



НОВА
УКРАЇНЬСЬКА ШКОЛА

Ірина Жаркова
Лариса Мечник



Я досліджую світ

Робочий зошит

Частина 2

3
клас



Схвалено для використання
у загальноосвітніх навчальних закладах

До підручника
І. Жаркової та ін.
за програмою О. Савченко

Видавництво



«Підручники
і посібники»

ГРИБИ

1. Запиши відповіді на запитання.

З яких частин складається тіло шапинкового гриба? _____

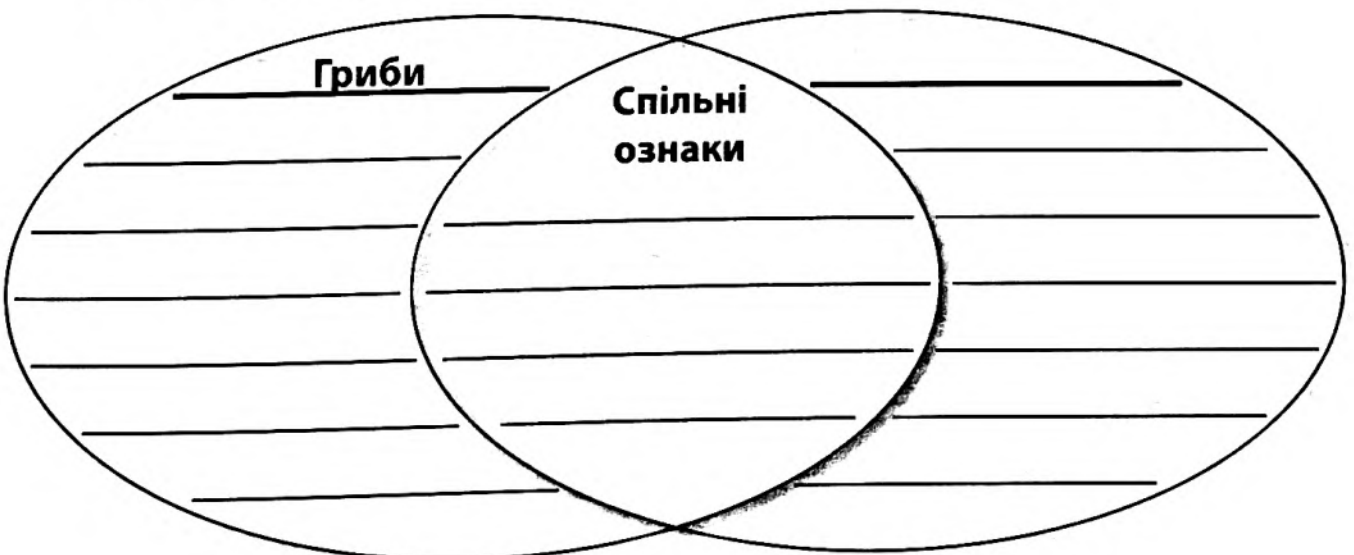
Чому гриби належать до живої природи? _____

Чим і як живляться гриби? _____

Які умови є сприятливими для життя грибів? _____

Як розмножуються гриби? _____

2. Порівняй гриби з рослинами або тваринами (на вибір). Запиши результати.



БАКТЕРІЇ

1. Запиши відповіді на запитання.

Де живуть бактерії? _____

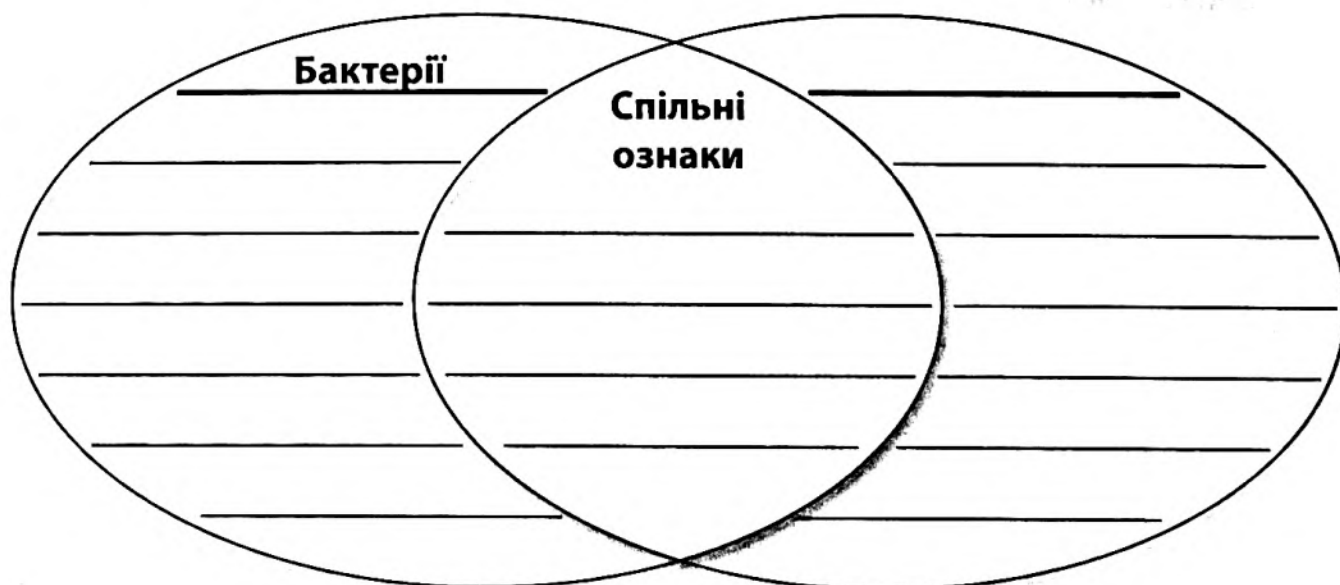
Яку форму мають бактерії? _____

Чому бактерії належать до живої природи? _____

Чим і як живляться бактерії? _____

Як розмножуються бактерії? _____

2. Порівняй бактерії з рослинами, тваринами або грибами (на вибір). Запиши результати.



ЗНАЧЕННЯ ОРГАНІЗМІВ У ПРИРОДІ ТА ЖИТТІ ЛЮДИНИ. ОХОРОНА РОСЛИННОГО І ТВАРИННОГО СВІТУ

1. Заповни таблицю.

Значення рослин	
у природі	у житті людини
Значення тварин	
у природі	у житті людини
Значення бактерій	
у природі	у житті людини
Значення грибів	
у природі	у житті людини

2. З'єднай лініями.

Завдає шкоди рослинному і тваринному світу

Вирубання лісів

Створення Червоної книги

Осушення боліт

Розорювання степів

Насадження лісів

Забруднення водойм

Дотримання правил поведінки в природі

Створення заповідників

Хижацьке полювання

Дотримання законів про охорону тварин

Використання отрутохімікатів

Дотримання законів про охорону рослин

Забруднення повітря

Заборона полювання на рідкісних тварин

Встановлення очисних споруд на заводах

Надмірне зривання лікарських рослин

Забруднення ґрунту

Сприяє збереженню рослинного і тваринного світу

ЛІС — ПРИРОДНЕ УГРУПОВАННЯ

1. Допиши речення.

Ліс — це природне угруповання, _____

Серед рослин лісу живуть _____

2. Заповни таблицю.

Яруси лісу	Назви рослин, що утворюють ярус
Верхній	-----
Середній	-----
Нижній	-----

3. Запиши відповіді на запитання.

Чому дерева в лісі утворюють верхній ярус? _____

Які пристосування мають трав'янисті рослини лісу до виживання в умовах незначного освітлення? _____

4. Прочитай текст. Користуючись зразком і поданим планом, опиши тварину лісу, яка тобі подобається.

Дикий кабан. Належить до звірів.

Велика тварина на коротких ногах. Голова масивна з чорним рилом, волохатими вухами та маленькими чорними очима. Тіло сплюснуте з боків і вкрите густою бурою щетиною.

Тварина всеїдна. Живиться коренями рослин, жолудями, горіхами, травою, червами, слимаками, гризунами.

Удень відпочиває в непрохідних хащах. Для виведення потомства облаштовує лігво з гілок і трави.

Назва тварини. _____

До якої групи належить? _____

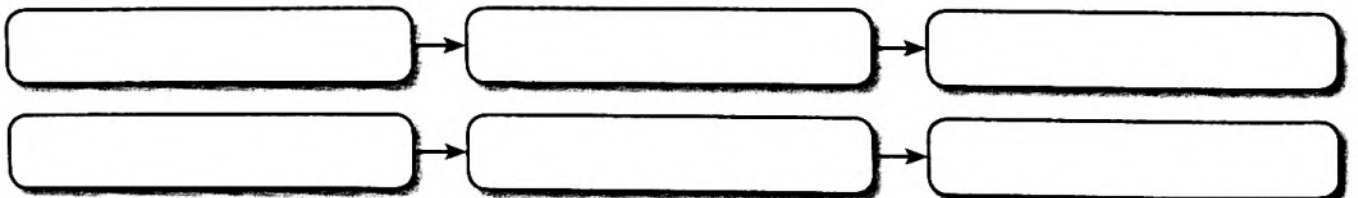
Розміри та зовнішній вигляд. _____

Чим живиться? _____

Де і як облаштовує житло чи схованку від ворогів, місце для виведення потомства? _____

5. Склади ланцюги живлення, що існують у лісі між:

- білкою, куницею та ліщиною;
- сосною, дятлом і жуком-короїдом.



ЛУКИ — ПРИРОДНЕ УГРУПОВАННЯ

1. Допиши речення.

Лука — це природне угруповання, _____

2. Підкресли назви рослин луків.

Конюшина, ялина, тимофіївка, королиця, деревій, підсніжник, дуб, дзвоники, конвалія, чорниця, пирій, стоколос, герань лучна, горошок мишачий, сосна, тонконіг, лисохвіст, береза, волошка, жовтець.

3. Запиши відповідь на запитання.

Як рослини луків пристосувалися до випаровування меншої кількості вологи? _____

4. Підкресли назви тварин луків.

Білка, жаба трав'яна, ящірка, кріт, вуж, дятел, деркач, куріпка, миша, ропуха, коник зелений, козуля, журавель сірий, перламутрівка, зозуля, сонечко, дикий кабан, джміль.

5. Запиши відповіді на запитання.

Як тварини луків пристосувалися до виживання в умовах відкритого простору? _____

Які зв'язки існують між рослинами і тваринами на луках? _____

6. Опиши тварину луків (на вибір) за поданим планом.

Назва тварини. _____

До якої групи належить? _____

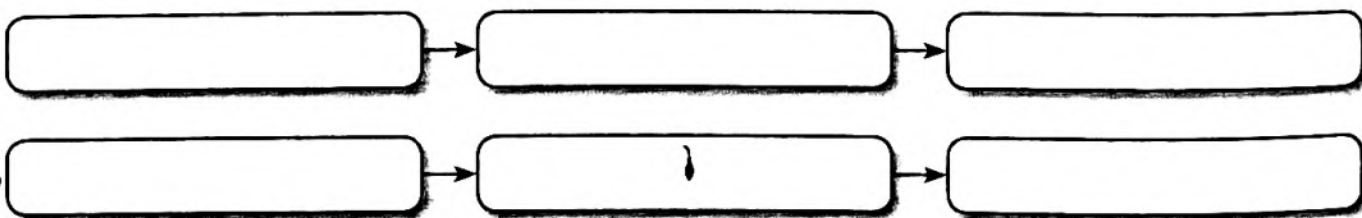
Розміри та зовнішній вигляд. _____

Чим живиться? _____

Де та як облаштовує житло чи схованку від ворогів, місце для виведення потомства? _____

7. Склади ланцюги живлення, що існують на луці між:

- гусінню, конюшиною та куріркою;
- лимонницею, ящіркою та кульбабою.



ПРИСНА ВОДОЙМА — ПРИРОДНЕ УГРУПОВАННЯ

1. Допиши речення.

До прісних водойм належать: _____

2. Підкресли назви рослин прісних водойм. Розподіли їх на групи та заповни таблицю.

Осока, королиця, ряска, стрілолист, конюшина, зелені водорості, елодея, ситник, латаття біле, копитняк, глечики жовті, очерет, калина, кушир, рогіз, береза, комиш.

Групи рослин	Назви рослин
Рослини, які ростуть недалеко від берега	----- -----
Рослини, коріння яких закріплюється на дні, а листки і квітки плавають на поверхні водойми	----- ----- -----
Рослини, які повністю занурені у воду	----- -----
Рослини, які плавають на поверхні водойми	----- -----

3. Запиши відповідь на запитання.

Як рослини прісних водойм пристосувалися до виживання в умовах надмірного зволоження? _____

4. Підкресли назви тварин прісних водойм. Розподіли їх на групи та заповни таблицю.

Щука, крижень, джміль, лелека, жаба, ящірка, нутрія, лящ, сом, кріт, річковий рак, видра, гуска, тритон, карась, куріпка, жук-плавунець, миша, бобер, хохуля, чапля, зозуля, окунь.

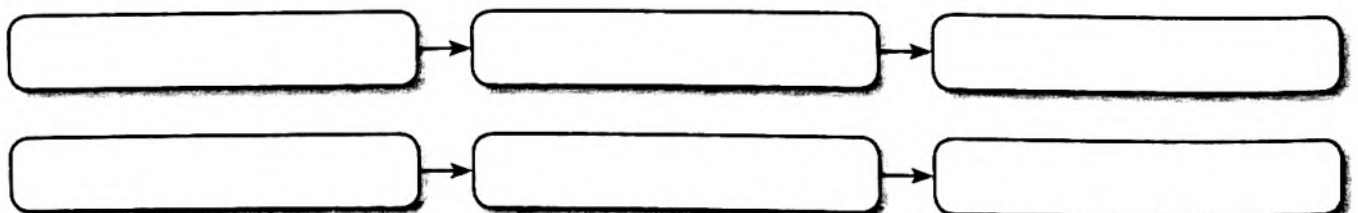
Групи тварин	Назви тварин
Постійні мешканці водойм	----- -----
Частину життя проводять у воді	----- -----
Селяться на узбережжі, а живляться у водоймах	----- ----- -----

5. Запиши відповідь на запитання.

Як тварини пристосувалися до життя в прісних водоймах? _____

6. Склади ланцюги живлення, що існують у прісній водоймі між:

- карасем, щукою та водоростями;
- раком, очеретом і видрою.



МОРЕ — ПРИРОДНЕ УГРУПОВАННЯ

1. Запиши відповіді на запитання.

Які моря є в Україні? _____

Якою на смак є морська вода? _____

2. Підкресли назви рослин і тварин моря.

Зелені водорості, ряска, катран, скумбрія, елодея, латаття біле, червоні водорості, карась, хамса, окунь, бурі водорості, оселедець, дельфін білобочка, комиш, бичок, жук-плавунець, камбала.

3. Користуючись різними джерелами інформації, підготуй і запиши повідомлення про тварину моря (на вибір) за поданим планом.

Назва тварини. _____

До якої групи належить? _____

Розміри та зовнішній вигляд. _____

Зображення тварини

Чим живиться? _____

Як розмножується і розвивається? _____

Значення в природі та житті людини. _____

ЧЕРВОНА КНИГА УКРАЇНИ

1. З'єднай лініями.

На чорних сторінках Червоної книги перелічені рослини і тварини, які...

перебувають під загрозою зникнення, їх треба охороняти.

На червоних сторінках Червоної книги зазначені рослини і тварини, які...

можуть зникнути, якщо їх не взяти під охорону.

На жовтих сторінках Червоної книги указані рослини і тварини, які...

зникли, їх не знайдено в місцях можливого поширення в природі.

На білих сторінках Червоної книги описані рослини і тварини, які...

рідко зустрічаються в природі, тому їм загрожує зникнення.

На сірих сторінках Червоної книги представлені рослини і тварини, які...

винесені з Червоної книги через збільшення їх кількості.

На зелених сторінках Червоної книги указані рослини і тварини, які...

недостатньо відомі й можуть бути віднесені до рідкісних.

2. Використовуючи слова для довідки, підпиши назви зображених рослин і тварин, які занесені до Червоної книги України.



















Слова для довідки: нарцис вузьколистий, жук-олень, лілія лісова, підсніжник, махаон, бражник мертва голова, сон-трава велика, сапсан, дрохва.

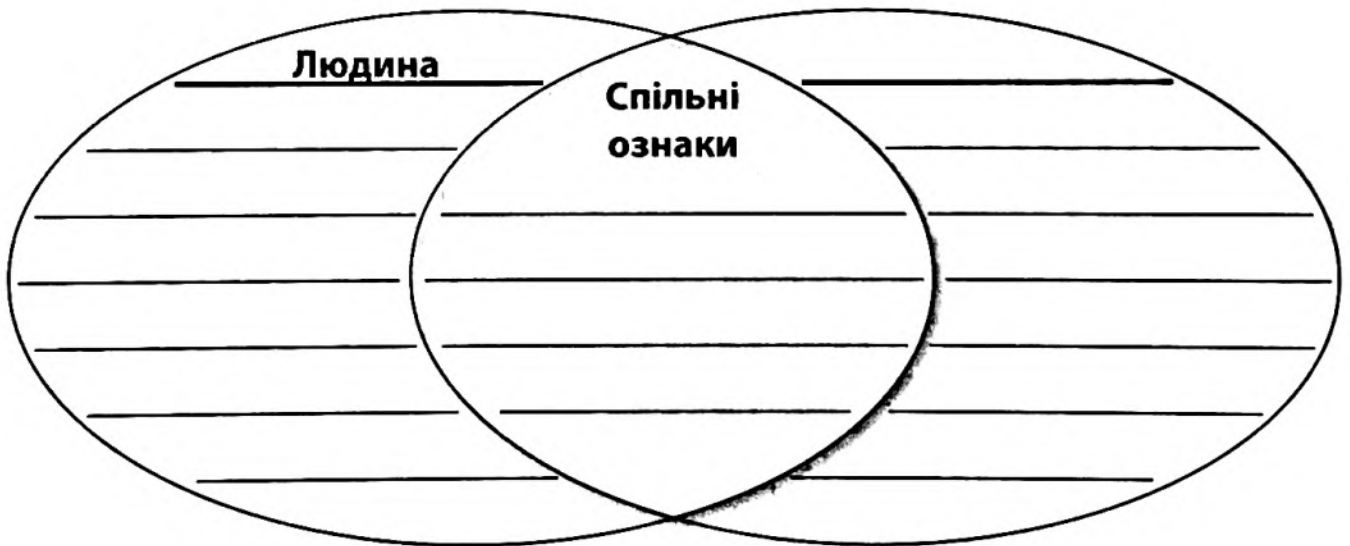
ЛЮДИНА — ЧАСТИНА ПРИРОДИ. РОЛЬ ПРИРОДИ В ЖИТТІ ЛЮДИНИ

1. Допиши речення.

Людина — частина живої природи, тому що вона, як і всі організми,

Від природи людина отримує _____

2. Порівняй людину зі звіром (на вибір). Запиши результати.



3. Запиши відповіді на запитання.

Ідеї яких винаходів підказала людині природа? _____

Чому відпочинок серед природи оздоровлює людину? _____

ПРОФЕСІЇ, ПОВ'ЯЗАНІ З ДІЯЛЬНІСТЮ ЛЮДИНИ В ПРИРОДІ

1. Розгадай кросворд «Природа» і запиши відповідь на запитання.



1. Спеціаліст, який складає прогноз погоди.
2. Фахівець, який створює квіткові композиції до свят та інших подій.
3. Службовець, який охороняє ліс, доглядає за ним, висаджує нові лісові рослини.
4. Спеціаліст, який займається вирощуванням культурних рослин.
5. Фахівець, який вивчає надра Землі та займається пошуком родовищ корисних копалин.
6. Спеціаліст, який займається вирощуванням саду та доглядом за ним.
7. Фахівець, який обстежує та лікує тварин, дає поради, як за ними доглядати.

Чому розгаданий кросворд отримав таку назву? _____

ВЛАСТИВОСТІ МАТЕРІАЛІВ

1. Допиши речення.

Матеріали — це _____

2. Заповни схему.



Наприклад:

Наприклад:

<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
-------------------------	-------------------------

3. Скориставшись планом (с. 37 у підручнику), проведи дослідження властивостей одного з матеріалів (на вибір) та запиши висновок.

Назва матеріалу: _____

Колір: _____

Запах: _____

Прозорість: _____

Міцність: _____

Пружність: _____

Пластичність: _____

Водопроникність: _____

Висновок: _____

ВИКОРИСТАННЯ МАТЕРІАЛІВ

1. З'єднай лініями.

Папір, будівельні матеріали,
меблі виробляють із...

пластмаси.

Побутові речі, іграшки,
пляшки виготовляють із...

гуми.

Труби, посуд, дрiт, деталі
виробляють із...

скла.

Посуд, віконні шибки, банки,
пляшки виробляють зі...

деревини.

Цеглу, керамічний посуд
виготовляють із...

міді.

Шланги, шини, взуття,
рукавиці виробляють із...

глини.

2. Досліді, з яких матеріалів виготовлені предмети, які оточують тебе вдома та в школі. Заповни таблицю.

Назва предмета	Матеріал, з якого виготовлений

ТЕХНІКА ТА ТЕХНОЛОГІЇ

1. Допиши речення, використовуючи слова для довідки.

У будівництві використовують таку техніку: _____

Для перевезення пасажирів і вантажів застосовують: _____

Для обробки та передачі інформації знадобляться: _____

Для вирощування культурних рослин та утримання свійських тварин потрібні: _____

Слова для довідки: смартфон, комбайн, трактор, бульдозер, планшет, автомобіль, підйомний кран, сівалка, самоскид, вантажний автомобіль, комп'ютер, асфальтоукладач, телевізор, екскаватор, автобус, тролейбус, радіо, пароплав, бетономішалка, телефон, косарка, доїльний апарат, літак.

2. Досліді, яку техніку використовують у тебе вдома та яку роботу вона допомагає виконувати. Заповни таблицю.

Назва техніки	Робота, яку вона допомагає виконувати

ВИНАХОДИ ЛЮДСТВА ТА ЇХ ВПЛИВ НА ЖИТТЄДІЯЛЬНІСТЬ ЛЮДИНИ

1. Користуючись різними джерелами інформації, підготуй і запиши за поданим планом повідомлення про один із винаходів людства, який значною мірою вплинув на життєдіяльність людини.

Назва винаходу. _____

Автор винаходу. _____

Рік створення винаходу. _____

Країна, у якій зроблено винахід. _____

Зображення винаходу

Призначення винаходу. _____

Історія створення винаходу. _____

Як винахід вплинув на життєдіяльність людини. _____

ПРАВИЛА ПОВЕДІНКИ В ПРИРОДІ

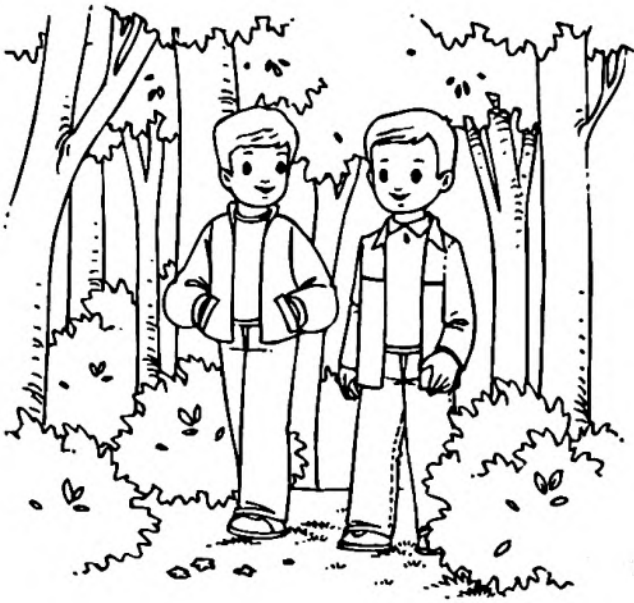
1. Підпиши під малюнками, які правила поведінки в природі порушили зображені діти.













ОЩАДЛИВЕ ВИКОРИСТАННЯ ПРИРОДНИХ РЕСУРСІВ

1. Прочитай заходи ощадливого використання електроенергії. Познач «+» ті, яких дотримуються в тебе вдома.

- Стіни та стеля пофарбовані у світлі кольори.
- Віконне скло підтримують у чистоті.
- Перед вікнами відсутні зелені насадження.
- Коли виходять з приміщення, вимикають світло.
- Звичайні лампочки замінені на енергозберігаючі.
- Під час потепління вимикають електрообігрівальний прилад.
- Двері холодильника не відчиняють надовго.
- Холодильник стоїть далеко від нагрівальних приладів.
- Коли на комп'ютері не працюють, його вимикають.
- Пральну та посудомийну машини вмикають лише при повному їх завантаженні.
- Пилосос вмикають тільки з чистими фільтрами.
- В електрочайник наливають потрібну кількість води.

Запиши, скільки в тебе вийшло «+». _____

Це оцінка за ощадливе використання електроенергії в тебе вдома. Якщо вона низька, у твоїй сім'ї не дотримуються усіх заходів ощадливого використання електроенергії.

Поміркуй разом із дорослими, що вам потрібно виправити, і зроби це якнайшвидше.

2. Доповни правила бережливого ставлення до води та економного її витрачання словами «не можна» або «потрібно».

_____ набирати воду в склянку, коли полощеш зуби.

_____ ремонтувати несправні водопровідні крани.

_____ залишати водопровідні крани без нагляду, коли набираєш воду в посудину.

_____ мити посуд у раковині, а не під проточною водою.

_____ мити транспортні засоби на березі річки або озера.

_____ коли миєшся, вмикати воду на повну силу.

_____ поливати город зі шланга водопровідною водою.

_____ під час намилювання тіла вимикати воду в душі.

_____ пральною чи посудомийною машинами користуватися при повному їх завантаженні.

_____ викидати у водойми сміття.

3. Запиши відповіді на запитання.

Які природні ресурси відновлюються? _____

Які природні ресурси не відновлюються? _____

ОХОРОНА ПРИРОДИ

1. **Перевір, чи бережливо ставляться до природи в тебе вдома. Постав «+», якщо виконують написане.**

- Економлять електроенергію.
- Економлять воду.
- Сортують і роздільно збирають сміття.
- Не використовують поліетиленові пакети. За покупками в магазин ходять із сумкою.
- Не користуються одноразовим посудом.
- Напої та інші продукти купують переважно в скляних пляшках і банках.
- Ощадливо використовують папір і вироби з нього.
- Не знищують зелених насаджень.
- Під час відпочинку серед природи не залишають після себе сміття.
- Не спалюють суху траву в полі чи на городі.
- Висаджують рослини біля свого будинку.
- Старі речі використовують повторно.

Запиши, скільки в тебе вийшло «+». _____

Це оцінка за бережливе ставлення до природи у тебе вдома.

Якщо вона низька, у твоїй сім'ї не дотримуються всіх заходів бережливого ставлення до природи та роблять недостатньо для її охорони.

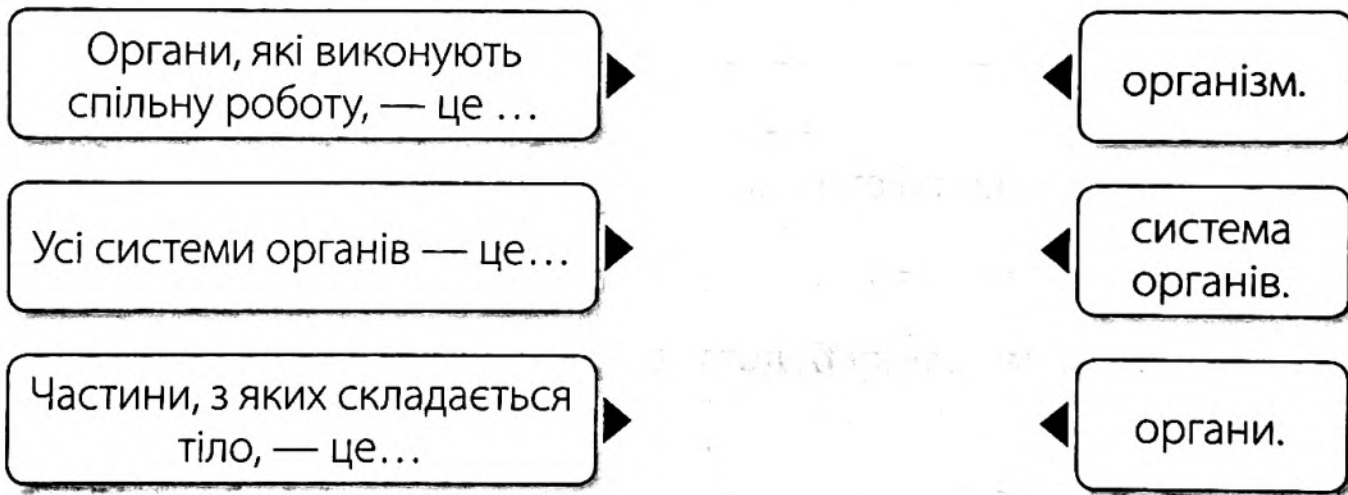
Поміркуй разом із дорослими, що вам потрібно виправити, і зроби це якнайшвидше.

ОРГАНІЗМ ЛЮДИНИ

1. Заповни таблицю.

Органи тіла людини	
зовнішні	внутрішні

2. З'єднай лініями.



3. Запиши відповіді на запитання.

Яка система органів забезпечує злагоджену роботу всього організму людини? _____

Що станеться в організмі людини, якщо хоч один із органів працюватиме погано? _____

ШКІРА. ЗНАЧЕННЯ ШКІРИ ДЛЯ ОРГАНІЗМУ ЛЮДИНИ. ДОГЛЯД ЗА ШКІРОЮ

1. Допиши речення.

Шкіра має таке значення для організму людини:

- 1) _____
- 2) _____
- 3) _____
- 4) _____

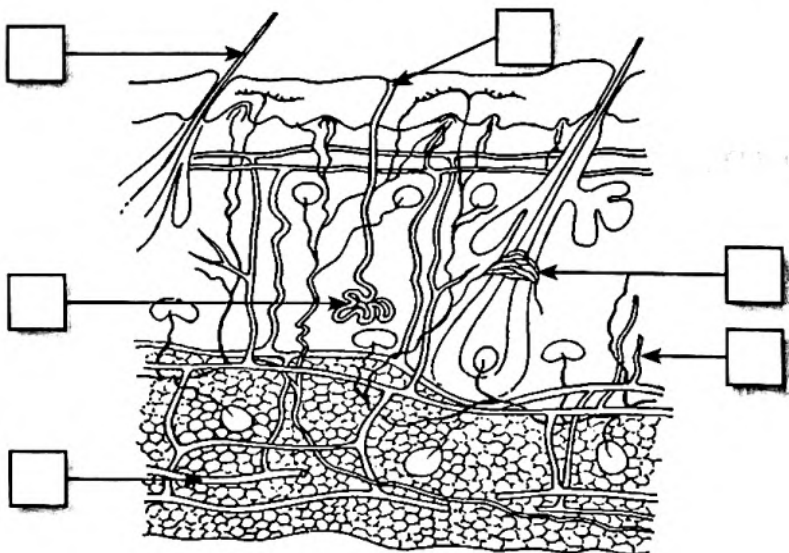
2. Запиши відповіді на запитання.

У чому полягає значення для організму виділення поту через шкіру? _____

Яку роль відіграє жир, який виділяють залози? _____

Чому брудна шкіра становить загрозу для людини? _____

3. Познач на малюнку будову шкіри людини.



- 1 Волосина.
- 2 Потова залоза.
- 3 Сальна залоза.
- 4 Пóра.
- 5 Кровоносні судини.
- 6 Нерви.

4. Перевір себе. Постав «+», якщо виконуєш написане.

- Уникаю обморожень шкіри.
- Уникаю опіків шкіри сонячними променями.
- Граюся та відпочиваю на свіжому повітрі.
- Уникаю поранень шкіри.
- Щодня мию обличчя, руки, ноги.
- Регулярно зрізую нігті на руках і ногах.
- У морозні дні одягаю головний убір і рукавиці.
- Харчуюся різноманітною їжею.
- Мию руки перед їдою, після прогулянки, спілкування з домашніми тваринами, відвідування туалету.
- За потреби змащую руки кремом.
- Не менше як 2 рази на тиждень мию все тіло та волосся.
- Щодня змінюю білизну.

Запиши, скільки в тебе вийшло «+». _____

Це твоя оцінка за те, як ти стежиш за чистотою своєї шкіри.

Якщо оцінка низька, то ти робиш недостатньо для того, щоб шкіра була здоровою й гарною.

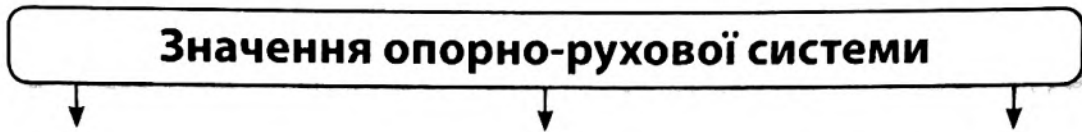
Поміркуй, що потрібно виправити, і зроби це якнайшвидше.

5. З'єднай лініями.

Де бруд, 	 запорука здоров'я.
Чистота — 	 боїться мила.
Будь-яка хвороба 	 там і хвороба.

СКЕЛЕТ І М'ЯЗИ ЛЮДИНИ, ЇХ ЗНАЧЕННЯ. ЗАПОБІГАННЯ ЗАХВОРЮВАННЯМ СКЕЛЕТА ТА М'ЯЗІВ

1. Заповни схему.



_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

2. Використовуючи слова для довідки, впиши в речення пропущені слова.

Коли м'язи скорочуються, вони стають _____

_____ та _____

Коли м'язи розслабляються, вони стають _____

_____ та _____

Під час скорочення м'яз тягне на себе кістку, до якої він прикріплений, і рука _____

Під час розслаблення м'яза кістка повертається в попереднє положення, і рука _____

Слова для довідки: згинається, випрямляється, коротшими, довшими, товстішими, тоншими.

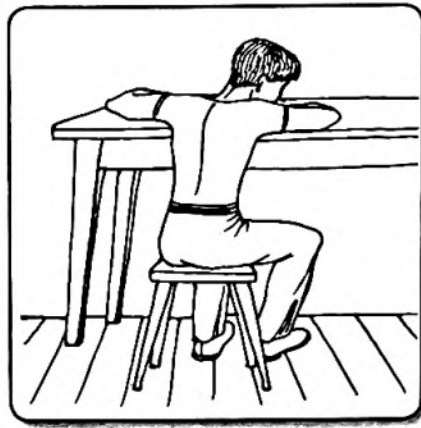
3. Запиши результати дослідження (с. 62 у підручнику).

Окружність опущеної руки — _____ см.

Окружність зігнутої руки — _____ см.

Висновок. Окружність зігнутої руки _____, тому що

4. Підпиши під малюнками, хто з дітей правильно вибрав місце для роботи, а хто — ні. Усно поясни, чому ти так гадаєш.



5. Перевір себе. Постав «+», якщо виконуєш написане.

- За столом сиджу прямо, трохи нахиливши голову.
- Руки тримаю на столі вільно, не спираюсь на них.
- Ноги ставлю всією ступнею на підлогу чи підставку.
- Відчувши втому, змінюю позу тіла.
- Стіл і стілець відповідають моєму зросту.
- Під час ходьби тримаюсь прямо, не сутулюсь.
- Шкільне приладдя ношу в наплічнику на плечах.
- Сплю на ліжку з матрацом, що не прогинається.
- Щодня роблю ранкову гімнастику.
- Граю в рухливі ігри на свіжому повітрі.
- Допмагаю батькам виконувати хатню роботу.
- Старанно виконую фізкультхвилинки на уроках.

Запиши, скільки в тебе вийшло «+». _____

Це твоя оцінка за те, як ти стежиш за своєю поставою.

Якщо оцінка низька, то ти робиш недостатньо для того, щоб постава була правильною.

Поміркуй, що потрібно виправити, і зроби це якнайшвидше.

ОРГАНИ ТРАВЛЕННЯ ЛЮДИНИ, ЇХ ЗНАЧЕННЯ

1. Допиши речення.

Харчуватися людині необхідно для того, щоб _____

Травлення — це _____

2. Заповни таблицю.

Продукти харчування	
рослинного походження	тваринного походження

3. Пронумеруй назви органів травлення в тій послідовності, як ними проходить їжа.

Товстий кишечник.

Ротова порожнина.

Глотка.

Стравохід.

Шлунок.

Тонкий кишечник.

ПРАВИЛА ЗДОРОВОГО ХАРЧУВАННЯ

1. Перевір, чи дотримуєшся ти правил здорового харчування. Постав «+», якщо виконуєш написане.

- Споживаю різноманітні продукти.
- Їжу споживаю 4–5 разів на день в один і той самий час.
- Їм не поспішаючи, ретельно пережовую їжу.
- Вранці обов'язково снідаю.
- Не переїдаю.
- Вечеряю не пізніше, ніж за 2 години до сну.
- Перед споживанням їжі ретельно мию руки з милом.
- Під час їди не відволікаюся на сторонні справи.
- Не споживаю багато солодощів і борошняних виробів, смаженої, копченої, солоної та гострої їжі.
- Споживаю багато овочів і фруктів.
- Після споживання їжі полощу зуби теплою водою.
- Двічі на день чищу зуби.

Запиши, скільки в тебе вийшло «+». _____

Це твоя оцінка за дотримання правил здорового харчування.

Якщо оцінка низька, то ти робиш недостатньо для того, щоб твої органи травлення були здоровими.

Поміркуй, що потрібно виправити, і зроби це якнайшвидше.

2. З'єднай лініями.

Білки, потрібні для росту й розвитку організму, містяться в...

Білки й речовини, що зміцнюють кістки та зуби, є в...

Вуглеводів і вітамінів, які зміцнюють здоров'я, достатньо в...

Вуглеводи, які є джерелом енергії, містяться в...

молоці та молочних продуктах.

овочах і фруктах.

м'ясі, рибі, яйцях, квасолі.

хлібобулочних виробах, крупах, макаронах.

ОРГАНИ ДИХАННЯ ЛЮДИНИ, ЇХ ЗНАЧЕННЯ. ЗАПОБІГАННЯ ЗАХВОРЮВАННЯМ ОРГАНІВ ДИХАННЯ

1. Запиши відповіді на запитання.

Який газ під час дихання людина поглинає з повітря? _____

Який газ під час дихання людина виділяє в повітря? _____

2. Пронумеруй назви органів дихання в тій послідовності, як ними проходить повітря.

- 1 Бронхи. 2 Трахея. 3 Носова порожнина.
 4 Гортань. 5 Легені.

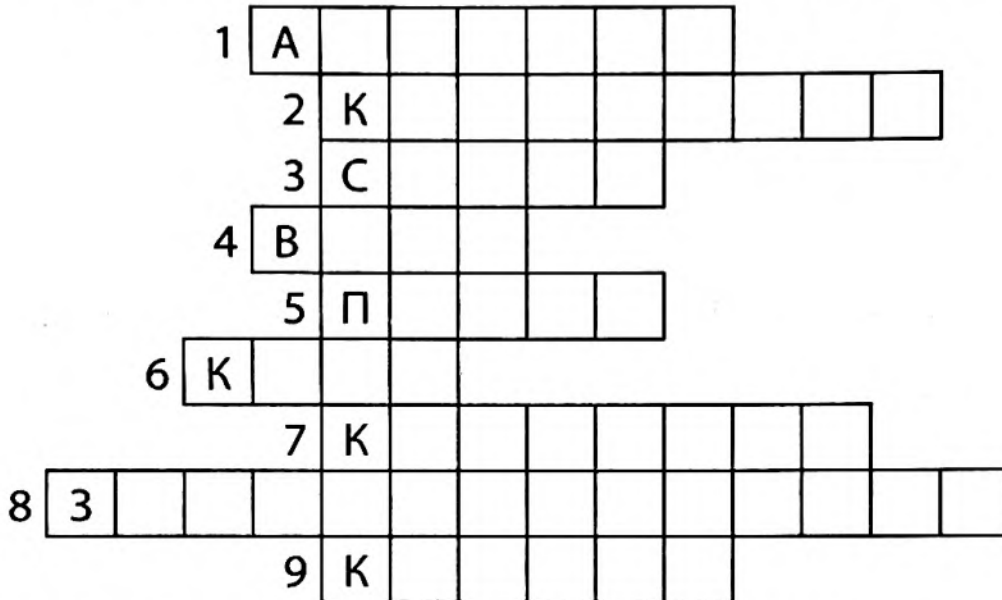


3. Познач «+», що корисне для органів дихання.

- Прогулянки на свіжому повітрі.
- Вдихання повітря через рот.
- Вдихання тютюнового диму.
- Перебування в приміщенні, де багато людей.
- Вологе прибирання приміщення.
- Провітрювання приміщення.
- Вдихання повітря через ніс.
- Прогулянки та ігри на свіжому повітрі.
- Ігри та прогулянки поблизу автомобільних доріг.
- Сон у теплу пору року при відчиненій кватирці.
- Перебування в приміщенні, де є хвора людина, без захисної маски.

ОРГАНИ КРОВООБІГУ ЛЮДИНИ, ЇХ ЗНАЧЕННЯ. ЗАПОБІГАННЯ ЗАХВОРЮВАННЯМ ОРГАНІВ КРОВООБІГУ

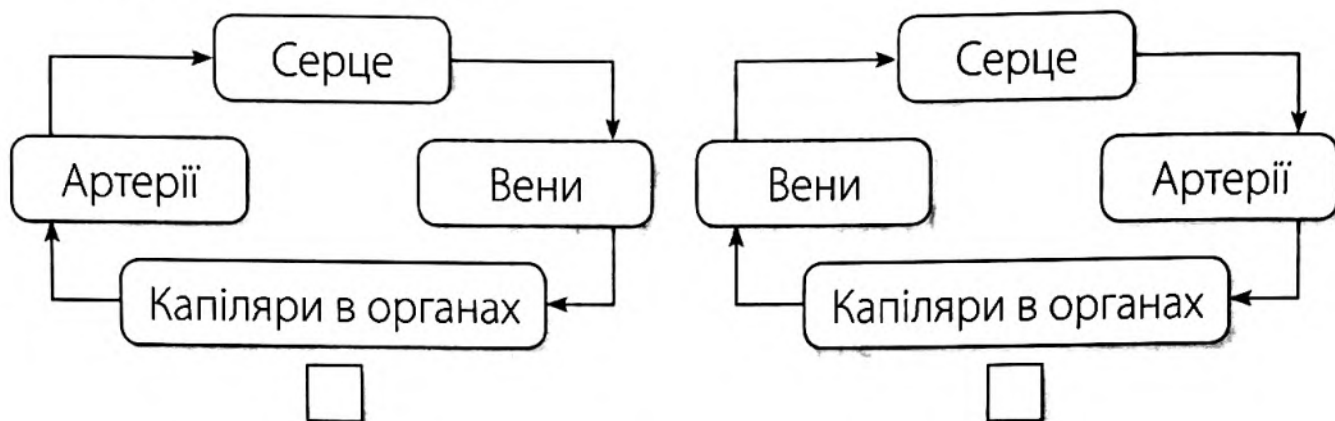
1. Розгадай кросворд. У виділеному стовпчику прочитай, що потрібно робити, щоб м'язи серця добре працювали.



1. Велика судина, якою кров рухається від серця.
2. Рух крові в організмі.
3. Орган, завдяки якому рухається кров.
4. Велика судина, якою кров рухається до серця.
5. Рухи стінок артерій, коли серце виштовхує в них кров.
6. Рідина, яка рухається органами кровообігу.
7. Найтонші судини, які пронизують усі органи.
8. Використання сонячних променів, води та повітря для зміцнення серця й організму.
9. Газ, який разом із кров'ю надходить до всіх органів.

2. Запиши поради для тренування серця.

3. Познач «+» схему, на якій правильно зображено рух крові в організмі людини.



4. Познач «+», що слід робити для зміцнення серця.

- Вести малорухомий спосіб життя.
- Займатися фізкультурою та спортом.
- Переїдати, споживати багато солодоців.
- Дотримуватися режиму дня.
- Гратися і гуляти на свіжому повітрі.
- Виконувати посильну домашню роботу.
- Загартовуватися.
- Увесь вільний час грати в комп'ютерні ігри.

5. Запиши результати дослідження (с. 72 у підручнику).

Пульс за 1 хв, коли ти сидиш, — _____ ударів.

Пульс за 1 хв після 2–3 хвилин ходіння — _____ ударів.

Пульс за 1 хв після 2–3 хвилин бігу — _____ ударів.

Висновок. Найбільше ударів за 1 хвилину спостерігається під час

_____, тому що _____

1. Заповни схему.



2. Перевір, чи стежиш ти за здоров'ям своєї нервової системи.

Постав «+», якщо виконуєш написане.

- Граюся і відпочиваю на свіжому повітрі.
- Дотримуюсь режиму дня.
- Чергую працю та відпочинок.
- Граю в шахи та інші розвивальні ігри.
- Читаю книжки, вчу вірші напам'ять.
- На велосипеді, скейті чи роликах катаюся у шлемі.
- Споживаю в їжу багато овочів і фруктів.
- Займаюся фізкультурою та спортом.
- Не маю шкідливих звичок.
- Дотримуюсь правил безпечної поведінки під час рухливих ігор.
- Проводжу за комп'ютером не більше 30 хвилин на день.
- Загартовую свій організм.

Запиши, скільки в тебе вийшло «+». _____

Це твоя оцінка за дотримання порад щодо запобігання захворюванням органів нервової системи. Якщо оцінка низька, то ти робиш недостатньо для того, щоб твоя нервова система була здоровою.

Поміркуй, що потрібно виправити, і зроби це якнайшвидше.

ОРГАНИ ЧУТТЯ ЛЮДИНИ, ЇХ ЗНАЧЕННЯ

1. Доповни речення в лівому стовпчику схеми назвами органів чуття. З'єднай лініями, як вони працюють.

Орган зору — це _____

Розпізнає смак їжі.

Орган слуху — це _____

Відчуває поверхню предметів, холод, біль, тепло, дотик.

Орган нюху — це _____

Розпізнає колір, форму та розміри предметів.

Орган смаку — це _____

Сприймає звуки.

Орган дотику — це _____

Сприймає запахи.

2. Познач «+» те, що шкодить органам чуття.

- Потрапляння сторонніх предметів.
- Дотримання правил особистої гігієни.
- Бруд і мікроби.
- Необережне поводження з гострими предметами.
- Робота за умови достатнього освітлення.
- Перевтома.
- Уникання сильних шумів.
- Застудні захворювання.
- Тривала робота за комп'ютером.
- Міцний сон, відпочинок на свіжому повітрі.

РОЗВИТОК ЛЮДИНИ ПРОТЯГОМ ЖИТТЯ

1. Пронумеруй послідовність вікових періодів росту та розвитку людини.

Юнацький вік.

Підлітковий вік.

Вік немовляти.

Похилий вік.

Зрілий вік.

Дитинство.

2. Постав «+», якщо ти вже вмієш робити те, що написано.

- Купувати продукти в магазині.
- Застеляти ліжко.
- Поливати кімнатні рослини.
- Прибирати та складати іграшки на місце.
- Прибирати за собою зі столу.
- Мити посуд.
- Користуватися столовими приборами.
- Доглядати за домашнім улюбленцем.
- Правильно чистити зуби.
- Користуватися мобільним телефоном.
- Чистити взуття.
- Пришивати гудзики.
- Складати всі необхідні для школи речі в портфель.
- Кататися на велосипеді.
- Користуватися комп'ютером.

УМОВИ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

1. Перевір себе. Постав «+», якщо виконуєш зазначені умови здорового способу життя.

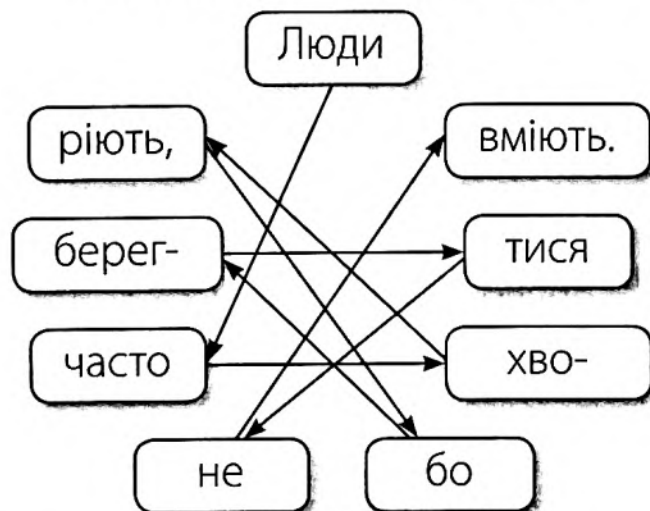
- Дбаю, щоб тіло завжди було чистим.
- Декілька разів на день мию руки з милом.
- Двічі на день чищу зуби.
- Турбуюся, щоб одяг і взуття завжди були чистими.
- Загартовую свій організм.
- Їжу споживаю в один і той самий час.
- Споживаю багато овочів і фруктів.
- Поводжуся безпечно вдома, у школі, на вулиці.
- Поєдную працю та відпочинок.
- Багато рухаюсь, гуляю на свіжому повітрі.
- Дотримуюсь розпорядку дня.
- Спілкуюся ввічливо, поведжуся доброзичливо.

Запиши, скільки в тебе вийшло «+». _____

Це твоя оцінка за дотримання правил здорового способу життя. Якщо оцінка низька, то ти робиш недостатньо для того, щоб бути здоровим/ здоровою.

Поміркуй, що потрібно зробити, аби виправити становище.

2. Прочитай і запиши прислів'я, починаючи з виділеного слова. Усно поясни, як ти його розумієш.



ЗОВНІШНІСТЬ ЛЮДИНИ

1. Допиши речення.

За зовнішністю людини можна дізнатися про те, якого вона зросту, _____

2. Перевір, чи дотримуєшся ти порад, щоб мати охайну й привабливу зовнішність. Постав «+», якщо виконуєш написане.

- Щоденно приймаю душ.
- Зранку та ввечері чищу зуби.
- Часто мию руки.
- Зрізую і чищу нігті.
- Доглядаю за зачіскою
- Ходжу в чистому та випрасуваному одязі.
- Вдома переодягаюся в інший одяг.
- Коли знімаю одяг, складаю його на місце.
- Щодня чищу взуття від бруду та пилу.
- Одягаюся відповідно до погоди.
- Для буднів і святкових днів маю різний одяг.
- Для занять спортом і прогулянок маю різний одяг.

Запиши, скільки в тебе вийшло «+». _____

Це твоя оцінка за дотримання порад, щоб мати охайну зовнішність. Якщо оцінка низька, то ти робиш недостатньо для того, аби досягти привабливої зовнішності.

Поміркуй, що потрібно виправити, і зроби це якнайшвидше.

РИСИ ХАРАКТЕРУ, ЯКІ СПРИЯЮТЬ ДОСЯГНЕННЮ УСПІХУ

1. З'єднай лініями.

Риси характеру, які допоможуть досягти успіху

Байдужість

Наполегливість

Працьовитість

Чесність

Непосидючість

Нерішучість

Віра у власні сили

Лінощі

Прагнення до знань

Неуважність

Зосередженість

Відповідальність

Дисциплінованість

Риси характеру, які не сприяють досягненню успіху

2. Запиши відповіді на запитання.

Які риси характеру тобі варто розвивати, щоб досягти успіху?

Яких рис характеру тобі слід позбутися, щоб досягти успіху?

3. Прочитай описи ситуацій. Познач «+» свої дії.

1. Якщо потрібно вимити посуд, я:

- а) роблю це, якщо мене попросять;
- б) роблю це без нагадування і прохань;
- в) відповідаю, що не маю часу.

2. Відпочивши після обіду, я:

- а) ще граюся, а потім сідаю за уроки;
- б) одразу сідаю виконувати домашні завдання;
- в) роблю уроки, коли батьки приходять з роботи.

3. У школі дали завдання, яке потрібно виконати до наступного тижня. У цьому разі я:

- а) виконую завдання в останній день;
- б) виконую завдання, щойно з'являється вільний час;
- в) не встигаю виконати завдання.

4. Якщо в кімнаті брудно, я:

- а) допомагаю батькам прибирати;
- б) беруся до прибирання;
- в) чекаю, поки приберуть батьки.

4. Порахуй позначені літери в завданні 3 і заповни таблицю.

Кількість відповідей, позначених літерою

а)	б)	в)
----	----	----

Якщо в тебе найбільше відповідей, позначених літерою:

а) — ти не досить наполегливо працюєш;

б) — ти працюювата дитина, не ледарюєш;

в) — лінощів необхідно позбуватися, бо тобі буде важко досягти успіху в житті.

РИСИ ХАРАКТЕРУ, ЯКІ ЗАБЕЗПЕЧУЮТЬ ДРУЖНІ ВЗАЄМИНИ З ІНШИМИ

1. З'єднай лініями.

Справжній друг — це той, хто...

дотримує даного слова

ображає

вихваляється

допомагає

підслуховує та підглядає

прислухається до твоєї думки

захищає

псує настрої

відповідає на добро добром

підбиває на погані вчинки

підтримає у важку хвилину

вислухає та дасть пораду

розв'язує суперечки кулаками

привітає зі святом

відвідає під час хвороби

дражниться

Справжній друг ніколи не...

ПІЗНАННЯ СЕБЕ ТА СВОЇХ МОЖЛИВОСТЕЙ

1. Познач «+» здібності, які притаманні тобі. Порівняй свої результати з результатами сусіда / сусідки по парті.

- Малювати.
- Співати.
- Вишивати.
- Займатися спортом.
- Займатися танцями.
- Грати на музичних інструментах.
- Грати в шахи.
- Писати вірші.
- Ліпити з пластиліну чи глини.
- В'язати.
- Грати на сцені.
- Конструювати.
- Навчатися математики.
- Гарно декламувати вірші.
- Фантазувати і писати оповідання.
- Писати музику.
- Добре запам'ятовувати прочитане.
- Швидко знаходити спільну мову з людьми.
- Організовувати роботу в групі, ігри, розваги.

2. Запиши відповідь на запитання.

Що ти робиш для розвитку своїх здібностей? _____

3. Допиши речення за зразком.

Щоб здобути професію перекладача, потрібно *розвивати пам'ять і увагу, добре знати рідну мову та вивчити кілька іноземних мов.*

Щоб здобути професію інженера-конструктора, слід _____

Щоб стати професійним спортсменом, необхідно _____

Щоб здобути професію кухаря, належить _____

Щоб стати художником, варто _____

Щоб стати письменником, потрібно _____

Щоб здобути професію вчителя, слід _____

Щоб стати музикантом чи співаком, необхідно _____

1. Запиши відповіді на запитання.

Яку професію ти мрієш здобути, коли станеш дорослим/дорослою? Чому саме про цю професію мрієш? _____

Що ти робиш для того, щоб оволодіти омріяною професією?

2. Підкресли назви рис характеру, необхідних для досягнення успіху.

Наполегливість, безвідповідальне ставлення до справи, лінь, жорстокість, вміння доводити задумане до кінця, дисциплінованість, мужність, відповідальність, старанність, працьовитість, заздрісність, вдячність, байдужість, сумлінність, зневага до людей, нетерплячість, кмітливість, нахабність, самостійність.

3. Заповни таблицю.

Мої риси характеру, які допомагають, досягти успіху в навчанні	Риси характеру, які мені варто виробити, щоб досягти успіху в навчанні

1. Перевір, чи вмієш ти вчитися. Постав «+», якщо ти виконуєш написане.

- Заздалегідь готую все необхідне для уроку.
- На уроці уважно слухаю пояснення вчителя / вчительки.
- Коли щось незрозуміло, запитую в учителя / вчительки.
- Записую, що потрібно виконати вдома.
- Домашні завдання виконую після відпочинку або прогулянки на свіжому повітрі.
- Під час виконання домашніх завдань зосереджуюсь.
- Щогодини роблю перерву на відпочинок.
- Завдання, які потребують додаткової перевірки, виконую на чернетці.
- Щоб вивчити параграф, уважно читаю його, складаю план і переказую за планом.
- Спочатку виконую складні завдання.
- Перш ніж виконати завдання, уважно читаю, що саме потрібно зробити.
- Не відкладаю на завтра те, що можна виконати сьогодні.

Запиши, скільки в тебе вийшло «+». _____

Це твоя оцінка за вміння вчитися.

Якщо вона низька, то поміркуй, що потрібно виправити, і зроби це якнайшвидше.

ВЗАЄМОДІЯ ТА СПІВПРАЦЯ З ІНШИМИ

1. Перевір, чи вмієш ти працювати в групі. Постав «+», якщо ти виконуєш написане.

- Чітко висловлюю свою думку під час обговорення.
- Активно працюю в групі.
- Уважно слухаю своїх товаришів.
- Говорю ввічливо.
- Виконую свої обов'язки в групі.
- Поважаю думку всіх співрозмовників.
- Не перебиваю, коли хтось висловлює свою думку.
- Люблю працювати в групі.
- Звертаюся до співрозмовників на ім'я.
- Сперечаюся спокійно, без крику та образливих слів.
- Поступаюся своїми переконаннями, коли інший має рацію.
- Ділюся з товаришами тим, що потрібне для спільної роботи.

Запиши, скільки в тебе вийшло «+». _____

Це твоя оцінка за вміння працювати в групі.

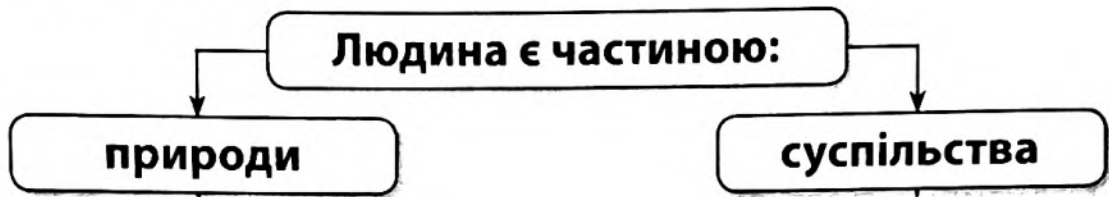
Якщо вона низька, то поміркуй, що потрібно виправити, і зроби це якнайшвидше.

2. Запиши відповідь на запитання.

Що тобі потрібно робити, щоб оцінка за вміння працювати в групі стала вищою? _____

ЛЮДИНА — ЧАСТИНА СУСПІЛЬСТВА

1. Доповни схему.



Природа дає людині повітря,

У суспільстві людина навчається,

2. Допиши речення.

В українців є свої:

• народні символи: лелека, _____

• національний одяг: _____

• національні страви: _____

• національні танці: _____

• національні традиції та звичаї: _____

• видатні історичні постаті: _____

СТОСУНКИ ЛЮДЕЙ У СУСПІЛЬСТВІ

1. Допиши речення.

У школі я належу до спільноти _____

У театрі я належу до спільноти _____

У транспорті я належу до спільноти _____

У державі я належу до спільноти _____

Усі спільноти разом — це _____

2. Перевір, чи вмієш ти підтримувати хороші стосунки в суспільстві. Постав «+», якщо виконуєш написане.

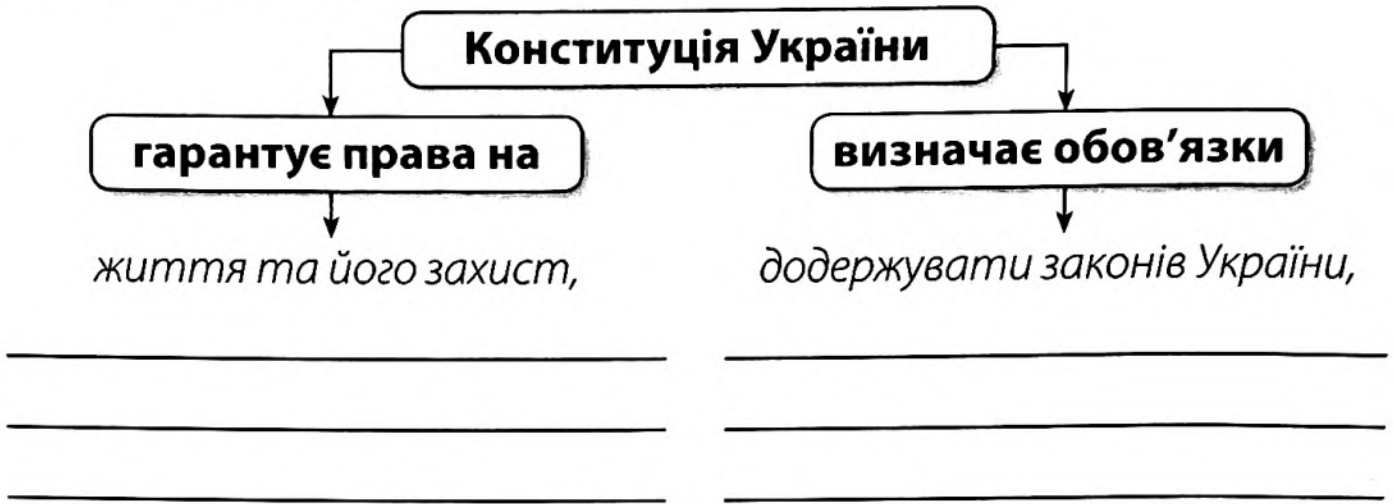
- Люблю та шаную своїх рідних.
- Не беру чужого без дозволу.
- Спілкуюся з усіма ввічливо.
- Відповідаю добром на добро.
- Додержую даного слова, не обманюю.
- Турбуюся про своїх рідних.
- Поважаю вчителів та однокласників.
- Дотримуюся правил поведінки в школі.
- Допмагаю, якщо потрібна моя допомога.
- Дотримуюся правил спільної роботи в групі чи парі.
- Звертаюся до однокласників і однокласниць на ім'я.
- Умію домовлятися.

Запиши, скільки в тебе вийшло «+». _____

Це твоя оцінка за вміння підтримувати хороші стосунки в суспільстві. Якщо оцінка низька, то ти робиш недостатньо для того, щоб мати хороші стосунки в сім'ї та школі.

Поміркуй, що потрібно виправити, і зроби це якнайшвидше.

1. Доповни схему.



2. Познач «+» правильні твердження.

- Коли виконують Державний Гімн, потрібно стояти.
- Коли вносять чи виносять Державний Прапор, потрібно встати.
- Коли виконують Державний Гімн, потрібно плескати в долоні.
- Державний Гімн України — це пісня «Ой у лузі червона калина...».
- Урочисті збори загальнодержавного значення розпочинаються і завершуються виконанням Державного Гімну України.
- До прапора виявляють пошану, схиляючи голову чи вклоняючись, а часом стають і на одне коліно.

3. З'єднай лініями частини прислів'їв. Поясни, чому так кажуть.

Людина без Батьківщини, ▶	◀ умій за неї постояти.
Батьківщина — мати, ▶	◀ як соловей без пісні.
Батьківщину, як і батьків, ▶	◀ на чужині не знайдеш.

ДЕРЖАВНІ СВЯТА УКРАЇНИ

1. Доповни правила поведінки під час урочистих заходів і в пам'ятних місцях словами «не можна» або «потрібно».

- _____ одягати святковий одяг.
- _____ розмовляти по телефону.
- _____ вимкнути звук телефону.
- _____ стояти, коли виконують Державний Гімн України.
- _____ заважати іншим.
- _____ голосно розмовляти.
- _____ встати, коли вносять чи виносять Державний Прапор України.

2. Користуючись різними джерелами інформації, підготуй і запиши повідомлення про відзначення державного свята України (на вибір) за поданим планом.

Назва державного свята. _____

Коли відзначають свято (дата). _____

Історія виникнення свята. _____

Звичаї та традиції під час святкування. _____

ПАМ'ЯТНІ ПОДІЇ ТА НАРОДНІ СВЯТА УКРАЇНИ

1. Запиши відповіді на запитання.

Які професійні свята відзначають в Україні? _____

Які народні свята та пам'ятні події відзначають у тебе вдома?

2. Користуючись різними джерелами інформації, підготуй і запиши повідомлення про відзначення пам'ятної події чи народного свята України (на вибір) за поданим планом.

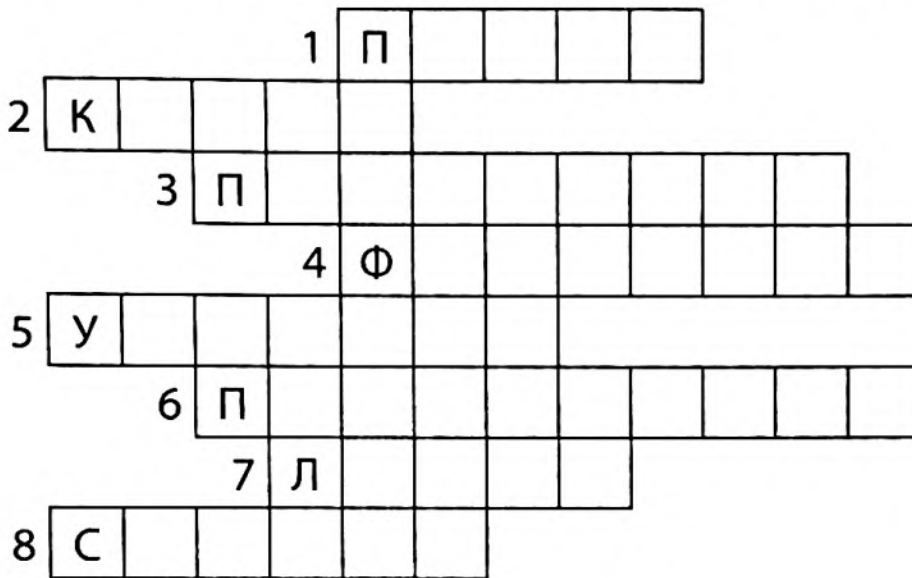
Назва. _____

Коли відзначають подію чи свято (дата). _____

Звичаї та традиції під час святкування. _____

ПРАЦЯ ЛЮДЕЙ РІЗНИХ ПРОФЕСІЙ

1. Розгадай кросворд. У виділеному стовпчику прочитай зашифроване слово. Запиши, що означає це слово.



1. Людина, яка керує літаком.
2. Фахівець, який готує їжу для інших людей у ресторанах, їдальнях, кафе.
3. Людина, яка здійснює продаж товарів.
4. Людина, яка створює фотографії за допомогою фотокамери.
5. Фахівець, який навчає інших людей.
6. Людина, яка пише твори, висловлює свої думки та погляди в письмовому вигляді.
7. Фахівець, який обстежує та лікує людей, займається підтримкою їхнього здоров'я.
8. Спеціаліст, який займається обробкою дерева та виготовленням виробів із нього.

СУЧАСНІ НАРОДНІ РЕМЕСЛА РІДНОГО КРАЮ

1. Познач «+» сучасні народні ремесла, розвинуті у твоєму рідному краї.

Гончарство.

Писанкарство.

Різьблення по дереву.

Ткацтво та килимарство.

Плетіння з лози.

Ковальство.

Вишивка.

Гутництво.

2. Користуючись різними джерелами інформації, підготуй і запиши повідомлення про одне із сучасних народних ремесел рідного краю (на вибір) за поданим планом.

Назва народного ремесла. _____

Чим займаються народні майстри? _____

Які вироби виготовляють? _____

Які матеріали використовують? _____

Якими інструментами та пристроями користуються для виготовлення виробів? _____

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК МІЖ ВЧИНКОМ І НАСЛІДКОМ

1. Розглянь малюнки. Запиши, якими можуть бути наслідки вчинків зображених дітей. Зроби висновок, який з учинків добрий, а який — поганий.



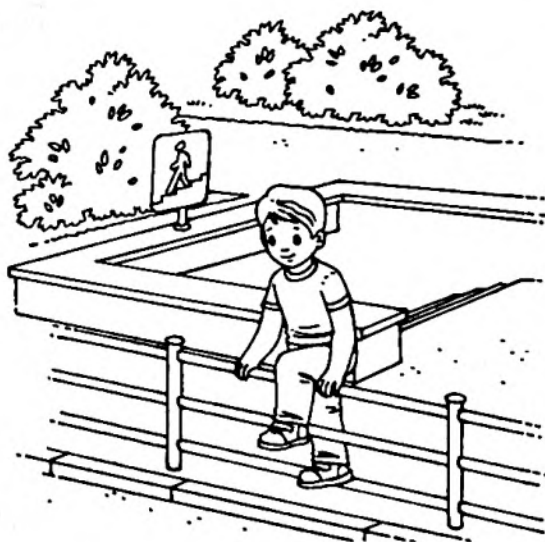


2. Склади та запиши пам'ятку добрих і корисних учинків, які ти можеш робити.

ПРАВОПОРУШЕННЯ

1. Запиши, які правила та норми поведінки порушили діти, скоївши правопорушення, зображені на малюнках.







ЗЕМЛЯ — СПІЛЬНИЙ ДІМ ДЛЯ ВСІХ ЛЮДЕЙ

1. Доповни правила толерантності словами «не можна» або «потрібно».

- _____ вміти домовлятися.
- _____ сприймати людей такими, якими вони є.
- _____ руйнувати створене іншими.
- _____ ображати інших.
- _____ поважати думки та почуття інших людей.
- _____ вивчати культуру й традиції інших народів.
- _____ залишатися собою за будь-яких обставин.
- _____ намагатися змінити в інших те, що тобі не подобається.
- _____ висміювати культуру, звичаї та спосіб життя інших людей.

2. Користуючись різними джерелами інформації, підготуй і запиши повідомлення про цікаву традицію, звичай чи свято одного з народів світу (на вибір) за поданим планом.

Назва країни. _____

Назва традиції (звичаю чи свята). _____

Особливості традиції (звичаю чи свята). _____

УКРАЇНА — ЄВРОПЕЙСЬКА ДЕРЖАВА

1. Запиши відповіді на запитання, користуючись картою Європи (форзац 2 у підручнику).

У якій частині світу розташована Україна? _____

Які країни є сусідами України? _____

2. Досліді, які предмети в тебе вдома вироблені в інших країнах, і заповни таблицю.

Назва речі, яка є в тебе вдома	Країна-виробник