	28	31	33
145	10	12	14	17	19	21	24	26	29	31
150	9	11	13	16	18	20	22	24	27	29
155	8	10	12	15	17	19	21	23	25	27
160	8	10	12	14	16	18	20	21	23	25
165	7	9	11	13	15	17	18	20	22	24



Зріст (см)	Маса тіла (кг)									
	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65
125	13	16	19	22	26	29	32	35	38	42
130	12	15	18	21	24	27	30	33	36	38
135	11	14	16	19	22	25	27	30	33	36
140	10	13	15	18	20	23	26	28	31	33
145	10	12	14	17	19	21	24	26	29	31
150	9	11	13	16	18	20	22	24	27	29
155	8	10	12	15	17	19	21	23	25	27
160	8	10	12	14	16	18	20	21	23	25
165	7	9	11	13	15	17	18	20	22	24



Зріст Яни 140 см, а її маса — 50 кг. На скільки кілограмів потрібно схуднути Яні, щоб її вага була в нормі?

2. Діти виміряли свій зріст та масу і записали дані в таблицю.

	Зріст (см)	Маса (кг)
Дарина	155	50
Артем	140	45
Віка	145	55
Вадим	160	45

За допомогою таблиці(вище) обери правильне чи хибне твердження

Маса тіла
Вадима в нормі.



Маса тіла Віки
є недостатньою.



Загальна маса
дітей 195 кг.



Вадим має
кілька зайвих
кілограмів.



Маса тіла
Артема
є надмірною.



Загальний зріст
дітей 600 см.



Зріст Вадима
більший, ніж зріст
Артема.



Маса тіла Віки
менша, ніж маса
тіла Дарини.



Якщо Віка
схудне на 10 кг, то
її маса тіла буде в
нормі.



3. Розглянь піраміду фізичної активності й запиши відповіді на запитання.



Якими видами діяльності можна займатися всією родиною? _____

Які види фізичної активності збільшують гнучкість? _____

Якими видами діяльності ти займаєшся? Які види діяльності тобі треба спробувати? _____
