Тематичне оцінювання з теми «Фізична та психічна складові здоров'я»

1. Раціональне харчування - це харчування, коли щодня до організму надходять всі необхідні вітаміни.
2. Через неправильне харчування може виникнути цукровий діабет.
3. Продукти, що містять багато йоду, - це капуста, помідори, виноград.
4. Під час фізичних навантажень слід вживати більше води.
5. Особиста гігієна - це правила гігієни, яких рекомендується дотримуватися в повсякденному житті.
6. Такі засоби гігієни, як зубна щітка, мочалка, гребінець, рушник, можна позичити у друга чи знайомого.
7. Після тренування потрібно обов'язково прийняти душ та змінити одяг на чистий та сухий.
8. Щоб уникнути появи чорних цяток та прищів, слід намагатися як можна менше торкатися до обличчя руками протягом дня.
9. Навички – це спосіб робити щось під чужим керівництвом.
10. Бути відповідальним, доброзичливим, пунктуальним – це шкідливі звички.
11. Щоб запобігти появі шкідливих звичок, потрібно правильно обирати приклади для наслідування.

LIVEWORKSHEETS