

Тема: Моє здоров'я

👤 Ім'я та Прізвище: _____

Дата: «___» _____ 2026р.

Завдання 1. «З'єднай логічні пари»

Прочитай початок речення у лівій колонці та знайди його продовження у правій. З'єднай їх лінією.

Початок думки (А)

1. Щоб хребет був рівним та здоровим... 
2. Ранкова руханка допомагає... 
3. Тривале навчання за комп'ютером... 
4. Збалансований раціон - це... 

Логічне завершення (Б)

- ...важливо чергувати з активним відпочинком. 
- ...необхідно правильно підібрати наплічник. 
- ...скоріше «прокинутися» та бути бодрим. 
- ...запорука енергії для зростання та розвитку. 



Завдання 2. «Впиши пропущені слова»

Користуючись підказками з «Банку слів», доповни речення так, щоб вони стали правильними порадами.

Банк слів: харчування, зарядка, наплічник, навчання.

1. Щоденна ранкова _____ дарує м'язам силу, а тобі — гарний настрій. 
2. Твій _____ не повинен бути надто важким, щоб не перевантажувати спину. 
3. Полезне та регулярне _____ допомагає організму отримувати всі необхідні вітаміни. 
4. Цікаве _____ стає набагато легшим, якщо ти висипаєшся та дбаєш про себе. 



Самооцінка

Оціни свою роботу на уроці, зафарбувавши відповідний смайлик.



- 😊 — Все було зрозуміло і легко; 😐 — Були деякі труднощі, але я впорався/лася;
😞 — Мені потрібна була допомога вчителя.