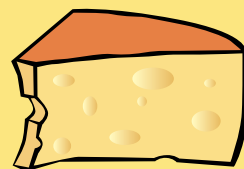


Подорож країною ЗДОРОВ'Я



РОБОЧИЙ ЗОШИТ



Країна Здоров'я



Карта подорожі



Зупинка
ПРОДУКТОВА

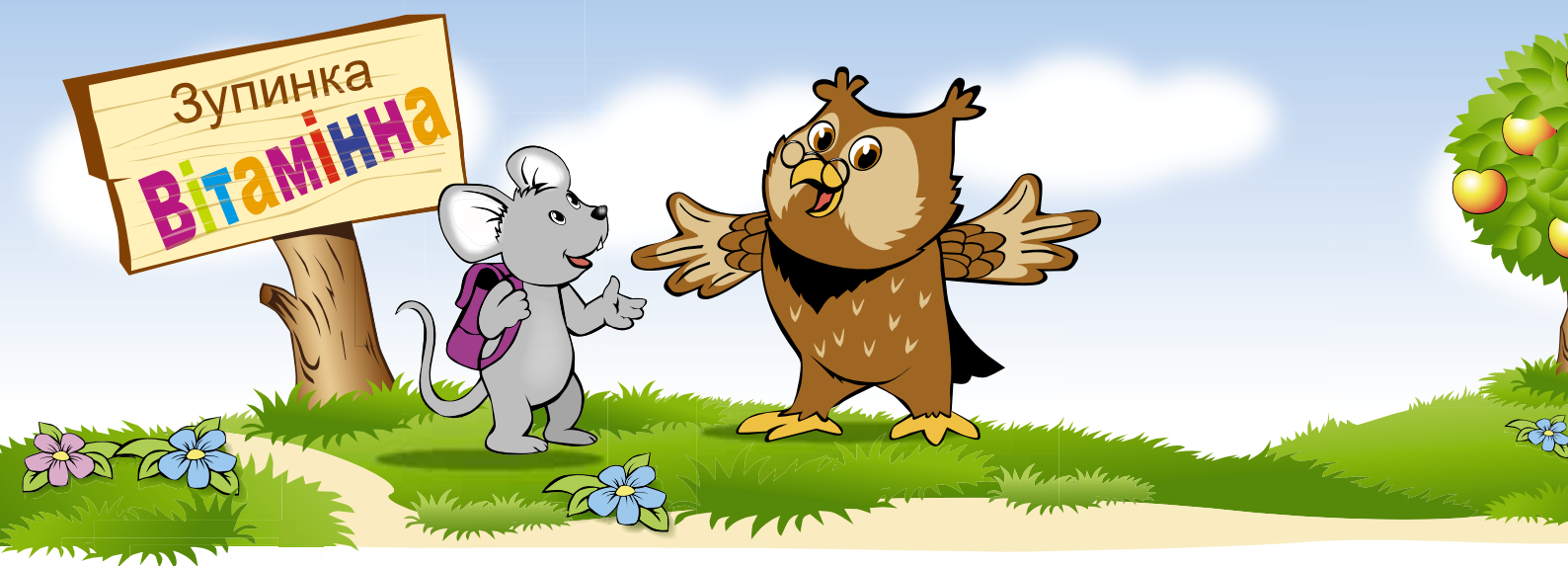


Зупинка
Молочна

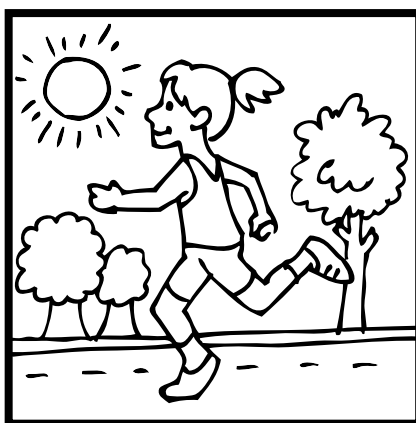
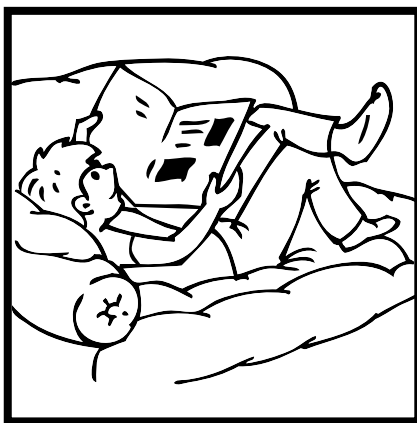
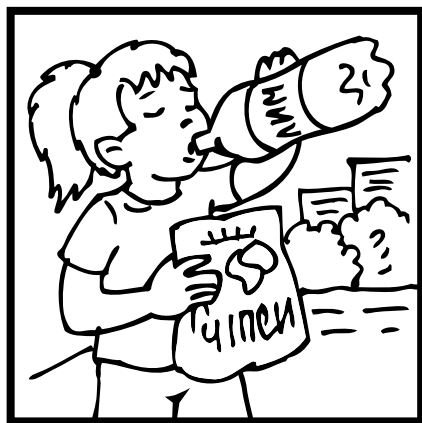
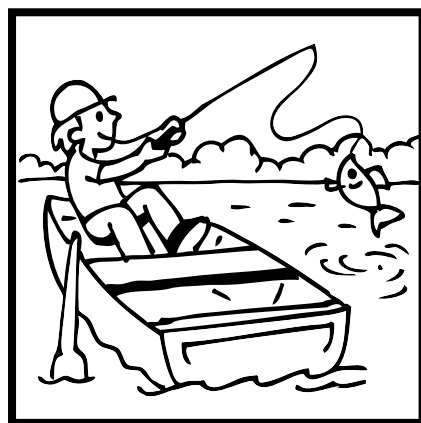


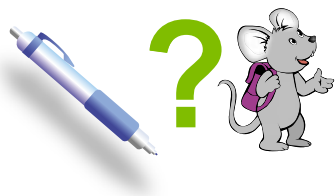
Зупинка
СПОЖИВЧА





Розфарбуй малюнки, на яких зображено людей, які дбають про своє здоров'я





Виконавши арифметичні дії,
дізнайся, що необхідно твоєму організму
(речовини)



-а+и =



-аф+и =



-хо+



-чик



-а+и =



- з +



- нок +

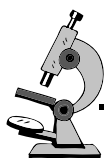


- шок +



- тки =

=



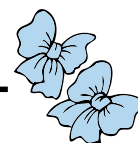
-скоп+



- ктрик+

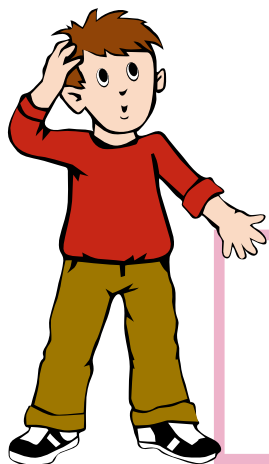


-тро+



-ба =

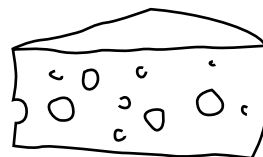
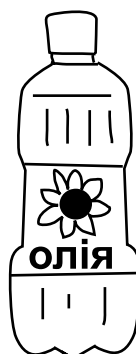
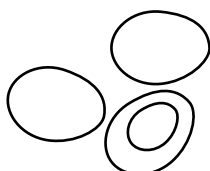
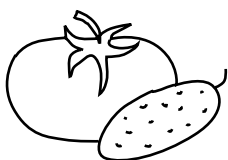
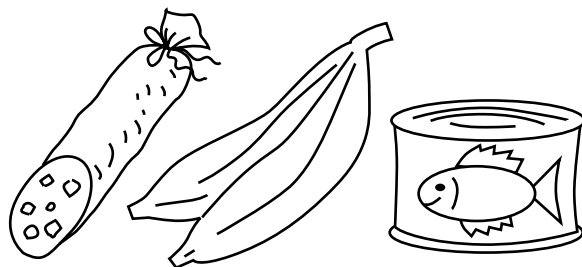
=



Напиши, що необхідно людині,
щоб бути здоровою



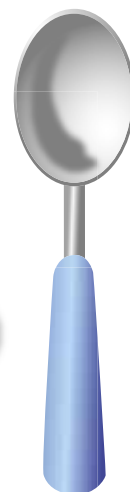
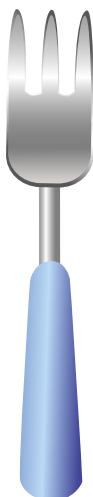
Закресли продукти, які не можна
вживати щодня.
Обведи та розфарбуй ті,
які вживати корисно

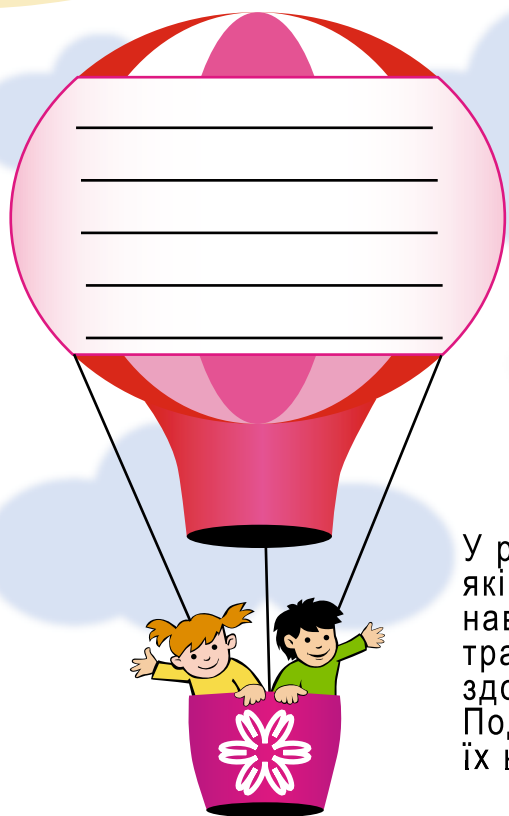
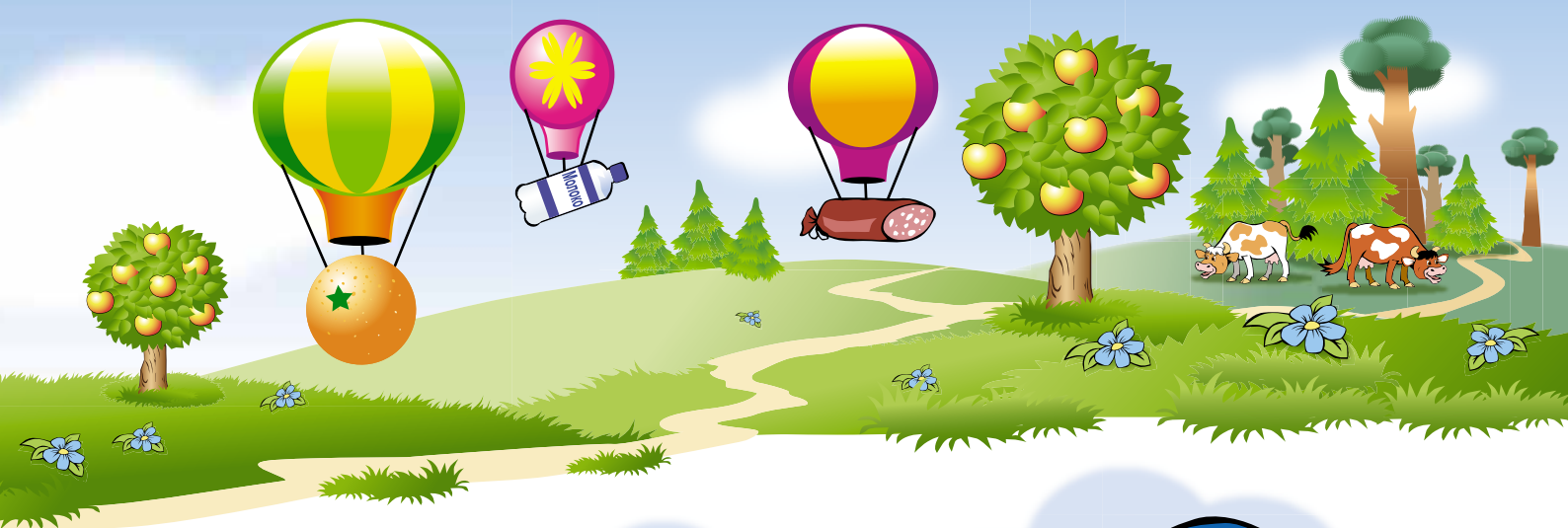


Запиши якомога більше слів,
що характеризують здорове
харчування



Моя їжа





Наповни повітряну кулю
корисними продуктами
(впиши слова)



У рюкзаку лежать продукти,
які створюють додаткове
навантаження на органи
травлення людини і не є
здоровою їжею.
Подумай і запиши на рюкзаку
їх назви.



Заміни кожну з “Помилку у харчуванні” на “Правило
здорового харчування” і запиши їх у праву колонку.
Обведи номери тих правил, яких дотримуєшся ти.

Помилки у харчуванні

1. Їсти надміру
2. Їсти багато жирної їжі
3. Їсти багато цукерок
та інших солодощів
4. Їсти мало фруктів
5. Вживати якомога менше
рослинної їжі
6. Пити кольорові газовані напої
7. Їсти, коли доведеться
8. Їсти великими порціями
9. Їсти несвіжі продукти,
які довго зберігалися
10. Багато їсти на ніч

Правила здорового харчування

Зупинка ПРОДУКТОВА

Ліс

Поле



Згадай, намалюй і підпиши, які корисні для нашого здоров'я плоди дарує нам природа



Обведи ті продукти, які обирає людина, яка раціонально харчується

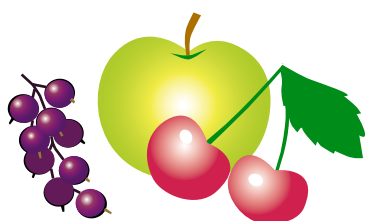


Спробуй знайти замітник для кожного з наведених продуктів, більш корисний для твого здоров'я

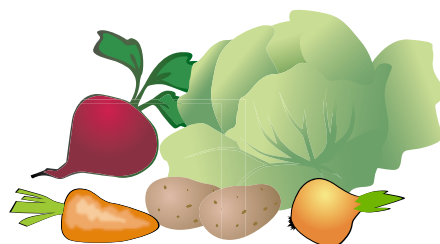


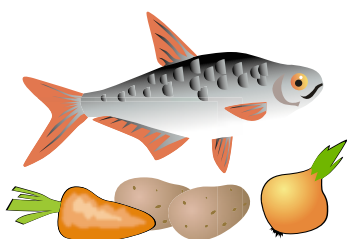


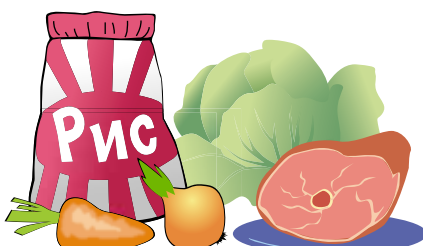
Подумай і напиши, яку страву можна приготувати із корисних для здоров'я продуктів







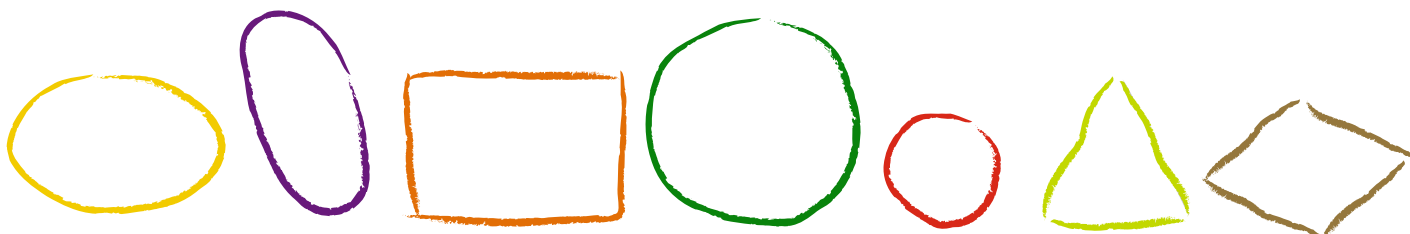


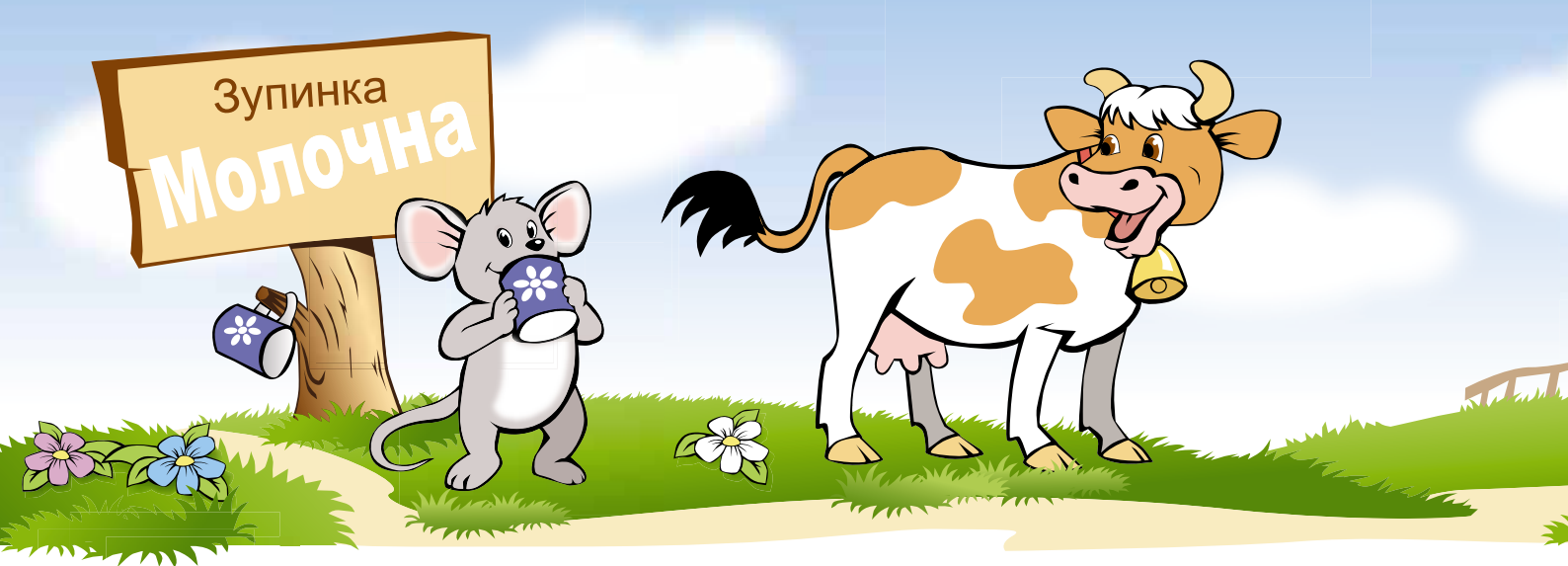




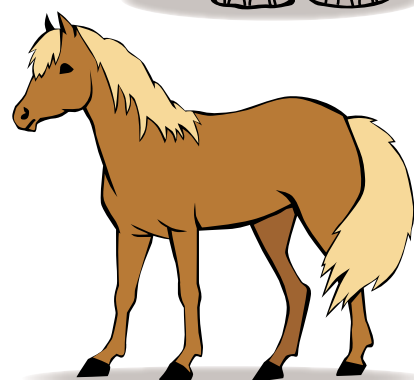
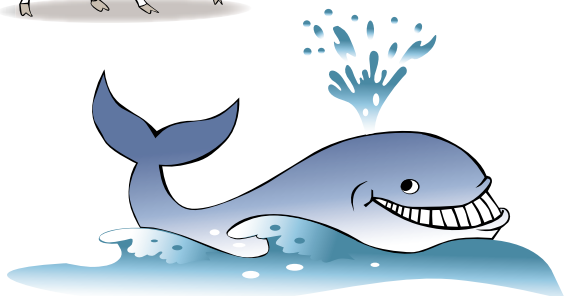
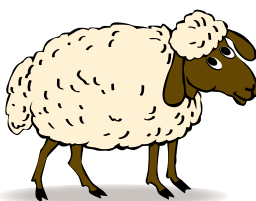
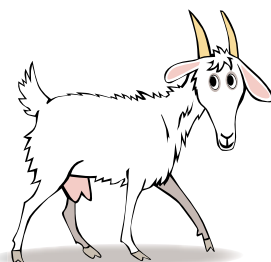
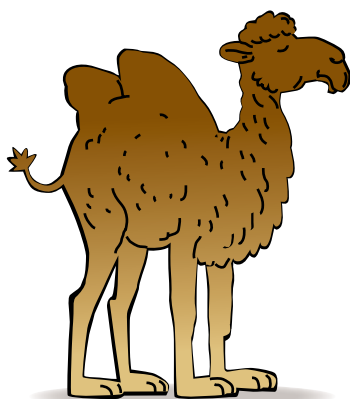
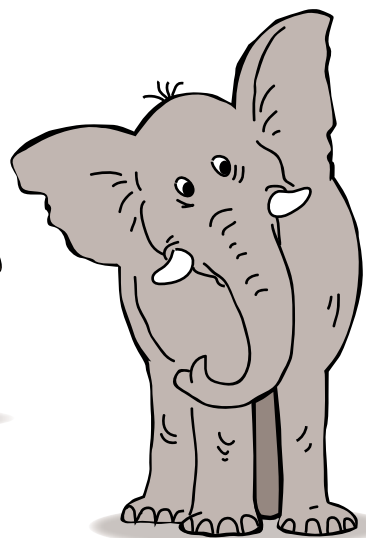


Кожну з геометричних фігур перетвори на корисний для здоров'я продукт, розфарбуй його





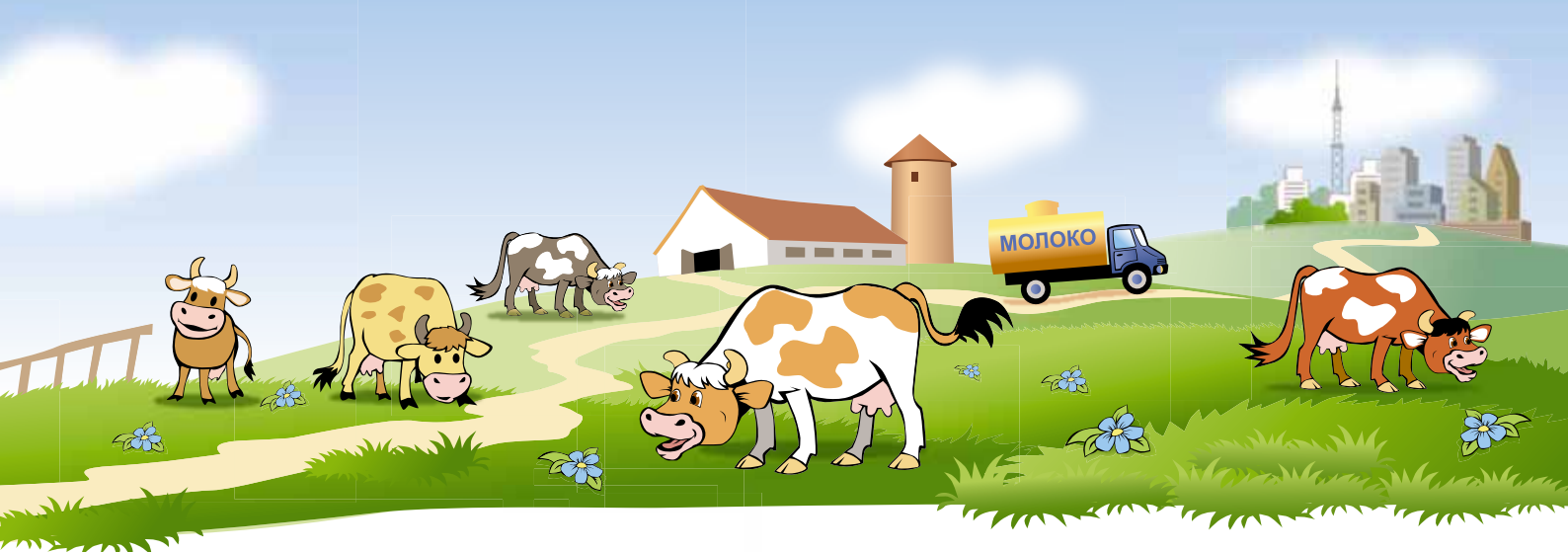
Згадай, які тваринки дають
молоко, що п'ють люди



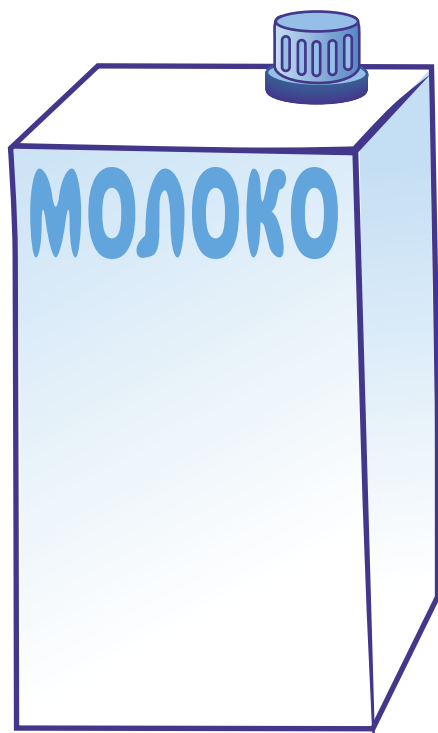
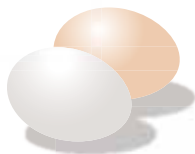
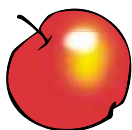
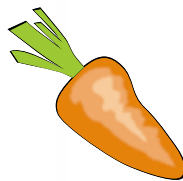
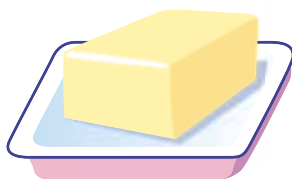
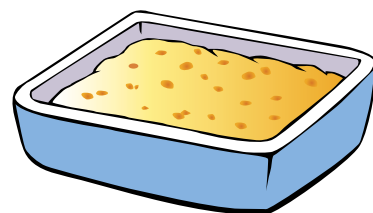
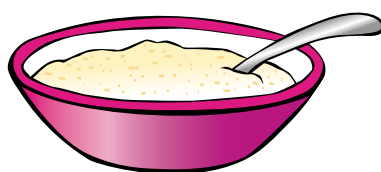
Знайдіть та назвіть
вітамін,
що входить до складу
молока

○ ○ ○ ○ ○





З-поміж запропонованих продуктів
обери потрібні і приготуй молочний коктейль,
молочну кашу та сирну запіканку



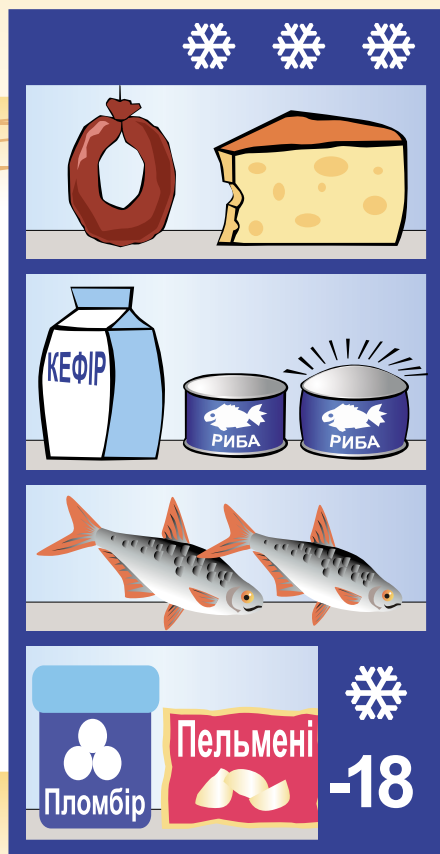
Намалюй, що б ти зобразив
на упаковці молока та сиру



Зупинка СПОЖИВЧА



СУПЕРМАРКЕТ

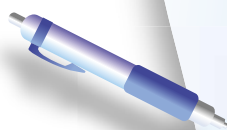


Знайди та покажи стрілочками синього кольору якісні продукти, якими Мишеня може заповнити свій кошик, а стрілочками червоного кольору – неякісні продукти, які Мишеня має викинути в корзину для сміття



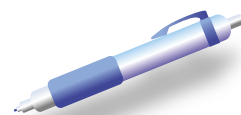
Створи для своїх рідних і друзів Пам'ятку неякісних продуктів харчування і впиши їхні ознаки

Пам'ятка





Розглянь етикетки та упаковки харчових продуктів. Знайди на них знаки маркування. Назви їх











Визнач, яка інформація про продукт для тебе найважливіша при покупці



ISBN 978-966-1656-05-4

УДК 613.2(075.3)

ББК 51.230я721

Д58

**Робочий зошит до навчального курсу за вибором
для 3-4 класів ЗНЗ
«Здоров'я дитини – здорове харчування»**

Розроблено в рамках проекту «Здоров'я дитини – здорове харчування» у співпраці Благодійної організації «Центр споживчих ініціатив», ПАТ «Бель Шостка Україна», ЗАТ «Віллард Груп», Міністерства освіти і науки України та Інституту інформаційних технологій і засобів навчання НАПН України.

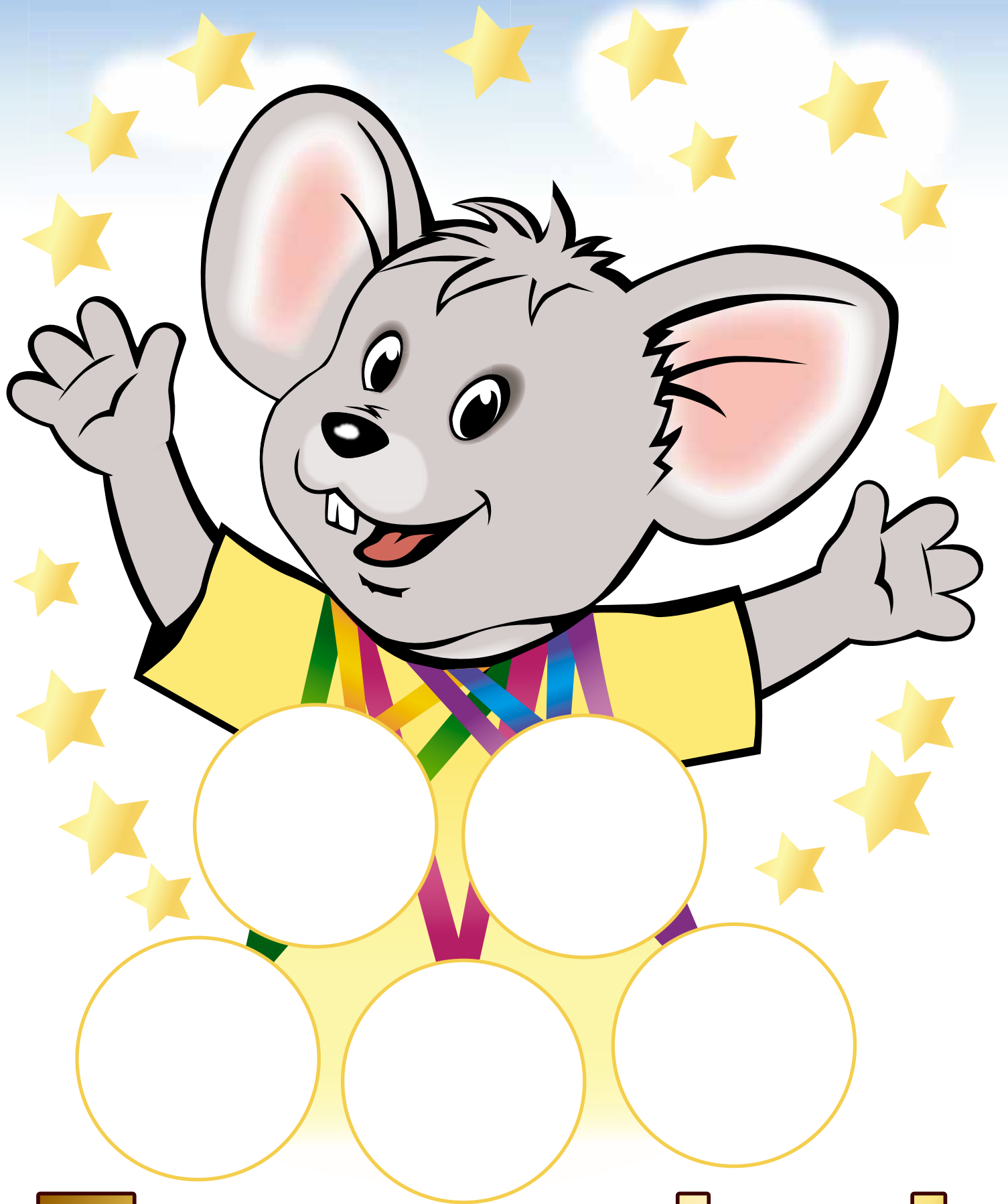
Видано за рахунок коштів технічної допомоги. Продаж заборонено.

Колектив авторів-розробників: Гриценчук О.О., Довгань А.І., Овчарук О.В., Оліфіра Л.М., Пужайче-реда Л.М., Фесюн Н.М., Баюн Ю.В.

Художник-ілюстратор: Антіпова М.Г.

Схвалено до використання у загальноосвітніх навчальних закладах Науково-методичною комісією з географії Науково-методичної ради з питань освіти Міністерства освіти і науки України (протокол №3 від 13 жовтня 2010 р., Лист №1.4/18-Г-728 від 21.10.10).

Папір офсетний. Друк офсетний. Виготовлення поліграфічної продукції здійснюється з дотриманням вимог щодо якості та безпеки поліграфічної продукції, відповідає встановленим медичним критеріям безпеки: одометричними та санітарно-хімічними показниками, вимогам санітарного законодавства України та підтверджується наступними документами: висновками державної санітарно-епідеміологічної експертизи № 05.03.02-03/19028 від 25.03.2010 року, протокол експертизи № 3/8-А-2247-10 від 23.03.2010 року; № 05.03.02-03/19029 від 25.03.2010 року, протокол експертизи №3/8-А-2248 від 23.03.2010 року.



Ти чемпіон!



Нагороди
переможця!

