

4
КЛАС

Я ДОСЛІДЖУЮ СВІТ

ЧАСТИНА 2



Я ДОСЛІДЖУЮ СВІТ

Підручник
інтегрованого курсу для 4 класу
закладів загальної середньої освіти
(у 2-х частинах)

ЧАСТИНА 2

Рекомендовано Міністерством освіти і науки України



Київ
Видавництво «Алатон»
2026

УДК 57.081.1 (075.2)

Я11

Автори:

Тетяна Воронцова, Володимир Пономаренко,
Ірина Лаврентьєва, Олена Хомич, Наталія Андрук, Катерина Василенко

*Рекомендовано Міністерством освіти і науки України
(наказ Міністерства освіти і науки України від 20.08.2025 № 1164)*

*Видано за рахунок державних коштів.
Продаж заборонено*

Я-11 Я досліджую світ : підручник інтегрованого курсу для 4 кл. закладів загальної середньої освіти (у 2-х частинах). Ч. 2 / Т. В. Воронцова, В. С. Пономаренко, І. В. Лаврентьєва, О. Л. Хомич, Н. В. Андрук, К. С. Василенко. — Київ : Видавництво «Алатон», 2026. — 152 с.
ISBN 978-966-2663-98-3

Підручник укладено відповідно до Державного стандарту початкової освіти та Типової освітньої програми, розробленої під керівництвом Р. Б. Шияна. Може використовуватися і за Типовою освітньою програмою, укладеною під керівництвом О. Я. Савченко.

Орієнтовна навчальна програма до підручника: <https://is.gd/4O6ATs>. Інтерактивний електронний додаток (е-додаток): <https://is.gd/FsqLqQ>. Інтернет-підтримка для вчителів: <https://is.gd/Teh4y7>

УДК 57.081.1 (075.2)



навчальна програма
до підручника



е-додаток
на платформі ВШО



інтернет-підтримка
вчителів

ISBN 978-966-2663-98-3

© ТОВ «Видавництво «Алатон»»,
текст, дизайн, малюнки, 2026

© Т. В. Воронцова, текст, дизайн, малюнки, 2026

© О. М. Курило, малюнки, 2026

ЗМІСТ

Світ людей	5
Доісторична епоха	6
Київська Русь і козацька доба	14
Україна в СРСР	22
Україна — незалежна держава	28
Досліджуємо свій край	36
Досліджуємо права та обов'язки дітей	44
Мозаїка завдань до розділу «Світ людей»	52
Людина та її здоров'я	55
Про життя і здоров'я	56
Ріст і розвиток	66
Здорове харчування	74
Звички та здоров'я	82
Реклама та здоров'я	90
Мозаїка завдань до розділу «Людина та її здоров'я»	98
Світ техніки	101
Історія техніки	102
Історія матеріалів	112
Безпека людини	120
Безпека у громадських місцях	128
Дорожня безпека	136
Мозаїка завдань до розділу «Світ техніки»	144
Словник	149

Вітаю, хлопчики та дівчатка!

Це знову я, ваш друг Мурчик! Ми продовжуємо нашу подорож у часі! Ви дослідите найцікавіші моменти історії України, свого краю, рідного міста чи села. Також дізнаєтеся, як люди вчилися дбати про своє здоров'я, боротися із захворюваннями. Обговорите відкриття, які змінили світ.

Як завжди, я в усьому допомагатиму вам.



Запишу до словничка нові слова.
Значення слів, виділених *таким шрифтом*, є на сторінках 149–151.



Розповім, що робитимемо впродовж тижня.



Щось запитав чи запропонував завдання.
✱ Так позначу завдання підвищеної складності.



Запропоную за допомогою QR-коду подивитися відео, виконати вправу, завантажити матеріали до завдань.



Зверну вашу увагу
на важливу інформацію.

Світ людей

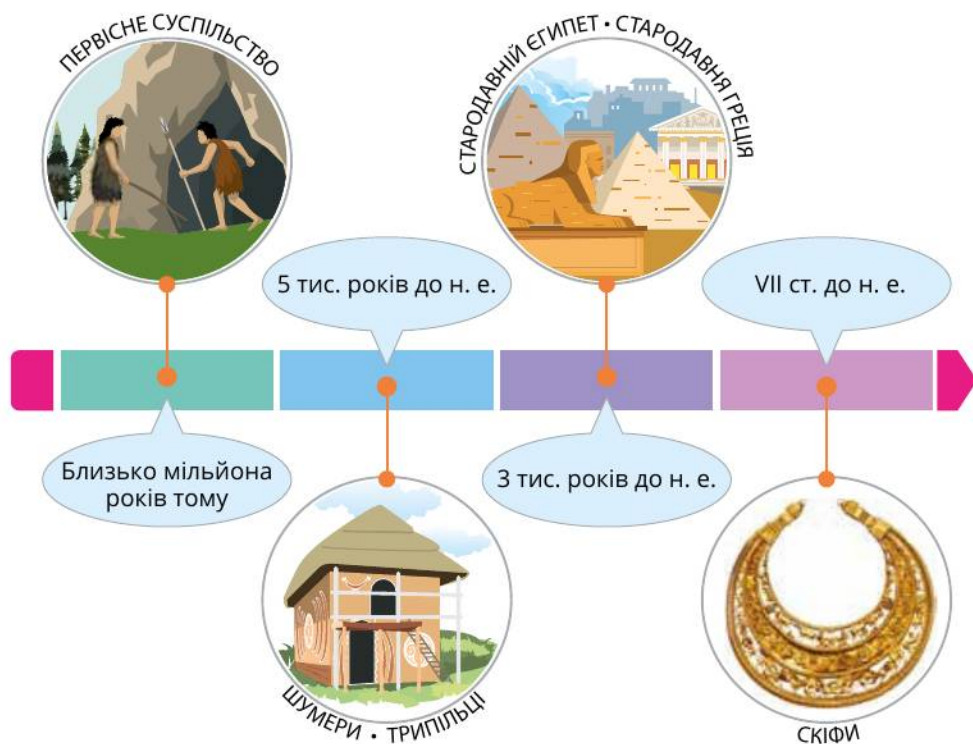
У цьому розділі ми дослідимо:



Доісторична епоха



- ДОІСТОРИЧНА ЕПОХА
- ТРИПІЛЬСЬКА КУЛЬТУРА
- СКИФСЬКА ПЕКТОРАЛЬ



Виникнення культур на стрічці часу



Цього тижня ви:

- виготовите макет житла первісних людей та екоторбинку;
- дослідите особливості трипільської культури;
- дізнаєтесь, яку археологічну знахідку вважають однією з найвизначніших у XX столітті.

ПЕРІОДИ ДОІСТОРИЧНОГО СУСПІЛЬСТВА

Доісторична епоха — це період часу від появи першої людини до виникнення писемності.

Історична епоха — бере початок з часу перших писемних пам'яток. Вона триває донині.

Доісторичну епоху поділяють на декілька періодів, які називають добами.



Розгляньте стрічку часу й обговоріть:

- Які знаряддя праці використовували в кожному періоді?
- * Як змінилися життя і праця людей, коли вони почали робити інші знаряддя праці?

НАЙДАВНІШІ ЗНАХІДКИ

Доісторичну епоху досліджують завдяки археологічним розкопкам. Вони підтверджують, що предки сучасних людей уперше з'явилися в Африці, а згодом розселилися по всьому світу.

Первісні люди весь час мандрували. Місця, де вони зупинялися, називають стоянками. Одна з найвідоміших в Україні — Мізинська стоянка в Чернігівській області. Археологи розкопали на ній давні житла, споруджені з дерев'яних жердин. Вони були вкриті шкурами тварин і обкладені їхніми кістками та рогами.

Серед іншого було знайдено вироби з бивня мамонта: фігурки тварин, прикрашені орнаментами браслети. Безцінною знахідкою на Мізинській стоянці є дивні вироби з кісток — перші примітивні музичні інструменти.



- Перейдіть за QR-кодом і прочитайте інструкції для виготовлення макета первісного житла й села.
- Оберіть один із варіантів або виготовте його за власним задумом.



ТРИПІЛЬСЬКА КУЛЬТУРА

У мідну добу на території України існувала трипільська культура. Її назва походить від села Трипільля на Київщині. У 1896 році археолог Вікентій Хвойка виявив тут залишки трипільської культури.



У місцях проживання трипільців знайшли рештки великих поселень. Науковці називають їх протомістами.



Мешкали трипільці в одно- та двоповерхових гарно розмальованих житлах.



Трипільці винайшли плуг і колесо, одомашнили бика й коня, навчилися їздити верхи, освоїли ткацтво.



Перейдіть за QR-кодом, подивіться відео й завантажте інформацію про трипільську культуру.



Об'єднайтеся у три групи та дослідіть:

- група 1: походження назви цієї культури;
- група 2: житла трипільців;
- група 3: їхнє господарство.

Оформте результати дослідження і презентуйте їх у класі.

ВИЗНАЧНА ЗНАХІДКА XX СТОЛІТТЯ

У залізну добу землями України кочували скіфські племена. Після них залишилися тисячі курганів-могил зі скарбами.



У 1971 році український археолог Борис Мозолевський знайшов у кургані скіфську пектораль. Цю золоту прикрасу визнали однією з найвизначніших археологічних знахідок XX століття.



Борис Мозолевський
1936–1993 рр.

А було це так. Археологи проводили розкопки на кургані Товста могила в Дніпропетровській області. Вони працювали без вихідних, по 16 годин на добу. Спершу виявили поховання скіфської цариці з золотими прикрасами.

Однак вирішальними мали бути розкопки могили царя, де сподівалися знайти головні скарби. Та виявилось, що до головного поховання вже хтось проклав хід давніше й розграбував його.





21 червня 1971 року, відгортаючи шар мулу, Борис Мозолевський об щось подряпався. О 14 годині 30 хвилин у його руках заблищала пектораль. До Києва скарб доставили у спеціальному футлярі під охороною.

Скіфська пектораль — це нагрудна прикраса скіфського царя. Її вага — 1 кг 150 г, розмір — 30,6 см у діаметрі. Виготовлена вона з золота найвищої проби.

Ця пектораль має три яруси зображень. На нижньому ярусі — міфічні тварини, на середньому — квіти, на верхньому — люди з домашніми тваринами.

Нині скіфська пектораль зберігається у Скарбниці Національного музею історії України й належить до Історичного фонду дорогоцінних металів і дорогоцінного каміння.



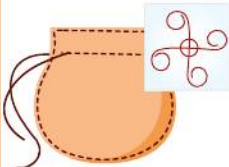
- Перейдіть за QR-кодом і подивіться відео про те, як знайшли скіфську пектораль.

- * Як ви гадаєте, чому творці пекторалі зробили три яруси саме з такими зображеннями? Що вони символізують?



ВИГОТОВЛЯЄМО ЕКОТОРБИНКУ З ВІЗЕРУНКАМИ

Первісні люди виготовляли одяг зі шкур і хутра тварин. Свої вироби вони прикрашали орнаментами та саморобними намистинами. За допомогою технологічної карти відтворіть в екостилі торбинку, яку могли носити первісні люди. Презентуйте свої вироби.

Технологічна операція	Послідовність роботи	Матеріали та інструменти
Виготовлення торбинки 	<p>Виріжте з тканини два клаптики у формі торбинки та зшийте їх тонкою мотузкою.</p> <p>Зверху торбинки зробіть великі стібки та залиште по обидва боки довгі кінці.</p>	<p>Цупка тканина</p> <p>Голка</p> <p>Тонка мотузка</p>
Виготовлення орнаменту 	<p>Виріжте з картону квадрат.</p> <p>Намалюйте на ньому візерунок і наклейте на його контур товсту мотузку. Розфарбуйте мотузку та перебийте малюнок на торбинку.</p>	<p>Товста мотузка</p> <p>Фарба</p> <p>Пензлик</p> <p>Картон</p> <p>Клей</p>
Зав'язка 	<p>Протягніть обидва кінці мотузки в намистину та затягніть їх. Кінці мотузки протягніть у дві інші намистини, витягніть з обох сторін по 4 см і зав'яжіть вузлики.</p>	<p>Три намистини</p> 

МОЗАЇКА ЗАВДАНЬ ДО ТЕМИ

1. У якому періоді почали виготовляти знаряддя праці з заліза?

Кам'яна доба

Мідна доба

Бронзова доба

Залізна доба

2. Як називають поселення первісних людей?

3. Оберіть істинне твердження.

- Перші знахідки трипільської культури в Україні виявив Вікентій Хвойка.
- Скіфська пектораль виготовлена зі срібла.

4. Ще раз прочитайте інформацію про скіфську пектораль і дайте відповіді на запитання.

- Хто відшукав скіфську пектораль?
- На якому ярусі пекторалі зображено рослини?
- Яка маса скіфської пекторалі?
- З якого матеріалу її виготовлено?

5. Розгляньте стрічку часу на с. 6 і дайте відповіді на запитання.

- Яка культура виникла одночасно з трипільською?
- Які культури виникли у III тисячолітті до н. е.?
- У якому столітті до н. е. з'явилися скіфи?

6. Оцініть свої досягнення.

Я знаю, що таке доісторична епоха. ☆☆☆

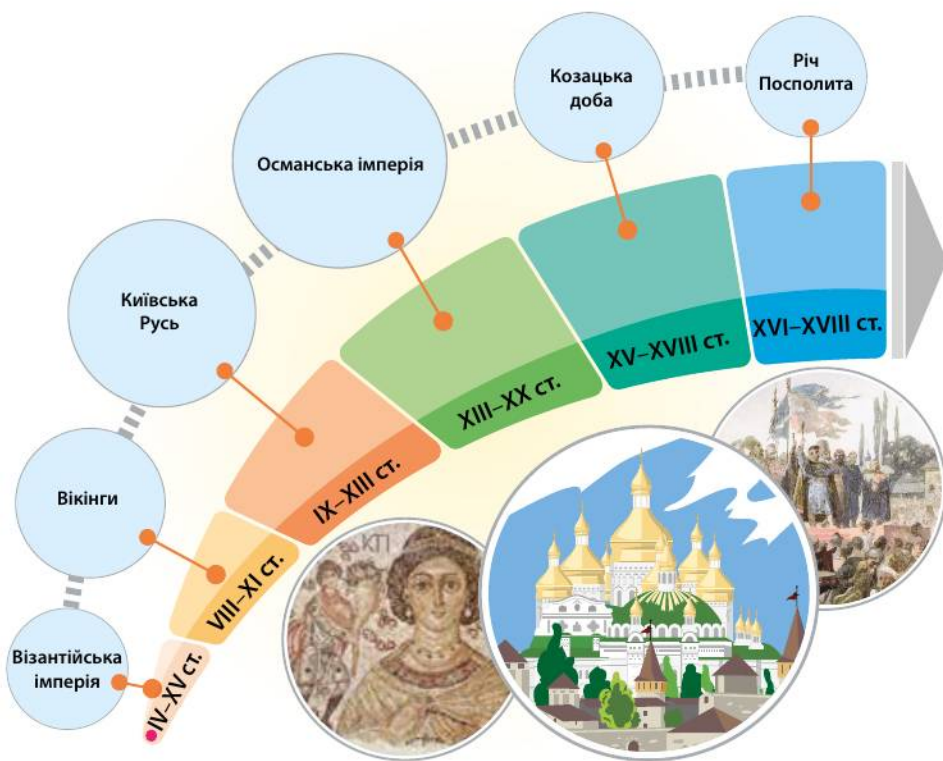
Я можу пояснити, чим відрізняється кам'яна доба від залізної. ☆☆☆

Я можу розказати, як знайшли скіфську пектораль. ☆☆☆

Київська Русь і козацька доба



- ВІКІНГИ • КНЯЗЬ • ДИНАСТІЯ
- ГЕТЬМАН • ЛЕПБУК



Цього тижня ви:

- дізнаєтеся про деяких історичних осіб часів Київської Русі та козацької доби;
- створите лепбук про козаків;
- здійсните уявну подорож історичними пам'ятками;
- учитиметесь оздоблювати серветку вишивкою.

КИЇВСЬКА РУСЬ

Київська Русь — перша держава, яка існувала на території сучасної України. На той час це була найбільша країна Європи. Київська Русь була монархією, верховна влада в ній передавалася у спадок від батьків до дітей.

Протягом восьми століть влада належала династії Рюриковичів, які були вікінгами за походженням.



Розгляньте малюнок і обговоріть:

- Як звали сина князя Ігоря і княгині Ольги?
- Чим уславилися їхній онук і правнук?

Дослідіть за допомогою інтернету, чому Ярослава Мудрого називали тестем Європи. Підготуйте про це повідомлення і презентуйте його.

Обговоріть, на кого ви хотіли би бути схожим / схожою, якби жили за часів Київської Русі.

КНЯГИНЯ ОЛЬГА

Княгиня Ольга почала правити Київською Руссю після смерті князя Ігоря. Ольга багато зробила для розбудови держави й налагоджувала зв'язки з іншими країнами.



Розгляньте зображення експозиції, надане Музеєм «Становлення української нації». Прослухайте запис аудіогіда з цього музею. Обговоріть:



- Що сталося, коли Ольга постала перед тронем візантійського імператора?
- Яка історія пов'язана з хрещенням княгині Ольги?
- Яке ім'я вона отримала під час хрещення?

За допомогою QR-коду ознайомтесь із сайтом Музею «Становлення української нації» та знайдіть правила поведінки в ньому.



Подивіться мультфільм «Київська Русь: княгиня Ольга» з серії «Книга-мандрівка. Україна» й розкажіть, що зробила Ольга під час свого правління.

КОЗАЦЬКА ДОБА

Козаками називали людей, які були вільними й мали зброю, щоб захистити свою свободу. Козаки будували укріплені поселення — січі. Запорозька Січ є прикладом демократичної держави. Верховну владу — гетьмана — обирали на козацькій раді. Розгляньте стрічку часу та прочитайте інформацію про деяких гетьманів.



Створіть лепбук із кишеньками: «Хто такі козаки», «Одяг козаків», «Транспорт козаків», «Козацька символіка», «Козацькі звання»... Деяку інформацію та шаблони лепбука завантажте за QR-кодом.



КИЇВСЬКА РУСЬ І КОЗАЦЬКА ДОБА В ПАМ'ЯТКАХ

Вивчати минуле України можна не лише з книжок, а й відвідуючи пам'ятні місця. Це храми, палаци, фортеці та інші архітектурні споруди, які є в кожному регіоні України. Розгляньте стрічку часу та прочитайте інформацію про деякі пам'ятки часів Київської Русі й козацької доби.

Золоті ворота — парадний в'їзд до стародавнього Києва. Споруджені за часів князя Ярослава Мудрого.



X ст.



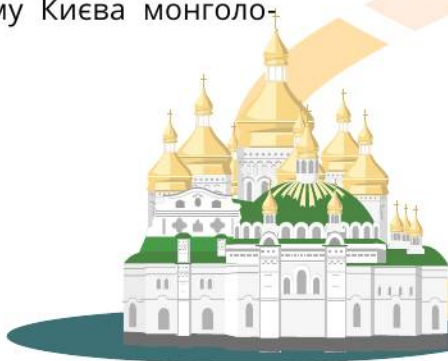
XI ст.

Десятинна церква збудована за правління Володимира Великого. Зруйнована під час штурму Києва монголо-татарами.



XI ст.

Софійський собор — найдавніший собор у Києві, який усередині зберіг первісний вигляд.



XI ст.

Києво-Печерська лавра була центром літописання Київської Русі. В лаврі творили відомі літописці Никон і Нестор (автор «Повісті минулих літ»).

Батуринська фортеця — оборонний комплекс міста Батурина. Слугувала резиденцією трьох українських гетьманів, зокрема Івана Мазепи.



Подивіться відео про деякі історичні події. Обговоріть:

- Як Володимир Великий виборов престол у братів?
- Як Ярослав Мудрий здобув трон не війною, а миром?
- Яку мрію мав Іван Мазепа щодо України?
- Чому Богдан Хмельницький після підписання угоди з московським царем шукав інших союзників?

Об'єднайтесь у групи та підготуйте презентації про історичні пам'ятки вашої місцевості (України).



ОЗДОБЛЮЄМО СЕРВЕТКУ

З давніх часів люди прикрашали одяг та предмети побуту вишивкою. За Київської Русі була популярною вишивка золотими та срібними нитками. Нею оздоблювали одяг і тканини для храмів. Також збереглися вишиванки з козацьких часів.

Найпростішими вишивальними швами є шви «вперед голку» та «назад голку».



«Уперед голку»

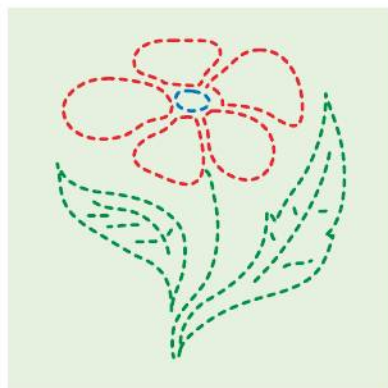


«Назад голку»



За допомогою такої техніки можна оздобити серветку. Вам знадобляться:

- нитки (муліне);
- голка;
- тканина (канва);
- п'яльця;
- шаблон, простий олівець для нанесення контуру.



МОЗАЇКА ЗАВДАНЬ ДО ТЕМИ

1. До якого імператора приїхала правителька Київської Русі княгиня Ольга?

Римського імператора
Юлія Цезаря

Візантійського імператора
Костянтина VII Багрянородного

2. Розгляньте родинні зв'язки князів династії Рюриковичів на с. 15. Дайте відповіді на запитання.

- Скільки років правили Ігор, Ольга, Святослав?
- Хто з них правив найдовше, а хто — найменше?

3. Розташуйте події у хронологічному порядку.

Богдан Хмельницький
створив боєздатну армію

Ярослав Мудрий створив
бібліотеку рукописів

Пилип Орлик створив одну
з перших у світі конституцій

Володимир Великий
охрестив Київську Русь

4. Діти прийшли до музею о 10:20 і пробули там 2 години 15 хвилин. О котрій годині вони вийшли з музею?
5. Прокладіть на навігаторі маршрут від станції метро «Вокзальна» в м. Києві до Музею «Становлення української нації». Порівняйте запропоновані варіанти й оберіть найкращий. Поясніть свою думку.
6. Оцініть свої досягнення.

Я можу розказати про історичних осіб часів Київської Русі та козацької доби. ☆☆☆

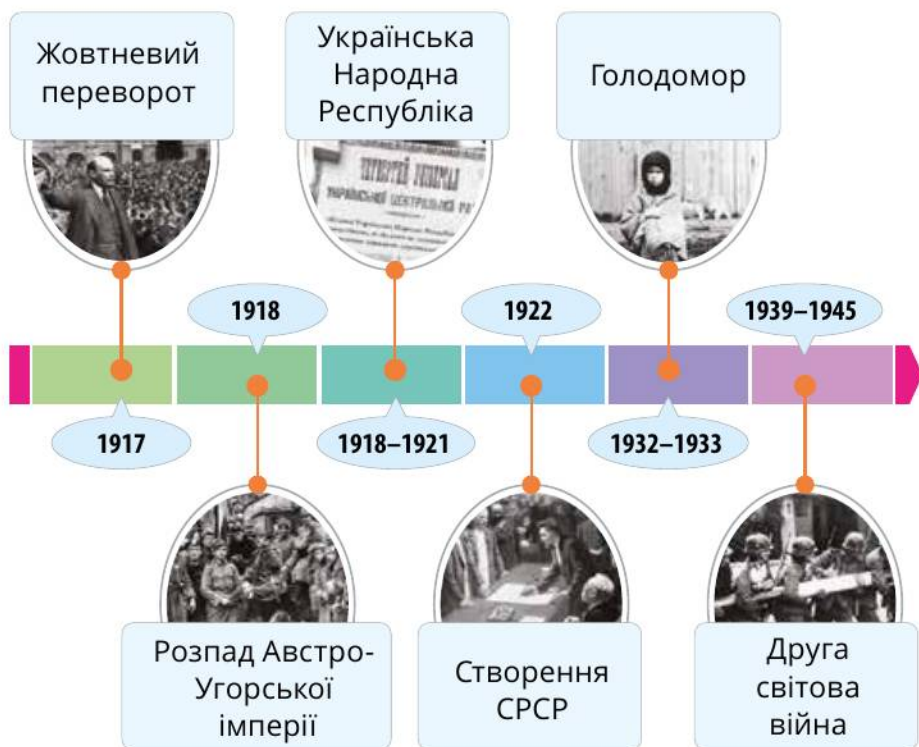
Я вмію шукати інформацію про історичні події в різних джерелах. ☆☆☆

Я можу визначити послідовність деяких історичних подій. ☆☆☆

Україна в СРСР



- УНР • ЗУНР • СРСР • ГОЛОДОМОР
- ДРУГА СВІТОВА ВІЙНА



Цього тижня ви:

- дізнаєтеся про походження свята День Соборності України;
- обговорите, що сталося в Україні під час Голодомору;
- виготовите символ пам'яті жертв Голодомору.

УКРАЇНЬСЬКА НАРОДНА РЕСПУБЛІКА

Після повалення монархії в Росії (1917 р.) та розпаду Австро-Угорської імперії (1918 р.) на теренах України утворилися дві держави. Це Українська Народна Республіка (УНР) та Західноукраїнська Народна Республіка (ЗУНР).

22 січня 1919 року на Софійській площі в Києві відбулося урочисте об'єднання УНР і ЗУНР у єдину соборну Україну. Цей день святкують як День Соборності України.

Українська Народна Республіка проіснувала лише два роки. У 1922 році більшу частину України приєднали до Союзу Радянських Соціалістичних Республік (СРСР).



Карта ЗУНР і УНР



- Перейдіть за QR-кодом, розгляньте карту та визначте, в якій частині України був ваш населений пункт — УНР чи ЗУНР.
- Розпитайте дорослих, що таке Жовтневий переворот. Які події відбувалися після нього у вашій місцевості?
- Перевірте достовірність фактів (відвідайте музей, бібліотеку, розпитайте вчителів...).



ГОЛОДОМОР

З усіх випробувань, які випали на долю України у складі СРСР, найжахливішим був Голодомор 1932–1933 років. Тоді внаслідок штучно створеного голоду в Україні, за різними оцінками, померло від 4 млн до 7 млн людей.

У 1932 році з ініціативи Йосипа Сталіна прийняли державну постанову, яку в народі називали «Законом про п'ять колосків». Вона передбачала покарання у вигляді розстрілу (або позбавлення волі не менш як на 10 років) із конфіскацією всього майна. За цим законом засуджували навіть дітей, які намагалися знайти хоч якусь їжу.

У 2010 році в Києві встановили скульптуру «Гірка пам'ять дитинства», яка нагадує про страшну долю дітей під час Голодомору. Дівчинка тримає в руках п'ять пшеничних колосків, що символізують «Закон про п'ять колосків».



Скульптура «Гірка пам'ять дитинства»
(фото з сайту Національного музею Голодомору-геноциду)



- Подивіться відео й розкажіть, що ви відчуваєте до людей, які пережили Голодомор.
- Запитайте в дорослих, що вони знають про Голодомор. Поділіться своїми думками про нього.



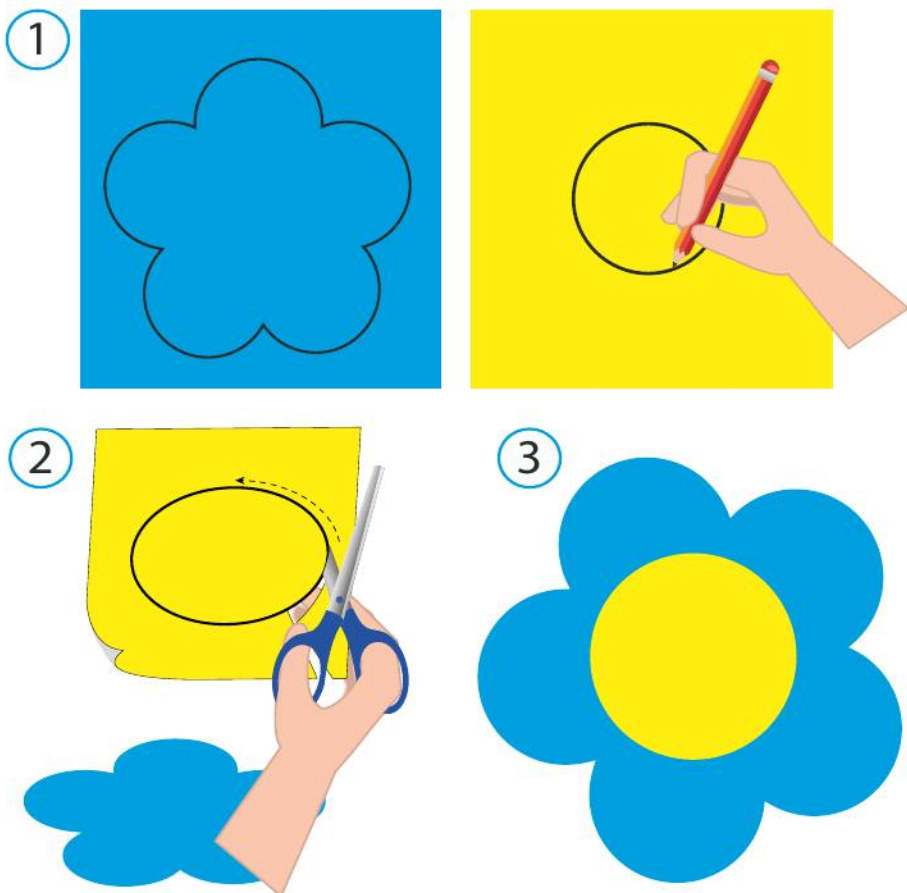
ВИГОТОВЛЯЄМО НЕЗАБУДКУ

Щороку в четверту суботу листопада світ вшановує пам'ять жертв Голодомору. Традиційно о 16:00 на спомин про загиблих унаслідок Голодомору в оселях на підвіконнях ставлять запалені свічки.

У канадській школі святої Софії створили символ пам'яті жертв Голодомору — квітку незабудку.

Щоб виготовити цей символ, вам знадобляться:

- жовтий і блакитний папір;
- ножиці, клей;
- фломастери.



УКРАЇНЦІ У ДРУГІЙ СВІТОВІЙ ВІЙНІ

Під час Другої світової війни український народ воював у лавах радянської армії та в арміях союзників. Однак багато українців і українок мріяли не лише про перемогу над ворогом, а і про здобуття державної незалежності України. Тому в цей час діяли національно-визвольні рухи.

Національно-визвольний рух став прикладом найтрьовалішого спротиву комуністичній системі. За участь у повстанському русі чи за його підтримку було позбавлено волі або життя понад пів мільйона людей.

Активний спротив тривав до середини минулого століття, а два останні вояки вийшли з підпілля лише в 1991 році, дочекавшись незалежності України.



Скульптура «Батьківщина-мати»
в Національному музеї історії України у Другій світій війні



Об'єднайтесь у чотири групи та перейдіть за QR-кодом. Прослухайте інформацію про «їжаки», карту України, форсування Дніпра, скульптуру «Батьківщина-мати». Розкажіть про це класу.



МОЗАЇКА ЗАВДАНЬ ДО ТЕМИ

1. Як вшановують пам'ять жертв Голодомору?

2. З'єднайте пари.

22 січня

День Незалежності України

24 серпня

Вшанування пам'яті жертв
Голодомору

Четверта субота
листопада

День Соборності України

3. За допомогою стрічки часу на с. 22 обчисліть, скільки років минуло після закінчення Другої світової війни.

4. Учні 4-А класу та двоє дорослих вирушили до Національного музею історії України у Другій світовій війні. Квиток для учня коштує 10 грн, а для дорослого — на 30 грн дорожче.

- Скільки гривень коштує квиток для дорослого?
- Скільки треба заплатити за квитки, якщо у класі 27 дітей і з ними двоє дорослих?

5. Оцініть свої досягнення.

Я можу розповісти, що відбувалося в Україні у 1932–1933 роках. ☆ ☆ ☆

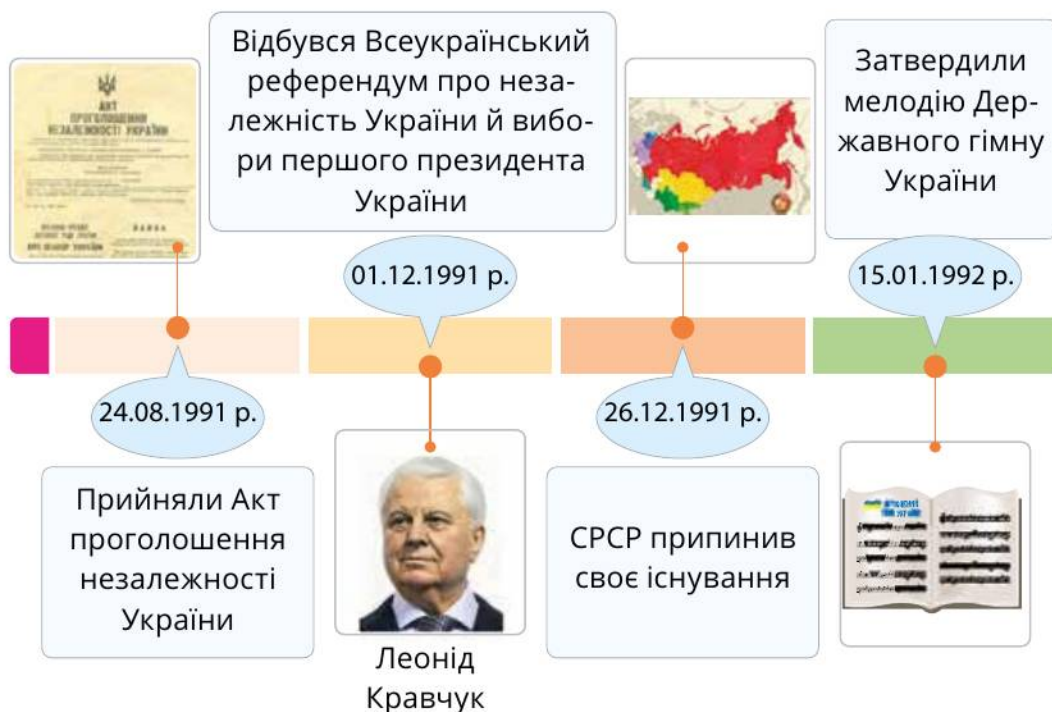
Я знаю походження Дня Соборності України. ☆ ☆ ☆

Я вмію перевіряти достовірність інформації. ☆ ☆ ☆

Україна — незалежна держава



- СУВЕРЕНІТЕТ • АНЕКСІЯ
- ЄВРОПЕЙСЬКИЙ СОЮЗ
- РЕВОЛЮЦІЯ ГІДНОСТІ



Цього тижня ви:

- ознайомитеся з історією незалежної України;
- дізнаєтеся, що записано в Конституції України;
- побуваєте в ролі волонтерів і виготовите подарунки для захисників України.

ЯК УКРАЇНА СТАЛА НЕЗАЛЕЖНОЮ

Після 70 років існування СРСР опинився у глибокій економічній кризі. В магазинах були великі черги по найнеобхідніші продукти, одяг, книжки. Прагнучи змін, останній керівник СРСР Михайло Горбачов розпочав реформи. Однак усі спроби покращити економічну ситуацію і зберегти державу були марними. СРСР розпався на 15 незалежних держав.

24 серпня 1991 року Верховна Рада УРСР прийняла Акт проголошення незалежності України.



- Розгляньте стрічку часу й назвіть дати прийняття Акта проголошення незалежності України та затвердження її державних символів.
- Перейдіть за QR-кодом, завантажте й роздрукуйте інформацію про президентів України. Зробіть стрічку часу.



КОНСТИТУЦІЯ УКРАЇНИ

Конституція України — це документ, який визначає державний устрій, обов'язки органів влади, а також права, свободи й обов'язки громадян. Жоден закон України не може суперечити Конституції. Тому її ще називають Основним законом України.

Творці Конституції подбали про те, щоб ніхто не зміг використати свою владу проти народу. Для цього в тексті Конституції записали різні органи влади й пояснили, які функції виконує кожен із цих органів.



Структура центральних органів влади



- Хто є главою держави, гарантом державного суверенітету України?
- Який державний орган відповідає за ухвалення законів?
- Як називається орган виконавчої влади?
- Яку гілку влади представляють суди?

АДМІНІСТРАТИВНИЙ ПОДІЛ УКРАЇНИ

Після розпаду СРСР незалежна Україна постала в межах кордонів колишньої Української Радянської Соціалістичної Республіки (УРСР). Нині Україна — це держава, яка складається з 24 областей і Автономної Республіки Крим.



- Розгляньте карту та знайдіть на ній свою область. Назвіть області, з якими вона межує.
- Перейдіть за QR-кодом і перевірте своє вміння читати карту.
- Перейдіть за QR-кодом, роздрукуйте пазли та складіть із них карту України.



РЕВОЛЮЦІЯ ГІДНОСТІ

Україна розташована в центрі Європи, і більшість українців вважає себе європейцями. Нині курс на вступ до Європейського Союзу закріплений у Конституції України. Тому коли очільник держави Віктор Янукович відмовився підписати документ про асоціацію з ЄС, молоді люди (переважно студенти) вийшли на мирний мітинг. Їх жорстоко розігнали правоохоронці. Після цього в Україні розпочалися масові протести, які назвали Революцією гідності. Скориставшись складною ситуацією, Росія підступно анексувала Крим і розв'язала війну на сході України.



Перейдіть за QR-кодом і роздрукуйте інформацію про Європейський Союз. Створіть про це стрічку часу.



ПОВНОМАСШТАБНЕ ВТОРГНЕННЯ РФ

Тривалий час росіяни накопичували сили й 24 лютого 2022 року атакували Україну з півночі, сходу та півдня. Ворог сподівався, що Україна капітулює під таким натиском за декілька днів. Натомість цей підступний напад лише ще більше згуртував українців.

Збройні сили України щодня захищають і відвойовують наші території, обороняють населення на землі й у небі. Рятувальні, комунальні та енергетичні служби підтримують життєдіяльність країни, забезпечують людей теплом і енергією.

Угода про асоціацію
між Україною та ЄС

Антитерористична
операція (АТО),
з 30.04.2018 — операція
Об'єднаних сил (ООС)

Повно-
масштабне
вторгнення
РФ в Україну



16.09.2014



14.04.2014 —
24.02.2022



24.02.2022 — ...



Перейдіть за QR-кодом і подивіться серію мультфільмів «Добро завжди перемагає зло».



ВОЛОНТЕРСЬКИЙ РУХ

Після анексії Криму в перших лавах захисників України стали добровольці та волонтери. Добровольчі батальйони посилили небоєздатну на той час українську армію. Волонтери допомагали захисникам, зокрема одягом і харчами.

Одним із яскравих прикладів волонтерського руху став медичний батальйон «Госпітальєри». У 2014 році його заснувала 18-річна Яна Зінкевич. «Госпітальєри» врятували життя тисяч наших воїнів.

У 2015 році Яна Зінкевич потрапила в автомобільну аварію. Але навіть у колісному кріслі вона демонструє незламну силу духу. У 2023 році її включили до списку найвпливовіших людей світу за версією журналу TIME100 Next — тих, хто змінює наше майбутнє.



Яна Зінкевич



Волонтерами та волонтерками можуть бути не лише дорослі, а й діти. Вони готують смаколики, пишуть листи, майструють обереги. Об'єднайтесь у пари. Підберіть матеріали й виготовте подарунок для воїнів за власним задумом.

МОЗАЇКА ЗАВДАНЬ ДО ТЕМИ

1. Поясніть на прикладах, що означає бути громадянином або громадянкою України.
2. Установіть відповідність.

Леонід Кравчук

засновниця медичного батальйону «Госпітальєри»

Яна Зінкевич

президент незалежної України

3. Назвіть події у правильному порядку.

Війна
на сході
України

Затвердження
Державного
прапора України

Революція
гідності

Ухвалення
Конституції
України

Прийняття Акта
проголошення неза-
лежності України

Повномасштаб-
не вторгнення
РФ в Україну

4. Оберіть істинне твердження.

- Революція гідності відбулася через відмову президента підписати Угоду про асоціацію з ЄС.
- Революція гідності відбулася через підписання президентом Угоди про асоціацію України з ЄС.

5. Оцініть свої досягнення.

Я можу розповісти про деякі події, що відбувалися в Україні у XX столітті. ☆☆☆

Я можу розказати, як деякі події та визначні особи вплинули на сучасність. ☆☆☆

Я знаю, коли святкують День Незалежності України та День Конституції України. ☆☆☆

Досліджуємо свій край



- МІСЦЕВЕ САМОВРЯДУВАННЯ
- ДРЕВЛЯНИ • 3D-МАКЕТ • БЮДЖЕТ

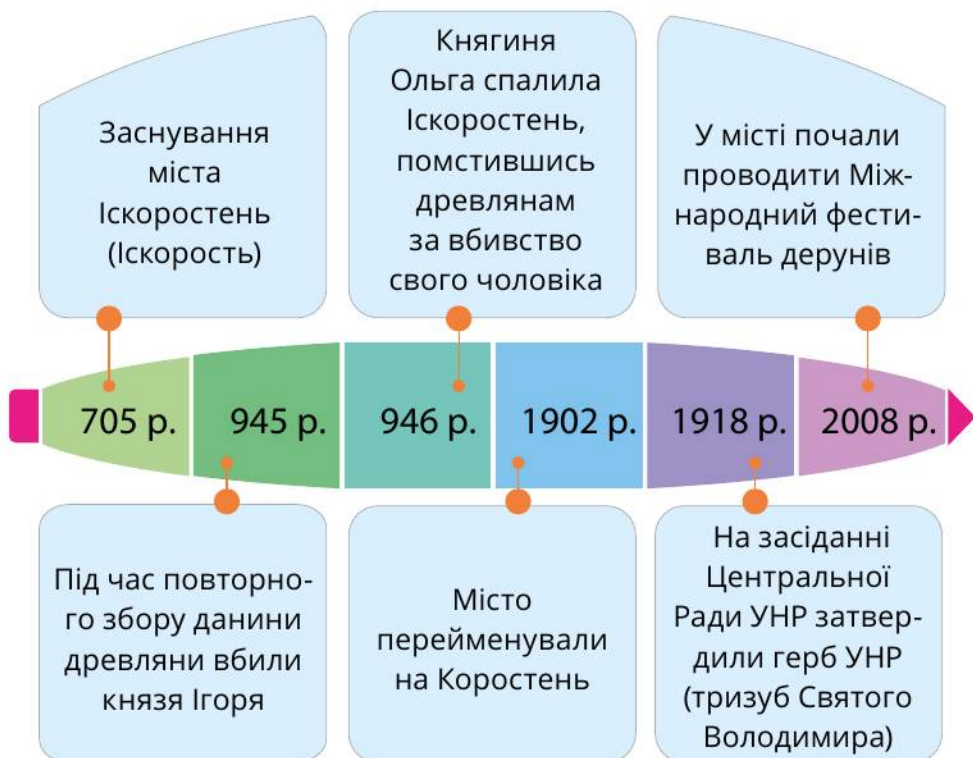


Цього тижня ви:

- дослідите історію вашого краю і територіальний устрій вашого регіону;
- обговорите функції місцевого самоврядування;
- учитиметеся розв'язувати проблеми своєї громади;
- шукатимете скарби за допомогою плану місцевості;
- створите 3D-макет населеного пункту.

ІСТОРІЯ МОГО КРАЮ

Історія України, її міст і сіл сягає глибини віків. Чимало подій відбувалося на нашій землі: війни, голодомори, революції. Розгляньте стрічку часу про місто Коростень, яке за часів Київської Русі було столицею *древлян*.

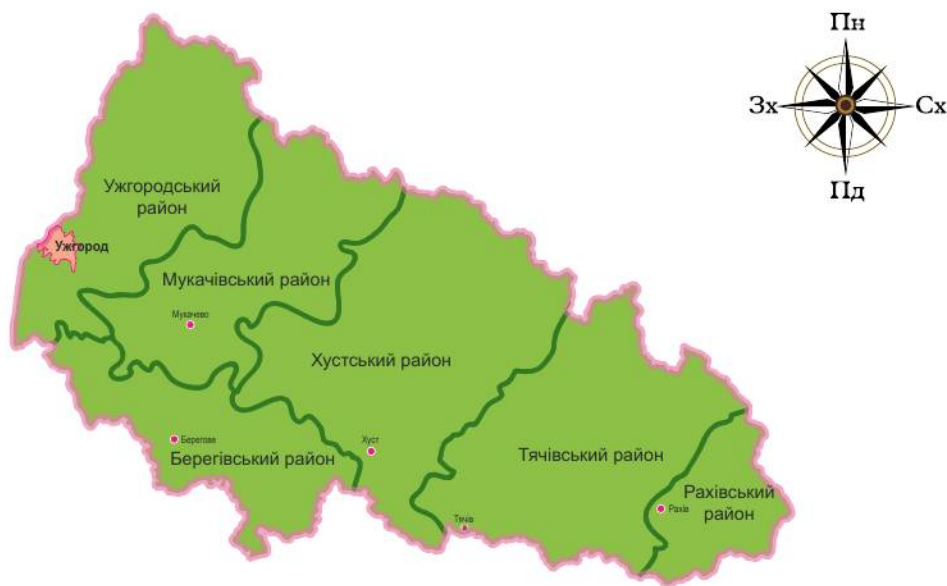


- Обчисліть, скільки зараз років Коростеню.
- Розпитайте людей старшого віку про події, які вони пам'ятають (як змінювалися назви вашого населеного пункту, вулиць).
- При нагоді відвідайте краєзнавчий музей і дослідіть традиційні ремесла вашого краю.
- Об'єднайтесь у групи та створіть презентацію про історичні й культурні події вашого краю.

АДМІНІСТРАТИВНИЙ УСТРІЙ РЕГІОНІВ

Кожна область в Україні поділяється на райони. До районів входять міські, селищні та сільські об'єднані територіальні громади (ОТГ). Великі міста поділені на міські райони.

Найчастіше назва обласного центру збігається з назвою області. Хоча є винятки. Наприклад, обласний центр Закарпатської області — місто Ужгород.



Адміністративно-територіальний устрій
Закарпатської області (липень 2020 року)



- Перейдіть за QR-кодом і виконайте вправу за допомогою малюнка.
- Дослідіть, назви яких областей не збігаються з назвами їхніх обласних центрів.
- Яке місто є обласним центром вашої області?
- ✱ Поміркуйте, навіщо потрібен адміністративний поділ держави.



П'ЯТЬ ФАКТІВ ПРО МІСЦЕВЕ САМОВРЯДУВАННЯ

1

Місцеве самоврядування — це право жителів міста чи села самостійно розв'язувати проблеми свого населеного пункту в межах Конституції та законів України.

2

Для здійснення місцевого самоврядування жителі обирають представників громади до місцевих рад.

3

Керівником міста є мер, а села — сільський голова. Їх обирають члени громади.

4

Органи місцевого самоврядування формують *бюджет* громади за рахунок податків місцевих підприємств і мешканців.

5

Ці кошти використовують на будівництво та ремонт доріг, освітлення вулиць, ремонт шкіл і дитячих садків, систем водопостачання тощо.



Прочитайте п'ять фактів про місцеве самоврядування. Обговоріть:

- Що таке місцеве самоврядування?
- На що витрачає кошти місцева влада?
- Хто є керівником міста?
- Хто його обирає?

Перейдіть за QR-кодом і перевірте свої знання про місцеве самоврядування.



ДОЛУЧАЄМОСЯ ДО ПЕРЕТВОРЕНЬ

Щоб розв'язати проблеми свого населеного пункту, жителі можуть самі пропонувати різні ідеї та втілювати їх. Розгляньте на малюнку кроки, необхідні для здійснення такого проєкту.



Як реалізувати проєкт



Кожен хоче жити в чистому й безпечному місці. Тому навіть діти можуть долучатися до корисних справ.

- Оберіть актуальне для своєї школи або громади завдання (прибрати парк, територію школи, по-дбати про бездомних тварин тощо).
- Розробіть і виконайте проєкт згідно з планом.

ОРІЄНТУВАННЯ НА МІСЦЕВОСТІ

План — це зображення невеликої ділянки місцевості, зокрема території села, містечка. На плані показують вид зверху, а для об'єктів місцевості використовують умовні позначення. Наприклад, будівлі позначають прямокутниками, а плодовий сад — кружечками.



- Опишіть, що розташоване на місцевості, зображеної на малюнку.
- Розкажіть, як можна дістатися до скарбу від школи, озера, мосту.
- Об'єднайтесь у групи. Заховайте ваш скарб у будь-якому місці та позначте його на плані. Використайте необхідні умовні позначення.
- Обміняйтесь планами та віднайдіть скарби.
- Обговоріть, чи важко було шукати скарби за допомогою плану місцевості.

СТВОРЮЄМО 3D-МАКЕТ

Ще одним способом зображення місцевості є 3D-макет. Це зменшена копія будівлі або цілого міста.

Об'єднайтесь у групи, уявіть себе в ролі архітекторів і разом створіть 3D-макет вашого населеного пункту, яким ви хочете бачити його в майбутньому.

Вам знадобляться:

- розгортки будинків;
- кольоровий папір, картон;
- пластилін, LEGO;
- олівці, фломастери, ножиці, клей.



МОЗАЇКА ЗАВДАНЬ ДО ТЕМИ

1. Назвіть найбільшу адміністративну одиницю.

ОТГ

Область

Район

2. Оберіть область, обласним центром якої є Луцьк.

Луганська

Волинська

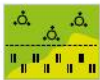
Львівська

3. Яке умовне позначення плодового саду?

А.



Б.



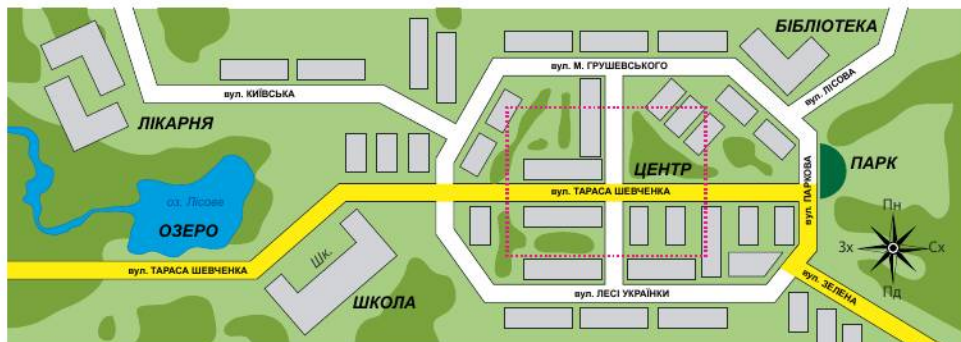
В.



Г.



4. Розгляньте план місцевості й обговоріть, у якому напрямку треба рухатися, щоб потрапити:



- від озера до лікарні;
- від парку до центру міста;
- від лікарні до бібліотеки.

5. Оцініть свої досягнення.

Я можу назвати обласний центр і райони своєї області. ☆☆☆

Я знаю історію рідного краю. ☆☆☆

Я розпізнаю об'єкти на плані. ☆☆☆

Досліджуємо права та обов'язки дітей



- ООН • КОНВЕНЦІЯ • ДЕКЛАРАЦІЯ
- ПРАВА ДІТЕЙ • ОБОВ'ЯЗКИ • БУЛІНГ



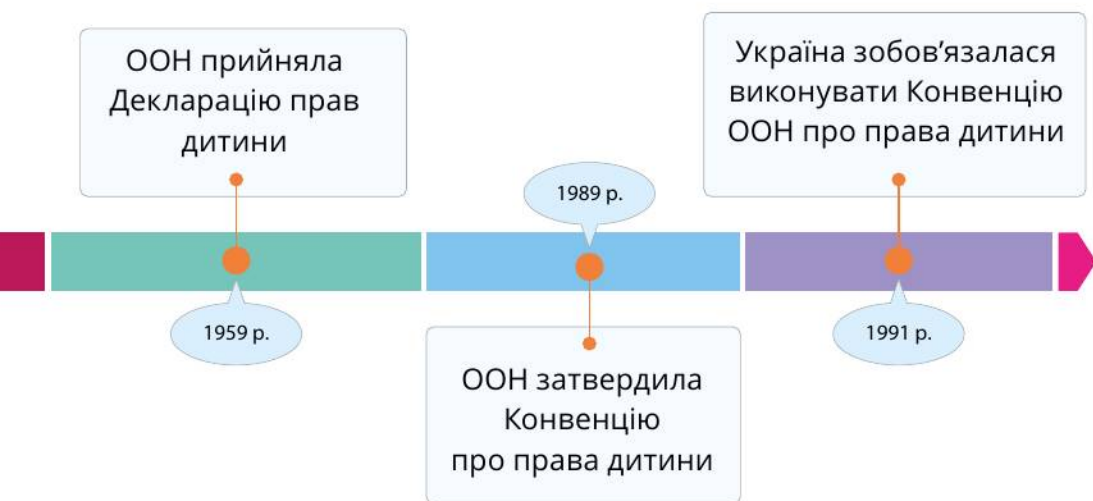
Цього тижня ви:

- обговорите права та обов'язки дітей;
- виготовите плакати про ваші права та обов'язки;
- висловіте своє ставлення до поведінки казкових персонажів, які порушують права дітей;
- учитиметеся розпізнавати ознаки булінгу;
- поміркуєте, до кого можна звернутися щодо захисту від булінгу.

ІСТОРІЯ ПРАВ ДІТЕЙ

До середини минулого століття не було законів, які оберігали життя дітей. У багатьох країнах їх залучали до важкої праці, чимало дітей не мали змоги ходити до школи. Під час прийняття рішень стосовно дітей на їхню думку не зважали.

У 1924 році було ухвалено перший документ, присвячений правам дитини, — Женевську декларацію прав дитини. А через 65 років ООН прийняла Конвенцію про права дитини, в якій визначено обов'язки країн щодо захисту прав дітей.



Подивіться мультфільм про права дітей.
Обговоріть:

- У чому різниця між декларацією і конвенцією?
- Що прийняли раніше: Конвенцію чи Декларацію прав дитини?
- Які права мають діти?
- Чому важливо захищати права дитини?



ПРАВА ДІТЕЙ

Права дітей — це умови, які потрібні їм, щоб повноцінно жити й дорослішати. Кожен має знати свої права. Але важливо пам'ятати, що ваші права не повинні порушувати права інших людей.

ДІТИ МАЮТЬ ПРАВО НА:



- Пригадайте казки «Попелюшка», «Гідке каченя», «Семеро козенят».
- Перейдіть за QR-кодом і виконайте вправу, щоб дізнатися про порушення прав дітей у цих казках.
- Висловіть своє ставлення до поведінки казкових персонажів, які порушують права дітей.



ОБОВ'ЯЗКИ ДІТЕЙ

Окрім прав діти мають обов'язки. Це те, що вони зобов'язані виконувати. Наприклад, кожна дитина має право на освіту. Водночас діти зобов'язані навчатися. Отже, навчання — це право й обов'язок кожної дитини.

Розгляньте малюнки й назвіть, які ще обов'язки є у дітей.



Поважати
права інших



Слухатися
батьків



Дотримуватися
правил поведінки



Дбати про своє
здоров'я



Берегти
природу



Берегти
чуже майно



Перейдіть за QR-кодом і виконайте вправу про права та обов'язки дітей.

Об'єднайтесь у дві групи та виготовте плакати:



- група 1 — «Права та обов'язки дітей у родині»;
- група 2 — «Права та обов'язки учнів у школі».

Немає прав без обов'язків.



ЦВЯХИ

Східна притча

Жив собі сварливий хлопчик. Якось батько дав йому торбинку з цвяхами та наказав забивати цвях у садовий паркан щоразу, як він із кимось посвариться. Першого ж дня хлопчик забив аж 37 цвяхів. Протягом наступних тижнів він намагався стримуватись, і кількість забитих цвяхів щодня зменшувалася. Настав день, коли хлопчик зрозумів, що легше стримуватися, ніж забивати цвяхи.

Одного дня він не забив у паркан жодного цвяха. Тоді батько наказав йому витягати по одному цвяху з огорожі щодня, коли він ні з ким не посвариться.

Минав час. Нарешті хлопчик витягнув із паркану останній цвях. І батько сказав йому:

— Синку, останнім часом ти добре поводи́вся. Та поглянь на ці дірки. Паркан уже ніколи не буде таким, як раніше. Так і в житті. Коли ти з кимось свари́шся і своїми словами робиш йому боляче, ти раниш свого співрозмовника. Душевні рани такі ж болючі, як і тілесні, та го́яться набагато довше. І хоч би скільки ти потім вибачався, рана не зникне безслідно.



Обговоріть, який висновок можна зробити з притчі. Як ви розумієте наведені нижче прислів'я?

- Як гукнеш, так і відгукнеться.
- Дружба — це дорогоцінний камінь, який важко знайти, але дуже легко втратити.

Як можна захистити друга, якщо його хтось ображає?

ЩО ТАКЕ БУЛІНГ

Можливо, ви знаєте дітей, яким подобається сваритися з усіма, демонструвати свою перевагу.

Вони обирають когось слабшого й починають його постійно кривдити: дражнити, розпускати плітки чи навіть штовхати, бити, псувати його особисті речі. Все це — ознаки булінгу (цькування), який є небезпечним для всіх його учасників.



Ознаки булінгу



Подивіться відео про булінг. Обговоріть:

- Хто може стати жертвою булінгу?
- Як можна впоратися з булінгом?

Перейдіть за другим QR-кодом і потренуйтеся розпізнавати ситуації булінгу за допомогою рухомих картинок.



ЯК БОРОТИСЯ З БУЛІНГОМ

Якщо ви стали жертвою або свідком цькування, ніколи не терпіть цього! Розкажіть про все дорослим, яким довіряєте: батькам чи іншим родичам, учителю, шкільному психологу. Також можете зателефонувати за номером дитячої лінії довіри. Там працюють доброзичливі люди. Вони уважно вислухають вас і дадуть слушну пораду.

Прочитайте деякі поради, які допоможуть захистити себе чи інших жертв булінгу.



- Самостійно або разом із друзями зателефонуйте на гарячу лінію для дітей та молоді: **116-111**. Назвіться і розпитайте консультанта, в яких ситуаціях ви можете звертатися за цим телефоном.
- Вправа «Рука допомоги». Напишіть імена п'ятьох людей, яким довіряєте й до яких можете звернутися, стикнувшись із булінгом.



Дзвінки на гарячу лінію
для дітей та молоді безкоштовні.

МОЗАЇКА ЗАВДАНЬ ДО ТЕМИ

1. Який документ прийняла ООН для захисту прав дітей?
2. Установіть відповідність між правами та обов'язками.

Право на освіту

Право на повноцінне харчування

Право на медичну допомогу

Вживати корисні продукти

Дбати про своє здоров'я

Сумлінно навчатися

3. У яких ситуаціях є ознаки булінгу?

Артем добре відповів на уроці. Василь вкотре сказав: «Молодець, вискочко!»

Аліна кумедно танцювала, щоб розсмішити друзів. Усім було весело.

Хтось намалював смішний портрет Дарини й повісив його на видноті. Усі сміються, та їй це дуже неприємно.

4. Оберіть твердження, яке є судженням.
 - Діти мають права та обов'язки.
 - Дитинство — це найпрекрасніша пора в житті.
5. Напишіть есе на тему «Чому всі діти мають рівні права».
6. Оцініть свої досягнення.

Я можу назвати права та обов'язки дітей. ☆☆☆

Я здатний / здатна протидіяти проявам неповаги та приниження. ☆☆☆

Я знаю, як захистити себе чи інших жертв булінгу. ☆☆☆

МОЗАІКА ЗАВДАНЬ ДО РОЗДІЛУ «СВІТ ЛЮДЕЙ»

1. Оберіть послуги, які надає місцева влада.

Освітлення вулиць

Прибирання квартир

Прибирання снігу
на дорогах

Ремонт доріг

Перукарські послуги

Ремонт годинників

2. Установіть відповідність між органами влади та їхніми функціями.

Верховна Рада України

Вирішення правових спорів

Кабінет Міністрів України

Ухвалення законів

Суди всіх рівнів

Забезпечення
виконання законів

3. Визначте, які твердження хибні, а які — істинні.

- Скіфську пектораль знайшов Вікентій Хвойка.
- Трипільська культура (5 тис. років до н. е.) існувала раніше, ніж Стародавній Єгипет (3 тис. років до н. е.).
- Стоянка — це поселення первісних людей.

4. Уставте пропущені слова (центральної, місцевої).

Органи ... влади забезпечують ухвалення та виконання законів, вирішення правових спорів.

Органи ... влади забезпечують ремонт доріг, благоустрій населеного пункту, медичну допомогу.

5. Учні 4-Б класу вирушили до Музею «Становлення української нації». Квиток для учня коштує 160 грн, а для дорослого — на 60 грн більше.

- Скільки гривень коштує квиток для дорослого?
- Скільки треба заплатити за квитки, якщо у класі 10 дітей і з ними троє дорослих?

6. Оберіть умовні позначення водних об'єктів.



7. Розгляньте план місцевості й обговоріть, у якому напрямку треба рухатися, щоб потрапити:

- від будинку Інни до озера;
- від будинку Максима до лікарні;
- від озера до парку;
- від центру міста до озера;
- від лікарні до бібліотеки;
- від школи до озера.



8. Визначте, що є правами дітей, а що — їхніми обов'язками: всі діти мають ходити до школи; всі діти мають право на медичну допомогу; всі діти мають охороняти природу; всі діти мають право на ім'я і громадянство; всі діти мають поважати інших дітей; усі діти мають стежити за своїм здоров'ям; усі діти мають право на освіту.

9. Оберіть приклади дій, які можуть свідчити про булінг.

Постійно штовхати
або бити однокласника

Регулярно
поширювати плітки

Навмисно псувати особисті
речі якоїсь дитини

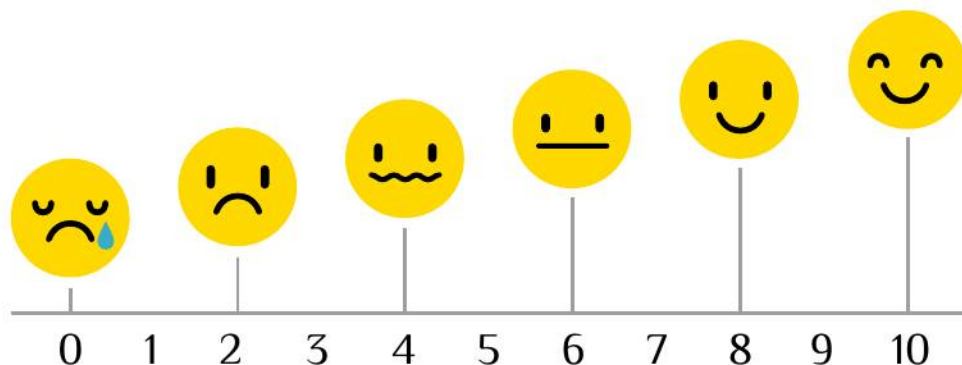
Підказати, що куртка
забруднилася

10. Оцініть себе.

Ці завдання були для вас:

- дуже легкими;
- легкими;
- складними;
- дуже складними;
- не знаю.

11. Оберіть на шкалі настрою смайлик, який відображає ваші почуття.



Людина та її здоров'я

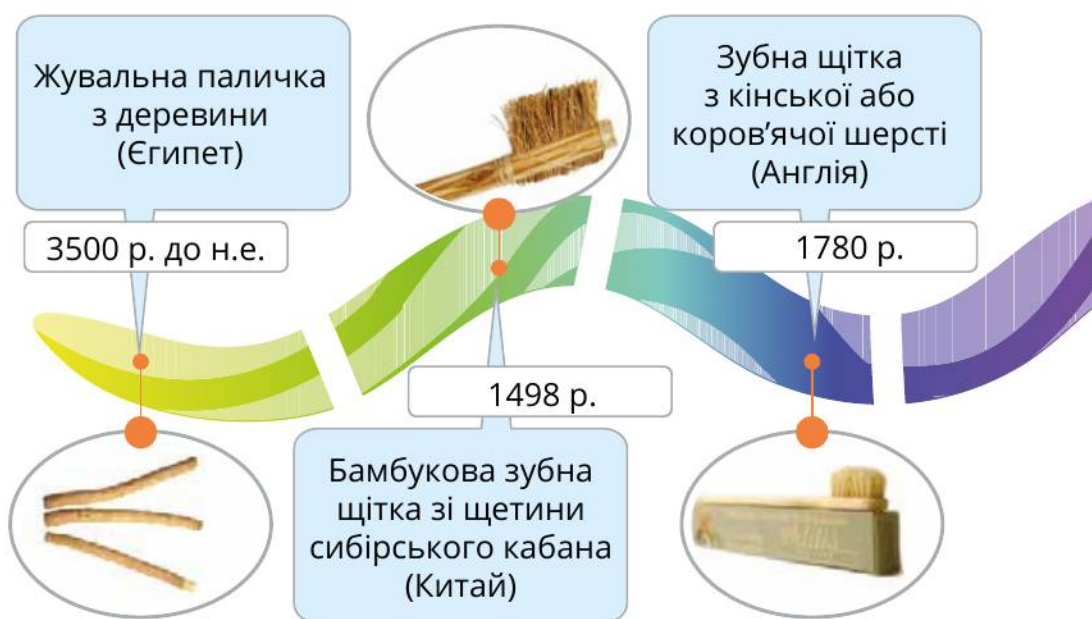
У цьому розділі ми дослідимо:



Про життя і здоров'я



- ЗДОРОВ'Я • ГІГІЄНА
- ПАСТЕРИЗАЦІЯ • АНТИБІОТИК
- ІМУНІТЕТ • ЩЕПЛЕННЯ
- АНТИТИЛА • ЕПІДЕМІЯ



Історія появи зубної щітки



Цього тижня ви:

- дізнаєтеся історію охорони здоров'я;
- з'ясуєте, як можна зберегти та зміцнити здоров'я;
- потренуєтеся розпізнавати емоції;
- обговорите чинники, які впливають на здоров'я.

ІСТОРІЯ ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я

У Стародавній Греції філософи визначали здоров'я як рівновагу духовного та тілесного благополуччя. Вони досліджували людський організм, училися лікувати різні захворювання і шукали способи зміцнення здоров'я.

За давньогрецькими міфами, донькою бога лікування Асклепія була Гігієя — богиня чистоти та здоров'я. На її честь назвали гігієну — науку про те, як берегти здоров'я. Однією зі складових гігієни є догляд за порожниною рота.

Перша зубна паста в тюбику

1892 р.



«Розумна» зубна щітка, під'єднана до смартфона (Франція)

2014 р.



1954 р.

Електрична зубна щітка (Швейцарія)



- Розгляньте стрічку часу й обчисліть, скільки років тому створили першу електричну зубну щітку.
- Перейдіть за QR-кодом і подивіться відео про догляд за порожниною рота.
- Перейдіть за QR-кодом і встановіть правильну послідовність чищення зубів.



ІСТОРІЯ МЕДИЦИНИ

У перекладі з латини слово «медицина» означає лікувальне мистецтво. У давні часи хворих лікували рослинами та іншими природними речовинами. Згодом люди дедалі більше дізнавалися про будову людського тіла, причини хвороб, створювали нові й ефективніші ліки.

Давньогрецький лікар Гіппократ відокремив медицину від релігії та виділив її в окрему науку



бл. 460–370 р.
до н. е.

Авіценна — перський лікар, поет, філософ. Його називають батьком сучасної медицини



980–1037

Англійський лікар Едвард Дженнер розробив першу у світі вакцину проти віспи



1749–1823

Американський стоматолог і хірург Вільям Мортон уперше успішно використав знеболювання



1819–1868



Розгляньте стрічку часу. Обговоріть:

- Кого називають батьком сучасної медицини?
- Хто запропонував метод пастеризації?
- Хто вважається засновником стерилізації в хірургії? Яким змінам це сприяло?

Подивіться відео про Едварда Дженнера. Обговоріть, як у нього виникла ідея про вакцину від віспи. Кому він зробив перше щеплення?



МЕДИЦИНА І ТЕХНІЧНИЙ ПРОГРЕС

Із розвитком техніки лікарі отримували нові й більш досконалі інструменти, а лікування хвороб ставало простішим і менш ризикованим. Деякі винаходи (стерилізація, пастеризація, знеболювання) сприяли зниженню смертності.

Луї Пастер — французький мікробіолог, хімік. Засновник методу пастеризації



1822–1895

Англійський хірург і професор Джозеф Лістер. Засновник стерилізації в хірургії



1827–1912

Британський бактеріолог Александер Флемінг виділив перший у світі антибіотик — пеніцилін



1881–1955

Український хірург Юрій Вороний зробив першу операцію з пересадки органа від людини людині



1895–1961



Подивіться відео про внесок українських науковців у розвиток медицини. Обговоріть:

- Хто створив перший у світі протез серцевого клапана?
- Який хірург уперше у світі зробив операцію з пересадки органа?

Перейдіть за QR-кодом і роздрукуйте інформацію. Створіть свою стрічку часу про історію медицини.



ІСТОРІЯ БОРОТЬБИ З ЕПІДЕМІЯМИ

У середні віки Європа потерпала від епідемій таких інфекційних хвороб, як чума, віспа, холера. Епідемії швидко поширювалися, від них гинуло багато людей. Усе змінилось, коли науковці створили вакцини від цих інфекцій.

Після щеплення (введення вакцини) в організмі людини виробляються антитіла — зброя імунітету проти збудників захворювання. Завдяки щепленням люди не хворіють або можуть перехворіти в легкій формі.

Першу вакцину від холери та чуми винайшов українець Володимир Хавкін. Інший науковець — Ілля Мечников — за досягнення у вивченні імунітету отримав найпрестижнішу нагороду — Нобелівську премію.



Володимир Хавкін
(1860–1930)



Ілля Мечников
(1845–1916)



- Перейдіть за QR-кодом і подивіться відео про Володимира Хавкіна. Обговоріть, чи змінилися ваші уявлення про необхідність щеплення і як саме.
- Подивіться відео про Іллю Мечникова та поділіться своїми враженнями.



ЦІННІСТЬ ЖИТТЯ І ЗДОРОВ'Я

Життя — найбільша цінність для людини. Міцне здоров'я є запорукою довгого й активного життя. На відміну від матеріальних цінностей, здоров'я не можна купити. Люди отримують здоров'я від народження, а надалі мають берегти та зміцнювати його.



Перейдіть за QR-кодом і подивіться відео, як дбати про своє здоров'я.



Завантажте за QR-кодом шаблони яблук, роздрукуйте й запишіть на них, як ви можете берегти та зміцнювати своє здоров'я. Прикріпіть їх на малюнок дерева.

Як ви розумієте наведені нижче прислів'я?

- Здоровий злидар щасливіший від багача.
- Здоров'я — найдорожчий скарб.
- Здоров'я за гроші не купиш.
- Бережи одяг, поки новий, а здоров'я — поки молодий.
- Здоров'я за гроші не купиш, та розплачуватися ним можна скільки завгодно.

СКЛАДОВІ ЗДОРОВ'Я

Раніше здоровим вважали кожного, хто не почувався хворим і не мав зовнішніх ознак нездужання. У 1948 році Всесвітня організація охорони здоров'я (ВООЗ) проголосила, що здоров'я — це не лише відсутність хвороб чи фізичних вад, а повне фізичне, психічне, соціальне і духовне благополуччя. Відтоді почали брати до уваги різні складові здоров'я: фізичну, соціальну, психічну, моральну та духовну.

Фізичне здоров'я:

- правильно харчуватися;
- активно рухатися;
- дбати про чистоту тіла;
- загартовуватися.

Соціальне здоров'я:

- ладнати з людьми;
- обирати хороших друзів;
- поводитися ввічливо і доброзичливо;
- мирно залагоджувати конфлікти.

Психічне здоров'я:

- здобувати знання;
- приймати зважені рішення;
- контролювати емоції;
- ставити цілі й досягати їх.

Моральне і духовне здоров'я:

- діяти з користю для себе та інших;
- стійко переносити складні життєві обставини.



- Перейдіть за QR-кодом і потренуйтеся розпізнавати емоції на емотиконах.
- Обговоріть, як позитивні емоції впливають на життя людини.



- ★ Поясніть особливе значення для людини морального й духовного здоров'я.

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК СКЛАДОВИХ ЗДОРОВ'Я

Усі складові здоров'я важливі, адже вони тісно пов'язані між собою. Уявіть стілець, який міцно стоїть на чотирьох ніжках. Якщо одну ніжку стільця вкоротити, він почне хитатися. А коли вона зламається, стілець упаде, й на ньому вже не можна буде сидіти.

Так і здоров'я. Кожна його складова впливає на інші та на самопочуття загалом. Тому потрібно дбати про всі його складові. Прочитайте розповідь про Андрійка й дайте відповіді на запитання.



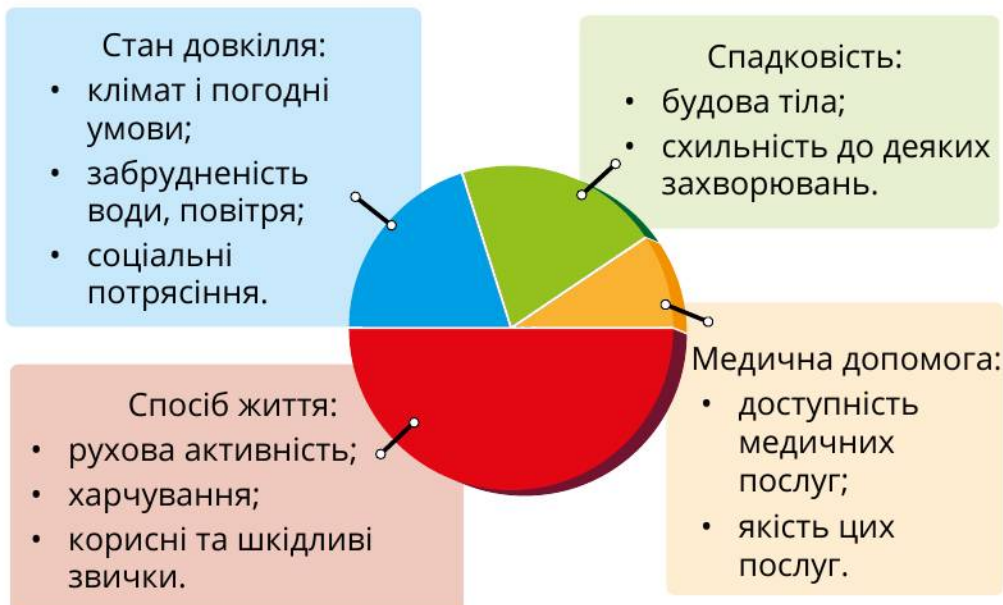
Андрійко — справжня знахідка для друзів: із ним ніколи не буває нудно, на нього завжди можна покластися і попросити про допомогу. Навчається хлопчик добре, та на уроках фізкультури в нього чимало проблем: то нога болить, то голова. А на жарти друзів він відповідає, що його улюблений вид спорту — лежання на дивані.



- Про яку складову здоров'я забув хлопчик?
- До чого це може призвести?
- Що ви можете йому порадити?
- Напишіть, як ви дбаєте про кожную складову свого здоров'я. Об'єднайтесь у пари й обговоріть, що ви робите добре, а що варто покращити.

ЩО ВПЛИВАЄ НА ЗДОРОВ'Я

Здоров'я людини залежить від багатьох умов. Найважливішими є спадковість, спосіб життя, стан довкілля та медичне обслуговування. Розгляньте діаграму й обговоріть, як кожен із цих чинників впливає на здоров'я. Який із них має найбільший вплив, а який — найменший?



Одні чинники впливають на здоров'я позитивно (наприклад, фізичні вправи), інші — негативно (зокрема зловживання солодощами та гаджетами).

Пограйте в гру «Шнурівка». Для цього об'єднайтесь у дві групи («Плюс» і «Мінус»).

- Група «Плюс» записує чинники, які позитивно впливають на здоров'я.
- Група «Мінус» записує чинники, які негативно впливають на здоров'я.

Представники команд по черзі називають те, що вони записали.

Виграє команда, яка назве найбільше чинників.

МОЗАЇКА ЗАВДАНЬ ДО ТЕМИ

1. Як емоції впливають на стан людини?
2. Установіть відповідність між складовими здоров'я та їхніми ознаками.

Фізичне здоров'я

Інтелект, оптимізм,
раціональна поведінка

Соціальне здоров'я

Сила та енергія, висока
працездатність, міцний імунітет

Психічне здоров'я

Доброта, стійкість,
душевна щедрість

Моральне
і духовне здоров'я

Гарні манери, доброзичливість,
здорові стосунки з однолітками

3. Оберіть істинне твердження.

- Здоров'я людини найбільше залежить від якості та доступності медичних послуг.
- Здоров'я людини найбільше залежить від її способу життя.

4. Прочитайте розповідь про Аліну й визначте, про які складові здоров'я має подбати дівчинка.

Аліна добре навчається і займається плаванням. Вона вміє ставити перед собою цілі й досягати мети. Однак Аліна дуже сором'язлива, тому в неї майже немає друзів.

5. Оцініть свої досягнення.

Я вмію розрізняти складові здоров'я. ☆☆☆

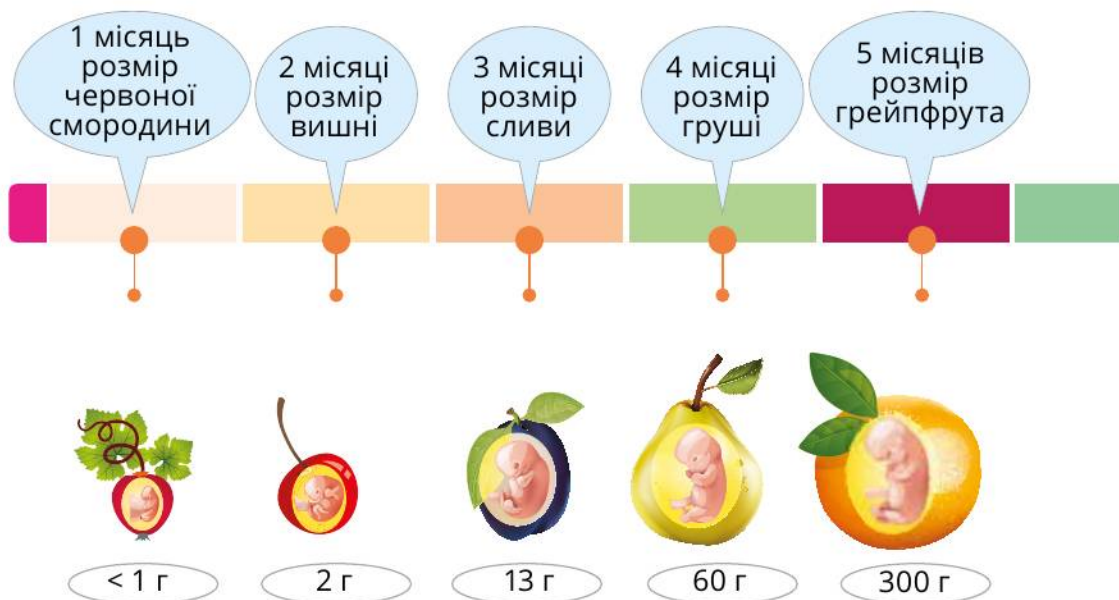
Я знаю, як берегти та зміцнювати здоров'я. ☆☆☆

Я знаю, які чинники впливають на здоров'я. ☆☆☆

Ріст і розвиток



- **ВАГІТНІСТЬ**
- **ВНУТРІШНЬОУТРОБНИЙ РОЗВИТОК**
- **ІНДЕКС МАСИ ТІЛА**



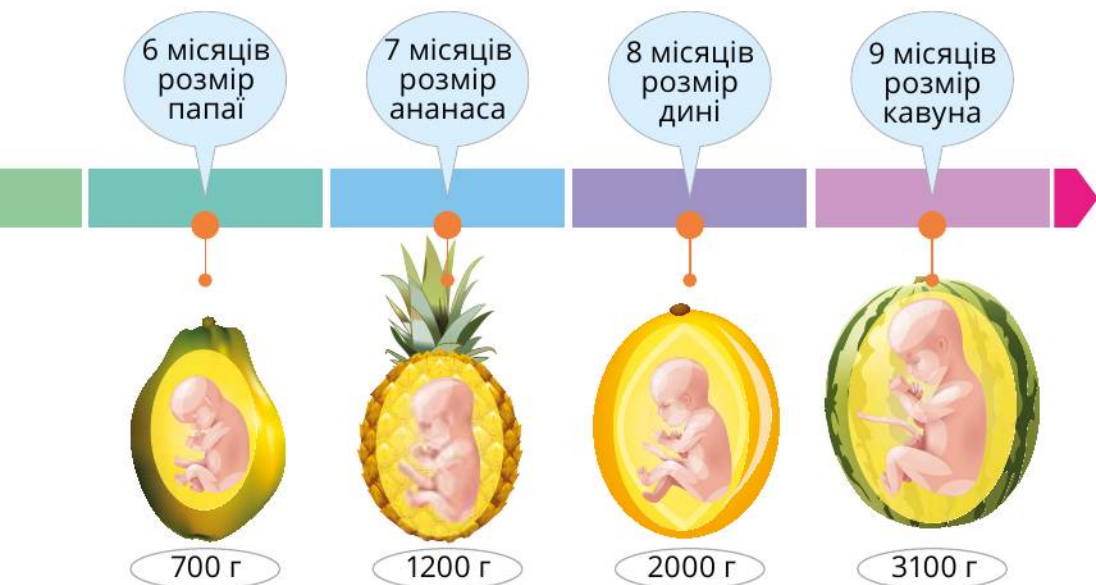
Цього тижня ви:

- розглянете основні етапи внутрішньоутробного розвитку людини;
- порівняєте відбитки пальців;
- виготовите лепбук «Моє тіло»;
- визначите свій індекс маси тіла;
- обговорите види рухової активності.

РОЗВИТОК ЛЮДИНИ

Кожен із нас знає свій рік і день народження. Та чи відомо вам, що до цього дня ми вже прожили близько дев'яти місяців в організмі матері?

У дитини цей період називають внутрішньоутробним розвитком, а у матері — вагітністю. Протягом цього періоду формуються всі органи та частини тіла дитини.



- Перейдіть за QR-кодом і подивіться відео про внутрішньоутробний розвиток дитини.
- Розгляньте стрічку часу на с. 66–67. Обчисліть, у скільки разів збільшується маса тіла дитини з п'ятого до сьомого місяця вагітності.



Життя людини розпочинається не від народження, а в лоні матері.



МУЗЕЙ ЛЮДСЬКОГО ТІЛА

Людський організм — складна система. У ній є те, що спільне для всіх, і те, що робить кожну людину унікальною. Наприклад, будова руки в усіх однакова, а відбитки пальців — унікальні.

У Нідерландах є цікавий музей людського тіла. В ньому можна на власні очі побачити, як б'ється серце, працює шлунок, циркулює кров і народжується нове життя. Музей оснащений звуковою системою. Коли заходите в залу певного органа, чути характерні для нього звуки.



Музей людського тіла



Подивіться відео та здійсніть віртуальну екскурсію музеєм людського тіла. Поділіться своїми враженнями.



За допомогою фарби зробіть відбитки великого пальця на аркуші паперу. Порівняйте свої відбитки.

У парах проведіть запропоновані дослідження й запишіть дані в таблицю:

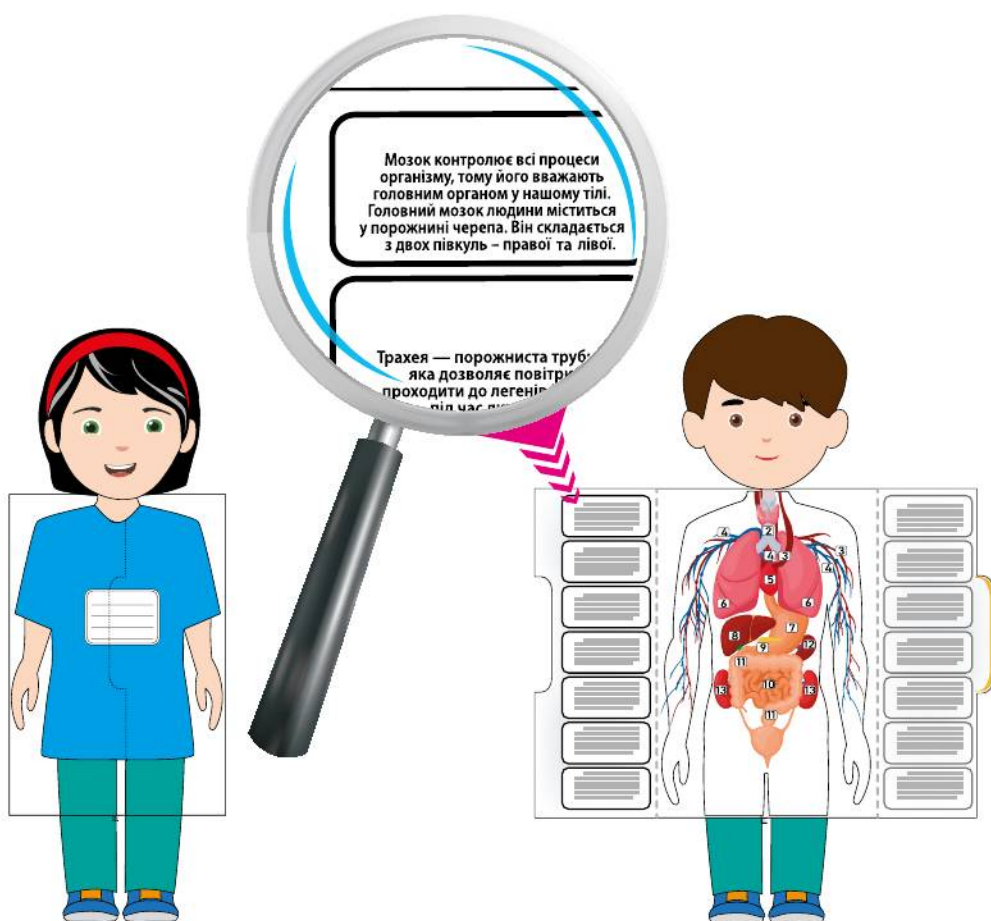
- виміряйте довжину волосини;
- визначте колір очей, волосся;
- виміряйте товщину зап'ястка, довжину стопи.

ВИГОТОВЛЯЄМО ЛЕПБУК «МОЄ ТІЛО»

Людське тіло складається зі скелета, м'язів, внутрішніх органів, шкіри тощо. Пригадайте будову людського тіла, яку ви вивчали у 3 класі. Виготовте лепбук «Моє тіло».

Вам знадобляться:

- папір формату А4;
- шаблони (перейдіть за QR-кодом і завантажте);
- ножиці, клей, кольорові олівці.



ЯК КОНТРОЛЮВАТИ МАСУ ТІЛА

І недостатня, і надмірна вага шкодять здоров'ю. У багатьох країнах світу є проблема зайвої ваги та ожиріння серед дітей. Чимало хлопчиків і дівчаток замість рухливих ігор на свіжому повітрі обирають комп'ютерні ігри або перегляд телепередач. Якщо вони ще й люблять солодощі, то швидко набирають зайві кілограми.

Надлишкова вага негативно впливає на розвиток дитини, може спричинити плоскостопість, захворювання суглобів. Повні діти згодом нерідко стають огрядними дорослими, які потерпають від серцево-судинних захворювань і цукрового діабету.

Щоб цього не сталося, треба змалку контролювати масу тіла. Допоможе в цьому універсальний показник — *індекс маси тіла*, скорочено — ІМТ.



- Виміряйте свій зріст у сантиметрах і масу тіла в кілограмах та запишіть їх.
- Щоб дізнатися свій ІМТ, скористайтеся таблицею для своєї статі на с. 71.
- Знайдіть у таблиці свій зріст (за вертикаллю) та масу тіла (за горизонталлю). На перетині рядка та стовпчика знайдете свій ІМТ.
- Проаналізуйте отриманий результат за допомогою порад на с. 71.

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



Проаналізуйте результат

- Якщо відповідна клітинка блакитного кольору, маса тіла недостатня. Ви маєте краще харчуватися і більше бувати на свіжому повітрі.
- Якщо клітинка зеленого кольору — маса тіла в нормі.
- Якщо клітинка жовтого кольору — ви маєте кілька зайвих кілограмів. Треба більше рухатися і зменшити споживання жирних та солодких продуктів.
- Якщо клітинка червоного кольору — це свідчить про ожиріння, яке загрожує здоров'ю. Разом із дорослими зверніться до дієтолога, він визначить стан здоров'я і призначить лікування.

ПІРАМІДА РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ

Малорухливий спосіб життя у поєднанні з неправильним харчуванням призводить до стрімкого збільшення маси тіла й ожиріння.

Запобігти негативним наслідкам малорухливого способу життя доволі просто. Розгляньте піраміду активності й обговоріть, які види діяльності потрібно обмежити, а які — збільшити.



Станьте в коло й по черзі покажіть пантомімою один із видів рухової активності (біг, прибирання оселі, прогулянка з собакою тощо). Інші діти повторюють цей рух і відгадують, що ви показали.

МОЗАЇКА ЗАВДАНЬ ДО ТЕМИ

1. Як називається період, коли жінка виношує дитину?
Скільки місяців він триває?

2. З'єднайте частини речень.

Скелет

качає кров

М'язи

підтримує тіло та надає йому
сталості форми

Серце

забезпечують рух кісток

3. Діти виміряли свій зріст і масу та записали дані в таблицю. Розгляньте таблицю і дайте відповіді на запитання.

	Зріст (см)	Маса (кг)
Діана	130	25
Микита	135	35
Христина	140	40

- У кого маса тіла в нормі?
- Хто з дітей має недостатню масу тіла?
- Обчисліть, скільки кілограмів потрібно набрати цій дитині, щоб її маса тіла була в нормі.

4. Оберіть види діяльності, які варто обмежити.



5. Оцініть свої досягнення.

Я знаю деякі органи людського тіла та їхнє призначення. ☆☆☆

Я вмію визначати індекс маси тіла. ☆☆☆

Я знаю, які види діяльності потрібно обмежити, а які — збільшити. ☆☆☆

Здорове харчування



- БІЛКИ • ЖИРИ • ВУГЛЕВОДИ
- ВІТАМІНИ • МІНЕРАЛЬНІ РЕЧОВИНИ



Цього тижня ви:

- проаналізуєте продукти, які: слід уживати щодня, зрідка, не вживати взагалі;
- обговорите казку про поживні речовини;
- дізнаєтеся про групи продуктів;
- влаштуєте у класі фестиваль національної кухні.

ХАРЧУВАННЯ І ЗДОРОВ'Я

Харчові звички й уподобання формуються з дитинства. Ті, хто звик харчуватися свіжими натуральними продуктами, зазвичай мають кращу статуру, самопочуття і здоров'я, ніж ті, хто харчується солодощами та швидкою їжею.



Розгляньте малюнок і назвіть зображені на ньому продукти. Запишіть їх на дошці. Проаналізуйте:

- Які з цих продуктів слід уживати щодня?
- Які можна куштувати зрідка та в обмеженій кількості?
- Які продукти варто вилучити з раціону?

Пригадайте, що таке швидка їжа, і назвіть її небезпеки (мало вітамінів, забагато цукру, солі...).

Пригадайте свою улюблену страву національної кухні та проаналізуйте її користь.

Разом із дорослими приготуйте цю страву, гарно оформте її. Сервіруйте стіл і влаштуйте у класі фестиваль національної кухні.

КАЗКА ПРО ПОЖИВНІ РЕЧОВИНИ

Зустрілися Білок, Жирок, Вуглеводик, Вітамінчик і Мінеральчик та й засперечалися, хто з них найважливіший.

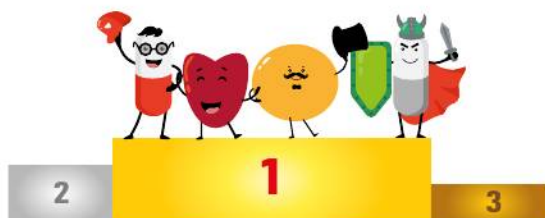
— Ми найважливіші, — сказав Білок. — М'язи та внутрішні органи людини складаються переважно з білків. Ми особливо важливі для дітей, бо вони ростуть.

— Ні, ми найважливіші, — заперечив Вуглеводик, — бо саме вуглеводи дають енергію м'язам, серцю та іншим внутрішнім органам.

— Без жирів люди не вижили б навіть під час нетривалого голоду, — промовив Жирок. — І мозок людини складається переважно з жирів. Тому ми — найважливіші.

— Про що ви взагалі сперечаєтеся? — запитав Вітамінчик. — Навіть моє ім'я означає «життя». Без вітамінів люди не можуть жити.

— А без нас можуть? — образився Мінеральчик. — Нас багато, та коли не вистачає навіть однієї мінеральної речовини, організм ослаблюється. Наприклад, за нестачі кальцію псуються зуби, а кістки стають крихкими. Це ми, мінеральні речовини, найважливіші!



- Обговоріть, чи має хтось із персонажів казки рацію.
- Розподіліть між собою ролі персонажів казки та зіграйте її.

Група 3. Молочні продукти. Кожна дитина має споживати три порції молочних продуктів щодня. Наприклад, склянку молока, йогурт і шматочок сиру. Ці продукти багаті кальцієм, необхідним для росту скелета.



Група 4. М'ясо, риба, яйця. Щодня слід з'їдати дві-три порції продуктів цієї харчової групи. Наприклад, яйце, котлету та шматочок риби. Вони багаті білками, які потрібні для розвитку м'язів.



Група 5. Солодощі. Продукти цієї групи, хоч і приємні на смак, містять забагато жиру та цукру. Тому, якщо хочете бути здоровими, не зловживайте ними.



Збалансований раціон харчування має містити продукти усіх груп.



ВІТАМІНИ ТА МІНЕРАЛЬНІ РЕЧОВИНИ

Серед поживних речовин особливе місце належить вітамінам і мінеральним речовинам. Хоч організм потребує їх у мікроскопічних кількостях, але дефіцит кожного з них може призвести до серйозних захворювань.

Вітаміни	Наслідки дефіциту	Містяться у продуктах
A	затримка росту, зниження гостроти зору (особливо в нічний час)	печінка, жовті й червоні овочі та фрукти, молочні продукти
C [це]	ослаблення імунітету, часті застуди, погане засвоєння білків, заліза	свіжі фрукти та овочі
D [де]	затримка росту	яйця, вершкове масло, жирна риба
Мінеральні речовини	Наслідки дефіциту	Містяться у продуктах
Кальцій	затримка росту, захворювання зубів	молочні продукти (молоко, кефір, сир)
Залізо	захворювання крові, зниження інтелекту, погіршення пам'яті	червоне м'ясо, печінка, квасоля, печені яблука, абрикоси
Йод	затримка фізичного та психічного розвитку, зниження інтелекту	йодована кухонна сіль, риба, креветки, морська капуста



Об'єднайтесь у дві групи («Вітаміни» та «Мінеральні речовини»). За допомогою таблиці розкажіть про наслідки дефіциту цих поживних речовин та джерела їх поповнення.



Збалансоване харчування забезпечує організм майже всіма поживними речовинами.

НОРМА ВЖИВАННЯ КУХОННОЇ СОЛІ

Наш організм потребує натрію. Він отримує його з кухонною сіллю. Добова норма споживання кухонної солі — приблизно 5 грамів (одна чайна ложка).



Надмірна кількість солі шкодить здоров'ю. Тому намагайтеся недосолювати готові страви. Не зловживайте продуктами, які містять забагато солі: соліннями, копченостями, ковбасами, кетчупом, чипсами, солоними горішками.

ПРОФІЛАКТИКА ЙОДОДЕФІЦИТУ

Завдяки збалансованому харчуванню в організм людини надходять майже всі поживні речовини, крім йоду.

Нестача йоду може призвести до затримки фізичного розвитку та зниження інтелекту. Діти, які мають дефіцит йоду, швидко втомлюються, їм складно зосереджуватися, аналізувати й запам'ятовувати інформацію.

Наслідкам йододефіциту можна запобігти, якщо замість звичайної кухонної солі вживати йодовану.



- Оберіть групу продуктів, що містять найбільше йоду (овочі, морепродукти, фрукти).
- Знайдіть і сфотографуйте всі види кухонної солі, які продають у найближчому до вашого дому продуктовому магазині чи супермаркеті.
- Проаналізуйте, яка сіль йодована, а яка — ні.
- Запропонуйте дорослим використовувати вдома йодовану сіль.

МОЗАЇКА ЗАВДАНЬ ДО ТЕМИ

1. Оберіть продукти, які варто вилучити зі щоденного раціону.



2. Які продукти є найкращим джерелом вуглеводів?

3. Оберіть групу продуктів, багатих кальцієм.

Злакові

Овочі
та фрукти

Молочні
продукти

М'ясо,
риба, яйця

Солодощі

4. Установіть відповідність між мінеральними речовинами та продуктами, які їх містять.

Кальцій

Червоне м'ясо, печінка, квасоля,
печені яблука, абрикоси

Залізо

Риба, креветки, морська капуста

Йод

Молочні продукти (молоко, кефір, сир)

5. Визначте наслідки дефіциту вітаміну С [це].

Недокрів'я

Часті
застиуди

Погане засвоєння
білків і заліза

Затримка
росту

6. Оцініть свої досягнення.

Я вмію обирати продукти, розуміючи їхню користь для здоров'я. ☆☆☆

Я знаю наслідки дефіциту вітамінів і мінеральних речовин. ☆☆☆

Звички та здоров'я



- ЗВИЧКИ • ЗАЛЕЖНІСТЬ
- ТЮТЮН • АЛКОГОЛЬ
- НАРКОТИЧНІ Й ТОКСИЧНІ РЕЧОВИНИ



Цього тижня ви:

- потренуєтеся розрізняти шкідливі та корисні звички;
- дізнаєтеся, що таке залежність;
- обговорите міфи та факти про алкоголь;
- учитиметеся відмовлятися від небезпечних пропозицій однолітків.

ПРИТЧА ПРО БУР'ЯНИ ТА ЗДОРОВ'Я

Якось навесні онука з дідом виривали на городі бур'яни. Раптом онука запитала:

— Дідусю, а чому бур'яни, які ми не садили, так добре ростуть, а городина, яку ми садимо, потребує нашої уваги, турботи та праці?

— А знаєш, онучко, завдяки своїй спостережливості ти зробила важливе для себе відкриття: усе цінне і значуще для людини часто потребує від неї чималих зусиль, а шкідливе й непотрібне виростає саме.

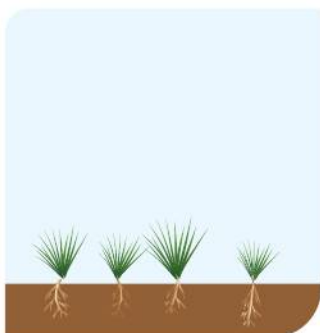


- По черзі наведіть приклади різних звичок (робити ранкову зарядку, вітатися, гризти нігті...). Коментуйте їх жестом: підняти великий палець руки вгору, якщо звичка хороша, або опустити його вниз, якщо вона шкідлива.
- Перейдіть за QR-кодом і виконайте вправу про корисні та шкідливі звички.
- Складіть пазли відповідного кольору на с. 82 і прочитайте прислів'я. Розкрийте їхній зміст.

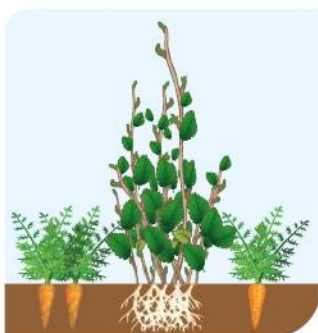


ШКІДЛИВІ ЗВИЧКИ ТА ЗАЛЕЖНІСТЬ

Будь-якої шкідливої звички важко позбавитися, бо вона вкорінюється у наш спосіб життя. Але поки звичка нова, то схожа на корінці молодого травички, яку легко вирвати. Натомість давньої звички позбутися набагато складніше. А найнебезпечніші людські звички — куріння, вживання алкогольних і наркотичних речовин — спричиняють залежність, яку можна порівняти з корінням великого дерева. Викорчувати таку звичку дуже важко. Часто людина хоче її позбутися, але не може зробити цього без сторонньої допомоги.



Нова звичка



Давня звичка



Залежність



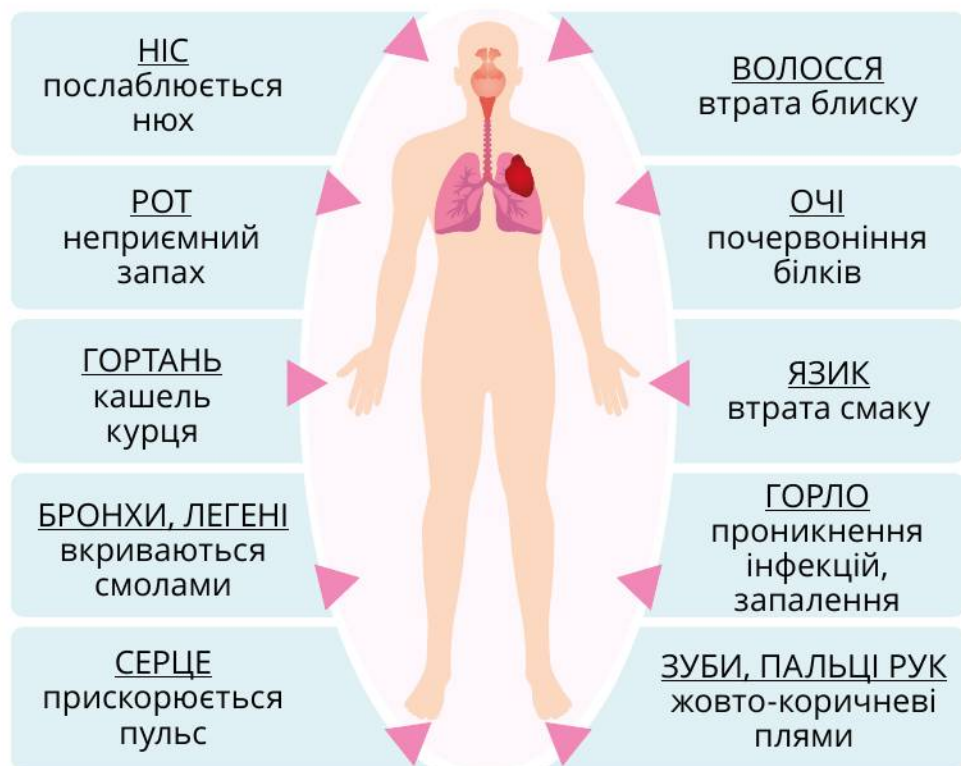
Англійський філософ Томас Пейн вважав, що людство має трьох ворогів. Це звички, які забирають більше людських життів і приносять більше лиха, ніж усі війни разом. Обговоріть, які, на вашу думку, шкідливі звички він мав на увазі.



Залежність — це набута потреба робити певні дії чи вживати певні речовини.

НЕБЕЗПЕКА КУРІННЯ

У процесі куріння в організм людини потрапляє більш як 4000 шкідливих речовин. Найнебезпечніша серед них — нікотин, який ще називають батогом для серця, адже під час куріння серце людини перенапружується. А ще нікотин спричиняє тютюнову залежність, тому тим, хто курить, важко позбутися цієї шкідливої звички.



Деякі наслідки куріння



- Розгляньте малюнок і назвіть деякі наслідки куріння.
- Перейдіть за QR-кодом і перегляньте презентацію про те, як електронні сигарети впливають на організм людини.



МІФИ ТА ФАКТИ ПРО АЛКОГОЛЬ

Деякі напої (пиво, вино, горілка) містять алкоголь, тому їх називають алкогольними напоями.

Алкоголь вважають «викрадачем розуму», адже він згубно впливає на мозок і поведінку людини. Під впливом алкоголю нерідко виникають суперечки, сварки, бійки. Найбільшу кількість аварій на дорогах, хуліганств і тяжких злочинів скоюють люди у стані алкогольного сп'яніння. Алкоголь особливо небезпечний для дітей — навіть ковток може спричинити сильне отруєння.

Міф. Алкоголь допомагає від застуди.

Факт. Алкоголь ослаблює організм і лише ускладнює перебіг інфекційних захворювань.

Міф. Усі дорослі вживають алкоголь.

Факт. Багато дорослих не вживають алкоголю й ведуть здоровий спосіб життя.



Міф. Алкоголь зігріває в холод.

Факт. Під дією алкоголю кровоносні судини розширюються, й організм іще швидше охолоджується.



- Прочитайте міфи та факти про алкоголь.
- Обговоріть, які ще є міфи про алкоголь, та спробуйте спростувати їх.



Вживання алкоголю шкодить здоров'ю і може призвести до біди.

НАРКОТИЧНІ ТА ТОКСИЧНІ РЕЧОВИНИ

Наркотики — це заборонені речовини, які спричиняють сильну залежність — наркоманію. Більшість наркотиків безпосередньо загрожують життю і здоров'ю людини: призводять до смертельного отруєння, зупинки дихання, серцевого нападу й тяжких психічних захворювань.

Токсикоманія — різновид наркоманії, коли вдихають токсичні речовини, що містяться у засобах побутової хімії (клеях, фарбах, розчинниках). Ці речовини можуть призвести до набряку дихальних шляхів, поступового відмирання мозку.

Із засобами побутової хімії завжди слід бути обережними. Деякі з них можуть містити токсичні речовини  спричиняти подразнення шкіри , опіки , бути небезпечними для довкілля .



Зберігайте
у недоступному
для дітей місці



Надівайте
захисні
рукавички



У разі потрапляння на шкіру
змийте великою кількістю води
й повідомте дорослим



- Розгляньте малюнки й назвіть правила безпечного використання засобів побутової хімії.
- Дослідіть зразки упаковок або лише етикетки різних видів побутової хімії (мийних засобів, розчинників, лаків, фарб, клеїв). Знайдіть на них спосіб використання і запобіжні заходи.

ЯК ВІДМОВИТИСЯ ВІД НЕБЕЗПЕЧНИХ ПРОПОЗИЦІЙ

Щороку ви стаєте дорослішими та самостійнішими, дедалі більше вільного часу проводите з однолітками або старшими друзями. Ваші стосунки залежать від того, як ви вмієте поступатися одне одному й домовлятися.

Однак це не означає, що ви маєте завжди погоджуватися з друзями. Кожен має право обстоювати свою думку, передусім тоді, коли друзі пропонують зробити щось погане (обманути батьків, прогуляти урок, когось образити, спробувати щось небезпечне для здоров'я).



Як відмовити одноліткам

1. Просто скажіть: «Ні!»
2. Скажіть: «Побачимося пізніше!» і йдіть геть.
3. Вигадайте виправдання: «Я щойно згадав / згадала, що потрібно (зробити щось, поговорити, бути в зазначеному місці)! Мушу бігти!»
4. Віджартуйтеся: «Якщо мої батьки дізнаються, то я все життя їстиму тільки броколі!»
5. Переведіть розмову на інше: «О, майже забув тобі розповісти про...»
6. Запропонуйте іншу ідею: «Давай краще...»



Об'єднайтесь у пари. Прочитайте поради й по черзі продемонструйте способи відмови від небезпечних пропозицій.

МОЗАЇКА ЗАВДАНЬ ДО ТЕМИ

1. Оберіть корисні звички.

Вчасно
лягати спати

Робити
ранкову зарядку

Переїдати

Щоранку
снідати

Їсти багато
солодощів

Спізнюватися

Сидіти рівно

2. Курець зі стажем викурює одну пачку сигарет щодня. Обчисліть, скільки грошей він витрачає за тиждень, якщо пачка сигарет коштує 100 гривень. Складіть перелік корисних товарів і послуг, які можна придбати за ці гроші.

3. Визначте, які твердження хибні, а які — істинні.

- Будь-якої шкідливої звички можна легко позбутися.
- Куріння — це корисна звичка.
- Куріння спричиняє залежність і шкодить здоров'ю.
- Залежність — це набута гостра потреба робити певні дії чи вживати певні речовини.
- Навіть ковток алкоголю може спричинити сильне отруєння у дітей.

4. Намалюйте, що можна робити замість того, щоб вживати шкідливі речовини.

5. Оцініть свої досягнення.

Я можу назвати деякі небезпечні наслідки куріння і вживання алкоголю. ☆ ☆ ☆

Я можу відмовитися від пропозиції щодо вживання алкоголю, тютюну. ☆ ☆ ☆

Реклама та здоров'я



- КОМЕРЦІЙНА РЕКЛАМА
- СОЦІАЛЬНА РЕКЛАМА



Цього тижня ви:

- дослідите, як реклама впливає на рішення людей;
- побуваєте в ролі експертів;
- порівняєте смак і ціну йогуртів;
- учитиметеся критично ставитися до комерційної реклами;
- обговорите деякі рекламні хитрощі;
- створите соціальну рекламу.

ВПЛИВ РЕКЛАМИ НА РІШЕННЯ ЛЮДЕЙ

Щодня ми бачимо десятки рекламних повідомлень на екранах телевізорів, в інтернеті, у громадському транспорті, магазинах і просто на вулиці. Тому, купуючи йогурт або шампунь, мимоволі звертаємо увагу на розрекламовані товари. Але чи справді вони кращі за ті, які не рекламують? Дослідіть це.



- Принесіть у клас чотири упаковки йогурту з полуничним смаком різних виробників, зокрема і той, який часто рекламують.
- Оберіть чотирьох дегустаторів. Підготуйте для них зразки йогуртів, що позначені лише цифрами.
- Запропонуйте експертам скуштувати зразки й оцінити в 4 бали найсмачніший йогурт, у 3 бали — найсмачніший із тих, що залишилися, у 2 бали — найкращий із двох і в 1 бал — останній зразок.
- Підрахуйте суму балів, яку отримав кожен зразок йогурту. З'ясуйте, який продукт набрав найбільше балів. Зробіть висновки.

ЦІНА РЕКЛАМИ

Реклама, зокрема на телебаченні, коштує дуже дорого. Витрати на неї також зараховують до ціни товару. Тому розрекламовані товари зазвичай дорожчі за ті, які не рекламують. Отже, ви можете заощадити, купуючи такі самі товари іншого виробника.

Нерідко реклама нав'язує товар, використовуючи важливі для людей цінності. Наприклад, усі діти люблять гратися. Тому товари для дітей часто продають у комплекті з іграшками. Та чи відомо вам, що вартість іграшки входить до вартості товару та ще й за завищеною ціною? З кожної такої акції виробник отримує чималий прибуток. Тож поміркуйте, чи варто переплачувати.



«Багато дрібниць стали важливими речами лише завдяки рекламі».

Марк Твен



- Запишіть на дошці ціни йогуртів, які ви перевіряли на смак. Якщо упаковки йогуртів різні за масою, спочатку визначте вартість 100 г кожного продукту.
- Порівняйте, який продукт дорожчий: той, що найсмачніший, чи той, який найбільше розрекламований. Зробіть висновки.

КРИТИЧНЕ СТАВЛЕННЯ ДО РЕКЛАМИ

Мета комерційної реклами — продати якнайбільше товару. Тому в рекламі часто перебільшують позитивні якості товару й нічого не говорять про негативні. Щоб протистояти впливу реклами, навчіться критично ставитися до всього, про що в ній говорять і що показують. Наприклад, запитайте себе, чому товар цієї фірми найдешевший і водночас найкращий? Чи можливе таке поєднання?

Знання рекламних хитрощів також допоможе критично ставитися до реклами й не купувати непотрібне.

Ефект зірки. Відомі люди (актори, співаки, спортсмени) розказують, що вони користуються цим товаром.



Ефект експерта. Актори в ролі лікарів розповідають про ефективність ліків чи зубної пасти.



Ефект популярності. Переконають, що з цим товаром ти станеш набагато популярнішим у своєму колі.



Ефект розпродажу. Оголошують, що кількість товару обмежена, а знижка діє лише декілька днів.



- Розгляньте деякі рекламні хитрощі та пригадайте, у яких рекламах ви їх бачили.
- Прочитайте притчу «Панцир» на с. 94. Обговоріть, що втрачає Черепаха, спокусившись красивою рекламою.

ПАНЦИР

Сучасна притча

Жила собі Черепаха. Вона носила на спині важкий панцир, тому її життя не було легким. Однак коли з сусіднього лісу прибігала голодна Лисиця, Черепаха ховала голову під панцир і спокійно чекала. Лисиця стрибала навколо неї, пробувала панцир на зуб, намагалася перекинути, та все марно — Черепаха була в безпеці.

Якось Черепаха вперше побачила на дереві телевізійний екран. На ньому показували черепах, які літали без панцира, а Дятел-диктор у захваті коментував: «Яка швидкість і легкість! Яка грація і краса! Подаруйте собі свободу! Адже ви цього варті!»

Реклама дуже сподобалася Черепасі. «Які вони чудові! Як я хотіла би бути схожою на них і літати без панцира!» — думала вона.



День дивилася Черепаха рекламу, два, три...

На четвертий день вона вже майже вирішила позбавитися панцира. Страшно? Так, але ж в останніх новинах репортерка Сова казала, що нібито Лисиця вже стала вегетаріанкою.

«Щойно я скину панцир, то стану легкою і тендітною красунею», — мріяла Черепаха.

«Щойно вона скине панцир, я нарешті з'їм її!» — мріяла Лисиця, підписуючи рахунок на наступну рекламу про летючих черепах.

І одного ранку Черепаха зупинилася.

— «Мій панцир — це сила. Я така, як є — і це добре».

Відтоді вона більше не хотіла змінюватися, а просто раділа кожному дню.

КОМЕРЦІЙНА РЕКЛАМА ТА ЗДОРОВ'Я

Нерідко реклама пов'язує товар із користю для здоров'я. Скажімо, переконує, що ви можете стати здоровішими від вживання консервованого соку, сильнішими — завдяки шоколадному батончику, енергійнішими — за допомогою солодкого газованого напою.

Та насправді ці продукти не є корисними для здоров'я, адже містять забагато цукру, а також штучні барвники, ароматизатори, підсилювачі смаку та інші шкідливі речовини.

Особливо небезпечною є реклама тютюну й алкоголю, які спричиняють залежність. У ній теж нерідко наголошують на натуральних складниках продукту (отже, корисних для здоров'я) або старовинних рецептах виготовлення (тобто перевірених часом). Однак чомусь у такій рекламі ніколи не показують курців, хворих на рак легенів, або тих, хто занапастив своє життя і здоров'я через надмірне вживання алкоголю.

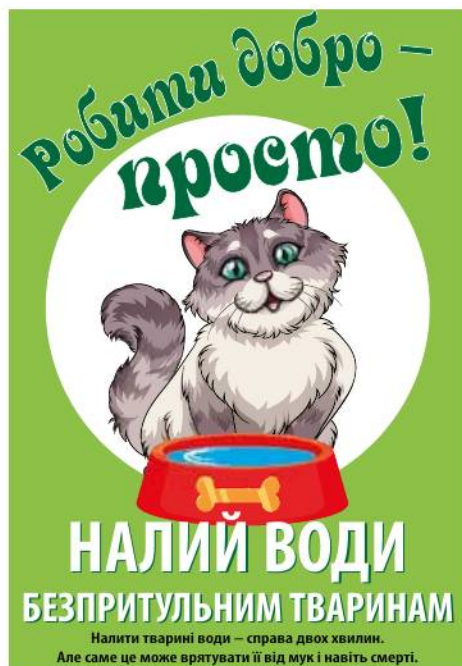
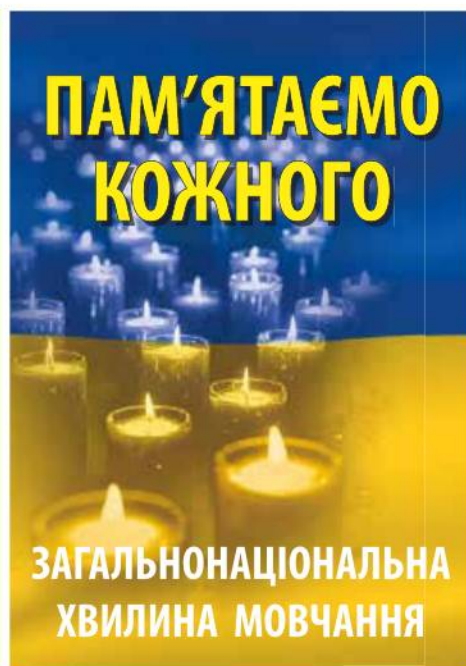


Розгляньте рекламу. Обговоріть:

- На кого вона розрахована?
- Що в цій рекламі є фактом, а що — судженням?

СОЦІАЛЬНА РЕКЛАМА

Інколи на телебаченні або на вуличних щитах можна побачити рекламу, яка пропагує здоровий спосіб життя чи інші важливі цінності. Таку рекламу називають соціальною.



Розгляньте соціальну рекламу. Обговоріть:

- Яка мета цієї реклами?
- Що ще можна зробити для безпритульних тварин?

Перейдіть за QR-кодом і подивіться соціальний відеоролик про тварин. Поділіться своїми враженнями.

Об'єднайтесь у три групи («Відеоролик», «Плакати», «Листівка»).



Створіть соціальну рекламу у формі відеоролика, плаката чи листівки. Презентуйте свої роботи.

МОЗАЇКА ЗАВДАНЬ ДО ТЕМИ

1. Розшифруйте вислів за допомогою підказки.
Поясніть, що він означає.

1. А 2. Н 3. І 4. П

Рекла́ма — це спосо́б змуси́ти ві́с мі́ти чо́требу в то́му, чо́ро чо́с2ув122я чо́го ви р123ше 21в3ть 2е 43дозрюв1ли.

2. Які з цих тверджень є істинними?

- Реклама може замовчувати недоліки й перебільшувати переваги товару.
- Реклама завжди говорить усю правду.
- Розрекламований товар зазвичай дорожчий за той, що не рекламують.
- Соціальна реклама пропагує важливі цінності.

3. Визначте, яка реклама комерційна, а яка — соціальна.



4. Оцініть свої досягнення.

Я знаю, як реклама впливає на рішення людей.



Я можу назвати деякі рекламні хитрощі.



Я можу протистояти впливу реклами.



МОЗАЇКА ЗАВДАНЬ ДО РОЗДІЛУ «ЛЮДИНА ТА ЇЇ ЗДОРОВ'Я»

1. Оберіть істинне твердження. Обґрунтуйте свою думку.
 - Вакцини рятують людей від найнебезпечніших захворювань.
 - Спосіб життя людини не впливає на її здоров'я.
2. Складіть із частин речення прислів'я. Розкрийте його зміст.

Гроші загубив —

багато загубив,

час загубив —

усе загубив.

а здоров'я загубив —

небагато загубив,

3. Установіть відповідність між складовими здоров'я та їхніми ознаками.

Фізичне здоров'я

Уміння спілкуватися, обирати друзів, ладнати з людьми

Соціальне здоров'я

Чиста шкіра, блискуче волосся, здорові зуби

4. Визначте чинники, які сприяють гарному здоров'ю.

Стрес

Малорухливий
спосіб життя

Здорове
харчування

Загартовування

Вживання
швидкої їжі

Спадкові
захворювання

Забруднене
довкілля

Фізичні
вправи

Зловживання
солодощами

5. Назвіть складові скелета. Поясніть значення скелета для людини.

Серце

Хребет

Печінка

Таз

Нирки

Редра

Легені

Череп

6. Оберіть продукти та послуги для здорового способу життя.



7. На які пропозиції однолітків ви можете погодитися, а від яких слід рішуче відмовитися?

- Переходити дорогу в забороненому місці.
- Сходити в кінотеатр.
- Пограти в рухливі ігри.
- Почитати книжку.
- Прогуляти урок.
- Дістати сигарети.

8. Назвіть, які повідомлення характерні для комерційної реклами, а які — для соціальної.

Багаття загасити
легше, ніж ліс!

Батончик,
який додає енергії!

З нашим соком життя
яскравіше!

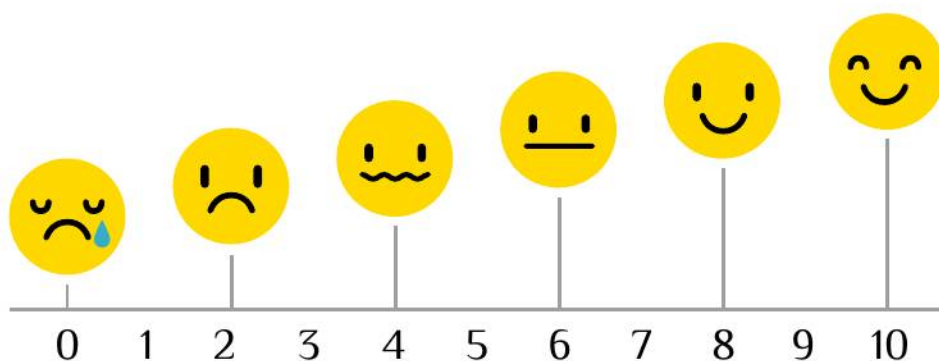
Молодь — за здоровий
спосіб життя!

9. Оцініть себе.

Ці завдання були для вас:

- дуже легкими;
- легкими;
- складними;
- дуже складними;
- не знаю.

10. Оберіть на шкалі настрою смайлик, який відображає ваші почуття після вивчення цього розділу.



Світ техніки

У цьому розділі ми дослідимо:



Історія техніки



- ПРОСТИЙ МЕХАНІЗМ
- СКЛАДНИЙ МЕХАНІЗМ
- РОБОТ • РОБОТОТЕХНІКА



Цього тижня ви:

- потренуєтесь розпізнавати прості механізми;
- дізнаєтесь, як із плином часу змінювалися види транспорту;
- дослідите історію робототехніки;
- з'ясуєте, які винаходи українців змінили світ;
- виготовите макети техніки минулого, сьогодення і майбутнього.

ІСТОРІЯ ПРОСТИХ МЕХАНІЗМІВ

Уявіть, що вам потрібно пересунути великий камінь. Як ви це зробите? Ще первісні люди зрозуміли, що для цього потрібно помістити один кінець міцної палиці під камінь, а на другий натиснути. Так з'явився перший простий механізм — важіль.

Розгляньте малюнок простих механізмів та їх прикладів на с. 102–103. Знайдіть ці прості механізми у школі.



Перейдіть за QR-кодом і подивіться відео.

- Роздрукуйте та виготовте книжку «Прості механізми».
- Завантажте і роздрукуйте бланк. Виконайте завдання.

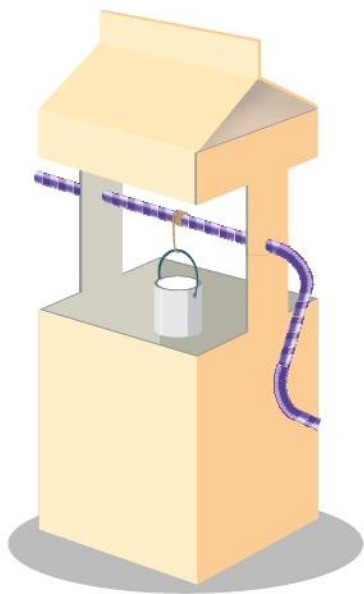


Прості механізми — це базові пристрої, які полегшують працю людей.

ВИГОТОВЛЯЄМО МОДЕЛЬ КОЛОДЯЗЯ

Ще одним простим механізмом є коловорот. Його використовують, наприклад, щоб легше було витягати відро з водою з колодязя. Для виготовлення моделі колодязя з коловоротом вам знадобляться:

- пакет з-під соку чи молока;
- коктейльна соломинка;
- клей;
- шматок дроту;
- канцелярський ніж, ножиці;
- товста нитка;
- пластилін;
- пластикова кришечка.



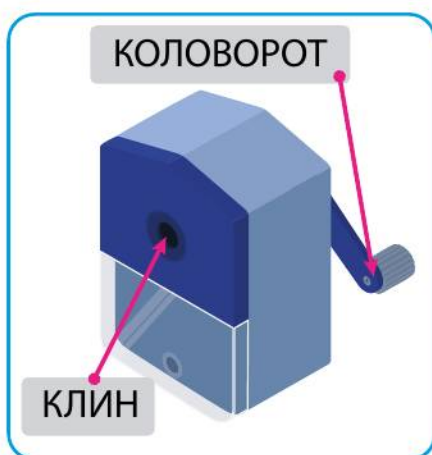
1. Попросіть дорослого за допомогою канцелярського ножа вирізати з пакета макет колодязя і зробити отвори в опорах даху.
2. Зігніть Z-подібно коктейльну соломинку та вставте її в отвори.
3. Зробіть відро із пластикової кришечки або виготовте його з картону.
4. Наповніть відро пластиліном.
5. Прив'яжіть один кінець нитки до відра, а другий — до соломинки.



- Об'єднайтесь у пари.
- Протестуйте ваші вироби.
- Обмінюйтеся враженнями про них.

СКЛАДНІ МЕХАНІЗМИ

Складні механізми — це пристрої, у яких два або більше простих механізмів з'єднані між собою.



- Перейдіть за QR-кодом. Роздрукуйте бланк і потренуйтеся розпізнавати прості механізми у складних.
- * Чому колесо й вісь вважають одним із найвизначніших винаходів в історії?
- Роздрукуйте бланк і пригадайте, які машини спричинили промислові революції.



ІСТОРІЯ ВОДНОГО ТРАНСПОРТУ

Плоти й човни були першим транспортом, який дав змогу людям перевозити вантажі та освоювати нові землі. Давні вікінги на своїх кораблях задовго до Колумба висадилися на берегах Північної Америки.

Розгляньте стрічку часу й обговоріть, як змінювався водний транспорт.



- У якій країні з'явився перший вітрильник? Через скільки років вікінги збудували свої дракари?
- Через скільки років після появи пароплавів з'явилися авіаносці?
- Дракар вікінгів подолав відстань 63 км за 3 години. З якою швидкістю він рухався?
- Пароплав подолав відстань 44 км за 4 години. З якою швидкістю він рухався?

ІСТОРІЯ АВІАТРАНСПОРТУ

Люди завжди мріяли літати. Уперше це вдалося зробити французьким винахідникам братам Монгольф'є, які винайшли аеростат. 21 листопада 1783 року вони удвох пролетіли на своєму літальному апараті над Парижем.

Розгляньте стрічку часу й обговоріть, як змінювався авіатранспорт.



За допомогою стрічки часу з'ясуйте, яке твердження істинне.

- Гелікоптер і пасажирський літак уперше піднялися в небо в один рік.
- Гелікоптер і реактивний літак з'явилися в один рік.

Перейдіть за QR-кодом і виконайте вправи про історії розвитку автомобілів та велосипедів.



ІСТОРІЯ РОБОТОТЕХНІКИ

Слово «робо́т» уперше вжив у своїй п'єсі чеський письменник Карел Чапек. Воно походить від слов'янського слова «робота». А в 1942 році письменник-фантаст Айзек Азімов сформулював три закони робототехніки.

Перший закон: робот не може заподіяти шкоду людині.
Другий закон: робот має виконувати накази людини, за винятком тих, що суперечать першому закону.
Третій закон: робот має захищати себе, якщо тільки його дії не суперечать першому та другому законам.



1939 р.
Перші роботи
Електро та Спарко

1961 р.
Роботизована
рука

1999 р.
Робот-собака



- Розгляньте стрічку часу про розвиток робототехніки. Поміркуйте, що можуть виконувати ці роботи.
- Перейдіть за QR-кодом і перевірте свої припущення.
- Роздрукуйте картки й виготовте у класі стрічку часу про розвиток робототехніки.





2025 р.
Робот-гуманоїд
Tesla Optimus (Gen 3)



2017 р.
Соціальний робот



2015 р.
Робот-гуманоїд
Софія



2004 р.
Робот-геолог
Оппортьюніті



2005 р.
Робот-автомобіль
Стенлі



- Перейдіть за QR-кодом і подивіться відео про деяких роботів. Обговоріть, що вас найбільше здивувало.
- Сконструйте з LEGO робота майбутнього. Придумайте йому ім'я та розкажіть, що він може робити.

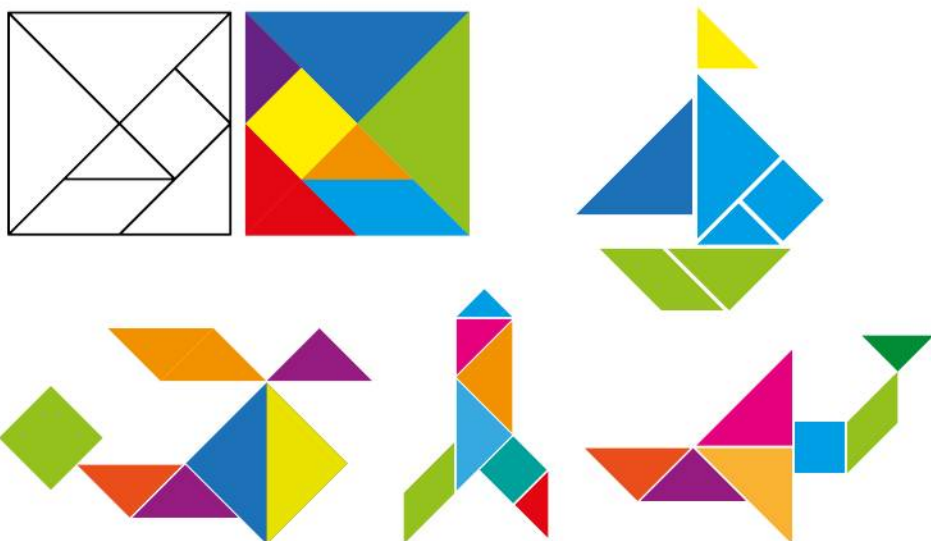


ТАНГРАМ

Танграм — це старовинна східна головоломка, що складається з окремих елементів — танів.

Складіть види транспорту минулого й сьогодення за допомогою семи танів танграму. Вам знадобляться:

- картон квадратної форми для шаблону;
- різноколірний картон для елементів танграму;
- олівець, лінійка, ножиці.



Перейдіть за QR-кодом і подивіться презентацію про винаходи українців. Обговоріть, що вас найбільше здивувало.



Організуйте виставку макетів техніки майбутнього. Для цього:

- виготовте макети з будь-яких матеріалів (паперу, картону, конструктора LEGO, пластикових пляшок тощо);
- виготовте паспорт вашого винаходу (напишіть його назву, що він може робити);
- презентуйте свої винаходи.

МОЗАЇКА ЗАВДАНЬ ДО ТЕМИ

1. Оберіть механізми, в яких використано колесо й вісь.



2. Прочитайте твердження і визначте, які з них хибні, а які — істинні.

- Аероплан винайшли раніше за аеростат.
- Авіаносець з'явився пізніше, ніж пароплав.
- Пасажирський дрон винайшли раніше за гелікоптер.

3. Розв'яжіть задачі за скороченим записом.

Транспорт	V	t	S
	78 км/год	?	312 км
	384 км/год	2 год	?
	?	3 год	8925 км

4. Оцініть свої досягнення.

Я вмію розпізнавати прості та складні механізми.



Я можу порівняти давні й сучасні види транспорту.



Я вмію робити макет техніки майбутнього. 

Історія матеріалів



- МАТЕРІАЛИ • ПАПІР
- СКЛО • ПЛАСТИК
- НЕБЕЗПЕЧНІ ВІДХОДИ • УТИЛІЗАЦІЯ

3,3 млн р. тому	28 тис. р. до н. е.	5 тис. р. до н. е.	3500 р. до н. е.	1600 р. до н. е.
Камінь, дерево	Кераміка	Мідь	Скло	Каучук



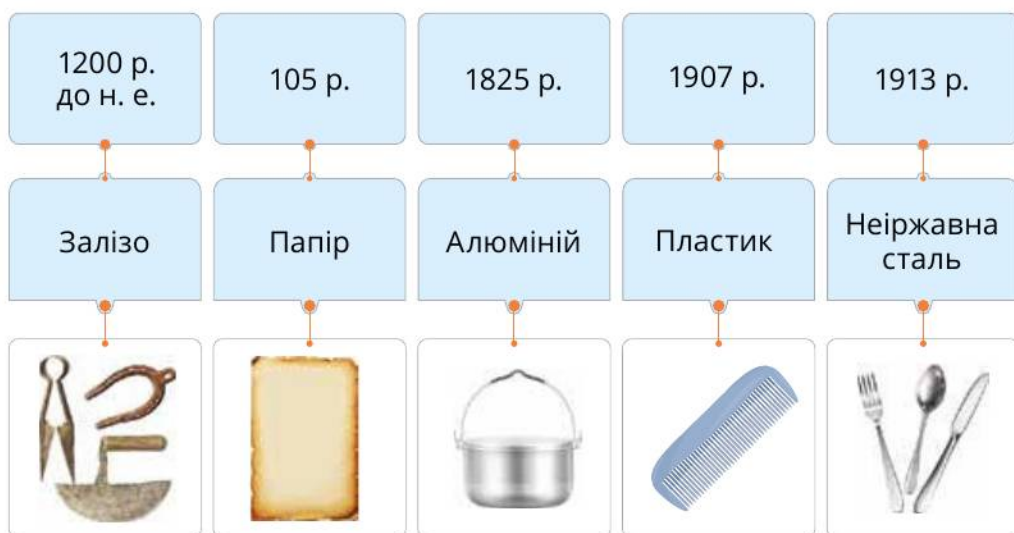
Цього тижня ви:

- потренуєтеся розпізнавати різні види матеріалів;
- дізнаєтесь, як винайшли скло, папір і пластик;
- з'ясуєте, які види сміття можна віддавати на переробку, а які — тільки на утилізацію;
- повторно використаєте матеріали для виготовлення фоторамок.

ІСТОРІЯ СТВОРЕННЯ МАТЕРІАЛІВ

Матеріали — це речовини, з яких люди виготовляють знаряддя праці та інші предмети. Давні люди використовували тільки природні матеріали. Згодом було винайдено штучні матеріали: скло, папір, пластик тощо.

Упродовж своєї історії люди відкривали або винаходили нові матеріали. Розгляньте стрічку часу й назвіть матеріали, які з'являлися та використовувалися в різні часи.



За допомогою стрічки часу з'ясуйте, які твердження істинні, а які — хибні.

- Папір винайшли пізніше, ніж скло.
- Неіржавну сталь винайшли на 6 років раніше, ніж пластик.
- Каучук почали використовувати раніше, ніж мідь.

Перейдіть за QR-кодом і розподіліть об'єкти відповідно до матеріалів, з яких їх виготовлено.



СКЛО

Перші вироби зі скла були прикрасами, а потім — побутовими речами. Довгий час скло могли дозволити собі лише багаті люди, бо робити його було дуже дорого.

Сьогодні скляні речі є майже в кожній оселі, а багато продуктів продають у скляних банках та пляшках. Але навіть міцне скло іноді б'ється й опиняється на смітнику, де може лежати сотні років і шкодити природі. Тому скло потрібно обов'язково здавати на переробку.

Розгляньте малюнок і з'ясуйте, які скляні відходи здають на переробку, а які — на утилізацію.



НА ПЕРЕРОБКУ

- ✓ цілі та биті скляні пляшки (з-під напоїв, косметики, ліків)

НА УТИЛІЗАЦІЮ

- ✗ кришталь
- ✗ жаростійке та ударостійке скло
- ✗ екрани телефонів
- ✗ скляна кераміка

Усе має бути чистим, сухим і без залишків їжі. Знімайте кришечки з усього скляного пакування, крім пляшок з-під олії.



Перейдіть за QR-кодом і подивіться відео:

- про історію скла;
- про переробку скла.



Проведіть мозковий штурм. Запропонуйте і запишіть на дошці ідеї, як можна повторно використовувати вироби зі скла.

ПАПІР

Винайдення паперу спричинило справжню революцію. Адже новий матеріал для письма був значно легший за кістки чи вичинені шкури й не такий крихкий, як папірус.

Але для виробництва паперу потрібна деревина. Щоб її отримати, вирубують чималі площі лісів. Зокрема, лише для виготовлення туалетного паперу щороку у світі знищують 10 мільйонів дерев.

Саме тому слід економно використовувати папір і віддавати його на переробку. Розгляньте малюнок і з'ясуйте, які паперові відходи здають на переробку, а які — на утилізацію.



Перейдіть за QR-кодом і подивіться відео:

- про історію паперу;
- про переробку паперу.



Обговоріть, як комп'ютери та інші електронні пристрої допомагають заощаджувати папір.

Поставте у класі коробку для збору макулатури.

ПЛАСТИК

Хоч як це дивно, пластик винайшли, щоб зберегти дику природу. Зокрема, щоб припинити винищення слонів, з бивнів яких виготовляли більярдні кулі, гребінці тощо.

Однак безконтрольне використання пластику (особливо одноразового) призвело до пластикової кризи: моря й океани сильно забруднилися. Якщо нічого не змінювати, то до 2050 року в океанах буде більше пластику, ніж риби.

Розгляньте малюнок і з'ясуйте, які пластикові відходи потрібно здавати на переробку, а які — на утилізацію.



НА ПЕРЕРОБКУ

- ✓ пляшки з маркуванням PET, PETE, HDPE, PENH, PE
- ✓ кришечки, поліетиленова плівка

НА УТИЛІЗАЦІЮ

- ✗ одноразовий посуд
- ✗ з маркуванням, не зазначеним у переліку вище
- ✗ без маркування



Перейдіть за QR-кодом і подивіться відео:

- про історію пластику;
- про переробку пластику.



Роздрукуйте бланк і виконайте завдання.

Подивіться відео про забруднення пластиком.

Об'єднайтесь у три групи: «Скло», «Папір», «Пластик». Запишіть усі вироби зі скла, паперу та пластику, які є у вашому класі. Порівняйте, яких виробів більше.

Проведіть мозковий штурм. Запропонуйте й запишіть на дошці ідеї, як можна повторно використовувати пластикові речі.

ВИГОТОВЛЯЄМО ФОТОРАМКУ

Давати старим речам нове життя — сучасний тренд. Адже навіщо витрачати гроші на нову річ, якщо її можна зробити самому?

Розгляньте приклади фоторамок із непотрібних речей. Оберіть варіант, який найбільше вам сподобався (або придумайте свій), і виготовте фоторамку.



Зробіть виставку своїх робіт. По черзі скажіть, які ви-
роби ви вважаєте найкращими й чому.

НЕБЕЗПЕЧНІ ВІДХОДИ

Люди створили багато корисних речей, без яких важко уявити комфортне життя. Однак серед цих речей є дуже шкідливі для довкілля.

Розгляньте малюнок і з'ясуйте, які небезпечні відходи потрібно здавати на утилізацію лише у спеціальні пункти прийому.

- | | |
|-----------------------|-----------------------------|
| ✓ батарейки | ✓ ліки, фарби |
| ✓ побутова техніка | ✓ гумові шини |
| ✓ ртутні термометри | ✓ хімікати та пестициди |
| ✓ люмінесцентні лампи | ✓ речі з таким маркуванням: |



Вогне-
небезпечно



Вибухо-
небезпечно



Їдка
речовина



Токсична
речовина



Шкідлива
речовина



Радіоактивна
речовина



Знак
небезпеки



Подивіться відео про види небезпечних відходів.

- Які об'єкти у вашому класі слід віддати на утилізацію після закінчення терміну їх експлуатації?

★ За допомогою різних джерел інформації дослідіть, де у вашому населеному пункті (районі / ОТГ) є точки утилізації небезпечних відходів.



МОЗАЇКА ЗАВДАНЬ ДО ТЕМИ

1. Оберіть два матеріали, з яких виготовлено кожну із зображених на малюнку речей.

Тканина

Метал

Деревина

Скло

Пластик



2. Розподіліть відходи на дві групи: які слід віддавати на переробку, а які — на утилізацію.

Пластикові кришечки

Екрани телефонів

Одноразовий посуд

Скляні пляшки

Чеки

Кришталі

Газети

Зошити

3. Одна батарейка забруднює 20 м² землі. Скільки квадратних метрів землі забруднюють 63 батарейки?
4. Скільки батарейок можуть забруднити 1200 л води, якщо одна батарейка забруднює 400 л води?
5. Для здачі на переробку пластикові та паперові відходи потрібно стиснути. Як ви думаєте, для чого це роблять?
6. Оцініть свої досягнення.

Я вмію визначати, з якого матеріалу виготовлено предмети. ☆☆☆

Я розрізняю, які відходи треба віддавати на переробку, а які — на утилізацію. ☆☆☆

Я розпізнаю маркування на небезпечних відходах. ☆☆☆

Безпека людини



- БЕЗПЕКА • НЕБЕЗПЕКА
- ПРИРОДНІ НЕБЕЗПЕКИ
- «ТРИКУТНИК ВОГНЮ»



Цього тижня ви:

- проаналізуєте природні та створені людиною небезпеки;
- дізнаєтесь, як загасити невелику пожежу;
- потренуєтесь викликати пожежників;
- намалюєте план евакуації зі свого будинку.

БЕЗПЕКА ТА НЕБЕЗПЕКА

Серед давніх слов'янських богів були злий Пек і добрий Чур. Пек був покровителем стихійних лих, війн та інших негараздів. Від його імені походять слова «безпека» та «небезпека».

Безпека означала ситуації, в які не втручався цей лихий бог (без Пека). А ситуації, які не обходилися без втручання Пека, називали небезпека (не без Пека).

За повір'ям, Пек боявся лише доброго хатнього бога Чура. Звідси й прислів'я «Чур тобі, Пек», яким люди відганяли від себе біду.

Отже, безпека — це ситуація, в якій немає загрози життю і здоров'ю людей. Це мир у країні, злагода в родині, душевний спокій. Небезпека — це ситуація, коли є загроза для людини: її життя, здоров'я, майна чи гідності.

Розгляньте малюнки та скажіть, про які небезпеки попереджають ці знаки.



Пригадайте небезпечну ситуацію, свідком або учасником якої ви були. Розкажіть:

- Що сталося?
- Що ви відчували?
- Чим усе закінчилося?
- Як можна було уникнути небезпеки?

Перейдіть за QR-кодом і визначте, які ситуації безпечні, а які — небезпечні.



БЕЗПЕКА ЖИТТЯ І ДІЯЛЬНОСТІ ЛЮДИНИ

Ще в давнину люди навчали дітей, як уникати небезпек природного середовища: стерегтися диких звірів, рятуватися від морозів, ураганів та лісових пожеж.

Згодом виникли нові небезпеки, пов'язані з діяльністю самих людей. У наш час значно простіше потрапити в дорожньо-транспортну пригоду, ніж постраждати від дикого звіра.

Тому сучасних дітей навчають не лише безпеки життя (уміння уникати небезпек), а й безпеки життєдіяльності — як самим не створювати небезпечних ситуацій.

НЕБЕЗПЕЧНІ СИТУАЦІЇ

- Опинитися надворі під час грози (П)
- Користуватися несправним електроприладом (Л)
- Гратися з м'ячем на дорозі (Л)
- ...

Приклади небезпечних ситуацій



Наведіть 10 прикладів небезпечних ситуацій і запишіть їх на дошці. Напишіть літеру «П» поруч із природними небезпеками та літеру «Л» поруч із небезпеками, створеними людьми.

Подивіться відео про повені. Обговоріть:

- Чому виникають повені?
- Що їм запобігає?

Об'єднайтесь у три групи («Гроза», «Пожежа», «Повінь»). Перейдіть за QR-кодом, завантажте інформацію та підготуйте плакати-пам'ятки про правила поведінки в цих ситуаціях.



ЯК ДІЯТИ В НЕБЕЗПЕЧНІЙ СИТУАЦІЇ

У небезпечній ситуації людина відчуває страх. Якщо страх дуже сильний, він може перерости в паніку, яка заважає приймати правильні рішення. Тому, потрапивши в небезпеку, насамперед слід заспокоїтися, пригадати все, що знаєте про таку ситуацію, і намагатися подолати загрозу. За потреби зверніться до дорослих або служби порятунку. Пригадайте й назвіть номери телефонів, за якими можна викликати пожежників, поліцію, лікарів, службу газу.



Об'єднайтесь у дві групи та розгляньте ситуації, зображені на малюнках.

- Спрогнозуйте, що може статися.
- Обговоріть різні варіанти поведінки дітей та наслідки кожного з варіантів.
- Проаналізуйте, який із запропонованих вами варіантів для кожної ситуації є найкращим.

Перейдіть за QR-кодом і прочитайте казку про двох жабок.



- Поміркуйте, яка жабка правильно поводитись у небезпечній ситуації.
- Який висновок можна з цього зробити?



112 — універсальний номер
для виклику рятувальних служб.

НЕБЕЗПЕКА ВІД ВОГНЮ

В Україні щодня виникає близько 150 побутових пожеж, у яких у середньому гине дванадцятьоро і травмуються семеро людей. Поки вогонь не розгорівся, його легко загасити водою або перекрити йому «дихання» — доступ кисню. Для цього треба накинути на полум'я ковдру, затоптати його ногами чи засипати піском або землею. В наш час у кожній оселі має бути вогнегасник, адже майже щодня багато пожеж виникає внаслідок обстрілів.

Однак дуже важливо не переоцінити свої сили: якщо довго боротися з пожежею, можна отруїтися газами. Особливо небезпечні гази утворюються під час горіння синтетичних матеріалів. Тому правило гасіння невеликої пожежі таке: накрийте вогонь цупкою тканиною (килимом, товстою ковдрою), негайно виходьте з дому й викликайте пожежників.



«Трикутник вогню» — умови горіння



- Розгляньте малюнок і назвіть умови горіння.
- Подивіться відео про «трикутник вогню» та вогнегасники.



ЯК ВИЙТИ З ЗОНИ ПОЖЕЖІ

Якщо ви живете на першому поверсі, треба швидко вибігти у двері чи вистрибнути у вікно. На жаль, це не завжди легко зробити. Вогонь може відрізати вас від виходу, або кімната заповниться димом, і буде складно зорієнтуватися, куди рухатися.

Дим набагато небезпечніший, ніж здається. Достатньо вдихнути його декілька разів, щоб настало різке погіршення зору чи запаморочення. Щоб цього не сталося, слід опуститися навколішки (дим піднімається до стелі) та захистити органи дихання тканиною, краще вологою.



Уявіть, що ви прокинулися вночі й відчули запах диму. Розгляньте малюнок і складіть правила евакуації під час пожежі.

ПОЖЕЖА В СУСІДНІЙ КВАРТИРІ, БУДИНКУ

Коли пожежа виникла в сусідній квартирі чи в будинку поруч, негайно зателефонуйте 101 або 112. Після виклику пожежників вимкніть у своїй оселі газ та електрику й біжіть надвір. Захопіть теплі речі, на вулиці може бути холодно. По дорозі дзвоніть в усі квартири та кричіть: «Рятуйтеся! Пожежа!»

Побачивши на сходах вогонь, залишайтеся у своїй квартирі. Щоб уберегтися від диму, заткніть мокрими ганчірками всі щілини навколо вхідних дверей і зачиніться в кімнаті, де є балкон або вікно, що виходить на людну вулицю.

Постарайтеся привернути до себе увагу перехожих із балкона чи вікна: кричіть, махайте ганчіркою, грюкайте по підвіконню, водостічних трубах.



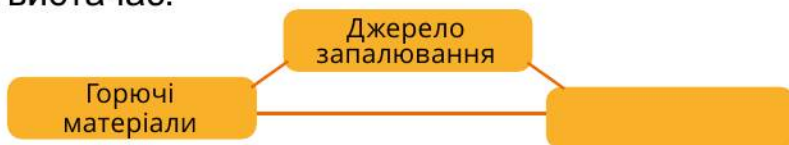
- Об'єднайтесь у пари та потренуйтеся викликати пожежників. Не забудьте чітко назвати своє ім'я та адресу пожежі.
- Подивіться відео. Разом із дорослими намалюйте план евакуації з вашого будинку й домовтеся з рідними про місце зустрічі в разі надзвичайних ситуацій.
- Перегляньте відео про нові технології пожежогасіння.



Стрибати з висоти вище третього поверху
дуже небезпечно!

МОЗАЇКА ЗАВДАНЬ ДО ТЕМИ

1. Розгляньте малюнок і назвіть умову горіння, якої не вистачає.



2. Прочитайте ситуації та проаналізуйте, хто з дітей у небезпеці. Поясніть свою думку.

- Коли Ніна йшла додому, почалася гроза.
- Олег переходить дорогу підземним переходом.
- Коли Назар увімкнув зарядку від телефона в розетку, з'явилися іскри.

3. Розгляньте план будинку. Знайдіть основні та запасні шляхи виходу з кожного приміщення. З якого приміщення є тільки один вихід?



4. Намалюйте план своєї оселі. Позначте на ньому шляхи евакуації.

5. Оцініть свої досягнення.

Я вмію розрізняти безпечні та небезпечні ситуації.



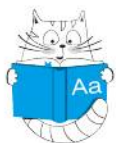
Я можу викликати службу порятунку.



Я знаю, як треба діяти під час пожежі.



Безпека у громадських місцях



- НАТОВП • ТЕРОРИЗМ
- КОЛА СПІЛКУВАННЯ



Цього тижня ви:

- складете правила поведінки під час масових заходів;
- проаналізуєте, які місця безпечні для ігор, а які — ні;
- дізнаєтеся, що слід робити з небезпечними знахідками та як поводитися з незнайомцями;
- дослідите свої кола спілкування.

БАГАТОЛЮДНІ МІСЦЯ

Натовп — це скупчення людей, у якому неможливо вільно рухатися. Таке може трапитися не лише під час свят, концертів чи масових заходів, а й під час повітряної тривоги, коли всі поспішають до укриття.

Якщо ви опинилися в натовпі, не намагайтеся зупинитися чи повернути назад — рухайтесь разом з потоком людей. Тримайте руки трохи зігнутими в ліктях, щоб захистити грудну клітку, і намагайтеся уникати твердих перешкод, щоб не впасти.

Збираючись у багатолюдне місце, подбайте про зручне взуття без шнурівок і безпечний одяг. Не варто брати довгі шарфи, сумки на довгому ремінці чи парасолі — вони можуть зачепитися за щось і заважати руху. Дорогі речі краще залишити вдома, адже в натовпі легко щось загубити або стати жертвою крадіїв.

Розгляньте малюнок і поміркуйте, хто з дітей добре підготувався до походу на футбольний матч. Поясніть свою думку.



- Де у школі може утворитися тиснява? Як треба поводитись у дверях, на сходах, у їдальні?
- Які багатолюдні місця є найбільш небезпечними у вашому населеному пункті, мікрорайоні?
- Складіть правила поведінки під час масових шкільних заходів.

НЕБЕЗПЕКА ТЕРОРИЗМУ

Тероризм є реальною загрозою в сучасному світі. Багатолюдні місця приваблюють таких злочинців, адже теракти з великою кількістю постраждалих потрапляють у новини в усьому світі.

Терористи залишають вибухові пристрої в багатолюдних місцях, маскуючи їх у сумках, валізах, пакунках, навіть іграшках. Вони підривають їх дистанційно або вставляють у вибухівку годинниковий механізм. Вчасно виявивши такий «подарунок», можна запобігти жертвам.

Помітивши в багатолюдному місці підозрілий предмет, повідомте про це поліцію або людину, яка там працює, а потім ідіть якнайдалі від цього місця.



У магазині —
продавця



У метро —
чергового



На вулиці —
поліцейського



- Подивіться серію відео про мінну безпеку.
- Намалуйте плакат «Правила поведінки в разі виявлення небезпечного предмета».



БЕЗПЕЧНА ПРОГУЛЯНКА

Ви дорослішаєте й поступово отримуєте більше свободи. Вам, можливо, вже дозволяють самостійно гуляти надворі, ходити до школи, відвідувати гуртки чи спортивні секції. Однак більша свобода передбачає більшу відповідальність та вміння діяти в нестандартних ситуаціях.

По черзі розкажіть, що вам дозволяють робити самим надворі, а що — забороняють. Як ви думаєте, чому?



- Розгляньте малюнки й обговоріть, які місця безпечні для ігор, а які — ні.
- Які небезпечні для ігор місця є у вашому населеному пункті (мікрорайоні)?
- Прочитайте правила безпеки надворі й обговоріть, які правила вам виконувати легко, а які — складно. Поясніть чому.

Правила безпеки надворі

- Перед тим як іти з дому, скажіть дорослим, де і з ким ви гулятимете. Повідомте їм, якщо ваші плани змінилися.
- Завжди гуляйте з друзями. Так веселіше і безпечніше.
- Не затримуйтеся надворі після того, як стемніло.
- Ходіть безпечними маршрутами, уникайте пустирів, глухих провулків, будівельних майданчиків та місць, де розпивають алкогольні напої.

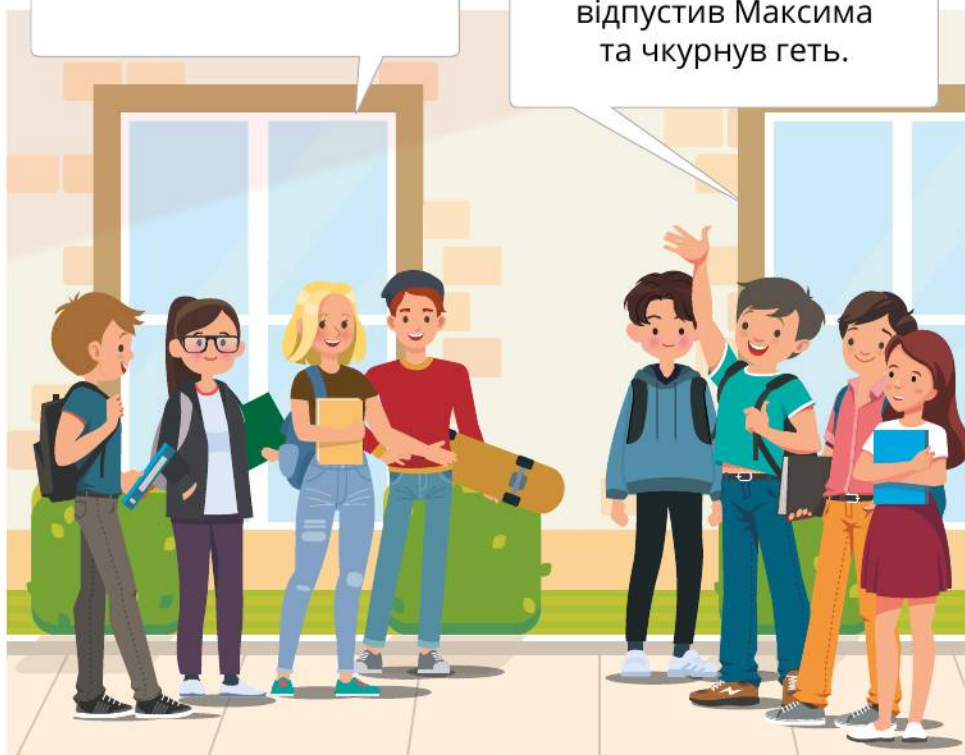
ГРА «ВИХІД Є!»

Об'єднайтесь у дві команди та пограйте в гру «Вихід є!». Перша команда придумує початок історії про вашого ровесника, який потрапив у небезпечну ситуацію. Друга команда має продовжити її так, щоб стало зрозуміло: з будь-якої ситуації є вихід (приклад на малюнку).

Поміняйтеся ролями: друга команда придумує ситуацію, а перша шукає з неї вихід.

Дорогою зі школи
Максима перестрів
молодик і потягнув
за собою в підвал...

Та хлопчик не розгубився.
Він голосно закричав:
«Рятуйте, пожежа!»
Здійнявся такий галас,
що незнайомиць
відпустив Максима
та чкурнув геть.

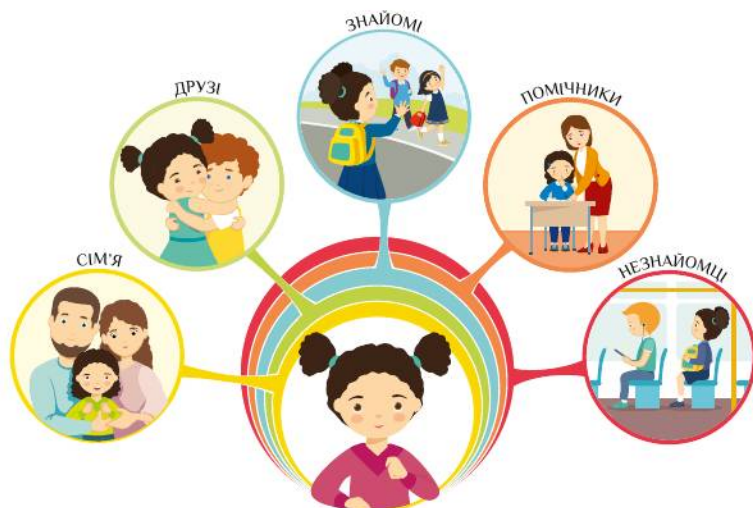


Гра «Вихід є!»

КОЛА СПІЛКУВАННЯ

Особистий простір людини умовно поділяють на п'ять кіл. Сім'я — це ваші батьки (опікуни), брати, сестри, дідусі й бабусі. Друзі — це люди, з якими вам подобається спілкуватися і проводити вільний час. Знайомі — це люди, яких ви знаєте, але не спілкуєтеся часто. Помічники — це люди, які можуть професійно допомогти: вчителі, поліцейські, лікарі. Незнайомці — це люди, з якими вас не познайомили батьки.

Окрім п'яти кіл спілкування є ще приватна зона. Це ваше особисте коло на відстані від 15 до 45 см від вас. Ніхто не має права доторкнутися до вас без вашого дозволу. Як і ви не повинні торкатися інших людей. В приватну зону можна допускати для обіймів лише батьків, близьких друзів та родичів й тільки за вашим бажанням.



- Для якого кола спілкування характерні дружні стосунки (ділові стосунки, родинні зв'язки)?
- Перейдіть за QR-кодом, роздрукуйте і заповніть бланк «Мої кола спілкування».



ЯК РОЗПІЗНАТИ ЗЛОВМИСНИКІВ

Добре було б, якби людину з лихими намірами можна було впізнавати за зовнішністю, як Бабу Ягу в казці. Та в реальному житті лиходій чи лиходійка можуть мати звичайну зовнішність. Саме тому треба завжди бути насторожі.

Людина без підступних намірів не пропонуватиме незнайомій дитині покататися в автомобілі, зайти до неї додому помилуватися кошенятами чи передати комусь пакунок.

Пам'ятайте, що дорослі мають звертатися по допомогу до дорослих, а не до дітей. Особливо не довіряйте незнайомцям, які хочуть вас кудись забрати, посилаючись на ваших батьків.

Якось до восьмирічного школяра підійшов незнайомий чоловік і сказав, що його послала мама хлопчика, бо з нею сталася біда. Малий попросив чоловіка назвати пароль. Доки спантеличений незнайомець отямився, хлопчик утік. Просто одного разу мама із сином домовилися, що якщо вона колись попросить незнайомця прийти по нього, то ця людина назве пароль — слово, відоме тільки їм.



- Разом із батьками придумайте пароль і тримайте його в таємниці від усіх.
- Перейдіть за QR-кодом. Обговоріть правила спілкування з незнайомцями та виконайте роботу в групах.



МОЗАЇКА ЗАВДАНЬ ДО ТЕМИ

1. Прочитайте ситуації та оберіть, до кого діти мають звернутися по допомогу.

- Сашко загубився в торговельному центрі.

перехожого

охоронниці

продавця-консультанта

- По Настю до школи прийшов незнайомий чоловік.

вчительки

однокласниці

старшокласника

- Ася помітила на зупинці покинуту іграшку.

подруги

поліцейської

водія автобуса

2. У двох сестер по одному брату. Скільки дітей у сім'ї?

3. Катя, Ася, Олег, Антон і Настя взяли два самокати та три велосипеди для прогулянки в парку. В Каті та Асі — різні транспортні засоби, а в Каті та Олега — однакові. В Асі й Антона однаковий транспорт. Який вид транспорту взяла Настя?



4. Намалюйте портрети людей, яким ви можете довіряти.

5. Оцініть свої досягнення.

Я можу обрати безпечне місце для ігор. ☆ ☆ ☆

Я знаю, до кого звернутися в різних ситуаціях.
☆☆☆

Я вмію безпечно поводитися з незнайомцями.
☆☆☆

Дорожня безпека



- ПРАВИЛА ДОРОЖНЬОГО РУХУ
- РЕГУЛЮВАЛЬНИК • ПЕРЕХРЕСТЯ
- МАЙДАН



Цього тижня ви:

- з'ясуєте, до яких наслідків призводить недотримання правил дорожнього руху;
- потренуєтеся розпізнавати сигнали регулювальника;
- дослідите, які перехрестя є у вашому населеному пункті (мікрорайоні);
- пограєте у гру «Дорожня безпека».

ПОМІЧНИКИ НА ДОРОЗІ

Чи доводилося вам спостерігати, як переходять дорогу деякі тварини? Вони нервують, сахаються автомобілів і через це часто гинуть під колесами. Тварини покладаються на свої інстинкти, які погано допомагають на дорозі.

Люди можуть безпечно переходити дорогу, дотримуючись правил дорожнього руху. Адже ці правила було створено на основі аналізу багатьох тисяч дорожньо-транспортних пригод.

Отже, правила дорожнього руху — це ваш перший помічник на дорозі. Другим помічником є уважність і зосередженість на дорожній ситуації, а третім — упевненість у собі.



Сашко



Оксанка



Юрко



Об'єднайтесь у три групи («Сашко», «Оксанка», «Юрко»).

Перейдіть за QR-кодом і прочитайте відповідну історію. Обговоріть:



- Що заважало дітям дотримуватися правил дорожнього руху?
- Які правила дорожнього руху вони порушили?
- До яких наслідків це призвело?
- Що ви можете їм порадити?

По черзі зачитайте свої ситуації та презентуйте у класі ваші поради.

СИГНАЛИ СВІТЛОФОРА ТА РЕГУЛЮВАЛЬНИКА

5 серпня 1914 року американський інженер Джеймс Годж створив прилад, схожий на сучасний світлофор, тільки замість трьох сигналів у нього було два. На честь цієї події 5 серпня проголошено Міжнародним днем світлофора. Третє, жовте «око», до світлофора додали у 1920 році.

Якщо світлофор вийшов із ладу, дорожнім рухом керує регулювальник. У руках він тримає жезл, яким подає команди. Буває й так, що на перехресті одночасно працюють світлофор і регулювальник. У цьому разі головними є сигнали регулювальника, і треба діяти відповідно до них.

Розгляньте малюнок і поміркуйте, що означають зображені на ньому сигнали регулювальника.



Потренуйтеся розпізнавати сигнали регулювальника. Для цього:

Об'єднайтеся у дві групи: «Водії» (показують, що вони тримають кермо) та «Пішоходи». Станьте у відповідному положенні на умовному перехресті.

Оберіть ведучого — «регулювальника». Відпрацюйте рухи за його командами (автомобілі рухаються тільки прямо).

Той, хто перший схибить, міняється місцем з «регулювальником».

ФОРМИ ТА ВИДИ ПЕРЕХРЕСТЬ

Дороги є всюди: в містах, містечках, селах, між населеними пунктами. На місці з'єднання або перетину доріг утворюються перехрестя. Якщо дивитися на перехрестя згори, деякі з них нагадують хрестик, тризуб, інші — літери Т, У, Х, ще інші мають змішану або складну форму.

Перехрестя поділяють на нерегульовані, регульовані (зі світлофором чи регулювальником) та складні (на деяких елементах перехрестя є світлофори, а на інших їх немає).



Хрестоподібне



У-подібне



Т-подібне



Х-подібне



Змішане



Форма тризуба



Багатостороннє



Розгляньте малюнок і обговоріть, де у вашому мікрорайоні (селі, селищі) є перехрестя. Якої вони форми?

Роздрукуйте план або карту свого населеного пункту (мікрорайону). Обведіть усі перехрестя. Обговоріть:

- Яких перехресть найбільше?
- А яких немає зовсім?

Перейдіть за QR-кодом. Прочитайте та обговоріть правила переходу дороги на перехресті.



РУХ МАЙДАНАМИ

Майдан — це велика площа, одна частина якої призначена для водіїв (проїзна частина, автомобільні стоянки), друга — для пішоходів.

У пішохідній зоні майданів влаштовують клумби, фонтани, торговельні точки або інші споруди.

Якщо на шляху до майдану треба перейти дорогу, користуйтеся пішохідними переходами.



- Розгляньте малюнок і підкажіть дівчинці безпечний шлях, щоб купити морозиво та сісти в автобус на протилежному боці майдану.
- Намалюйте план майдану, який є у вашому населеному пункті. Позначте пішохідну зону, дороги, пішохідні переходи.

ОБЕРЕЖНО: РЕМОНТ ДОРОГИ!

Ремонт дороги створює додаткові незручності для водіїв і пішоходів. У цьому місці спостерігається скупчення автомобілів, можуть утворюватися транспортні затори.

Ремонтні роботи проводять із використанням спеціальної техніки: котків, бульдозерів, екскаваторів. Ці автомобілі великі за розмірами й можуть обмежувати оглядовість на дорозі. Ями та траншеї в місцях ремонту дороги є додатковими небезпеками. Тому ділянки ремонту дороги позначають попереджувальними знаками та огорожею. Під час ремонту тротуарів пішоходам доводиться обходити цю ділянку проїзною частиною. Перед виходом на дорогу упевніться, що на ній немає автомобілів.



Дорожні роботи



Перейдіть за QR-кодом і виконайте вправу про будівельну техніку.



ГРА «ДОРОЖНЯ БЕЗПЕКА»

1. Об'єднайтесь у групи по 5–6 осіб.
2. Перейдіть за QR-кодом, завантажте й роздрукуйте матеріали для настільної гри.
3. Виріжте та склейте кубик для гри.
4. Підготуйте фішки, наприклад кубики LEGO.
5. Інструкція: якщо фішка потрапила на клітинку з дорожнім знаком, гравець має сказати, що він означає; якщо на жовту — дати відповідь на запитання; на синю — витягти картку з ситуацією і розповісти, як потрібно вчинити.



МОЗАЇКА ЗАВДАНЬ ДО ТЕМИ

1. Яке перехрестя називають регульованим?
2. Установіть відповідність між видом перехрестя і його назвою.



Т-подібне

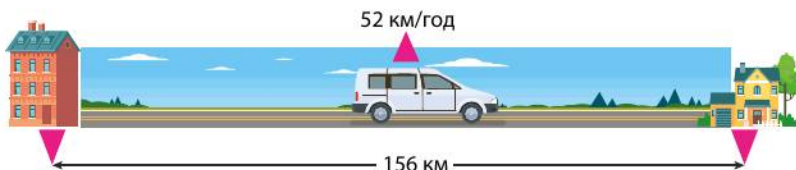


Змішане



У-подібне

3. Бабуся живе за 156 км від Яни. Скільки годин Яна з батьком їхатимуть до бабусі автомобілем, якщо він рухається зі швидкістю 52 км/год?



4. За 4 години Аркадій проїхав поїздом 224 км. З якою швидкістю рухався поїзд?



5. Оцініть свої досягнення.

Я розпізнаю види перехресть. ☆☆☆

Я можу прокласти безпечний маршрут майданом, перехрестям. ☆☆☆

Я дотримуюся правил дорожнього руху. ☆☆☆

МОЗАІКА ЗАВДАНЬ ДО РОЗДІЛУ «СВІТ ТЕХНІКИ»

1. Установіть відповідність між ситуаціями й телефонами служб порятунку. Скажіть, як називаються ці служби. Змодельуйте звернення по допомогу до однієї з них.

Настя відчула на кухні запах газу.

101

Ліна побачила, як зомлів перехожий.

102

Олексій помітив дим у квартирі.

103

Ігор побачив, як незнайомий чоловік намагається відчинити вікно до оселі сусідів.

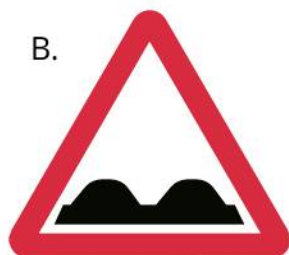
104

2. Назвіть природні небезпеки.

- Перехід дороги в забороненому місці.
- Гроза.
- Ожеледь.
- Спалювання сухої трави.
- Повінь.

3. Тарас часто повертається додому в сутінках. Який одяг він має носити, щоб бути помітним для водіїв?

4. Оберіть знак «Дорожні роботи».



5. Які дорожні знаки стосуються пішоходів, пасажирів, велосипедистів? Поясніть, що вони означають.

А.



Б.



В.



Г.



Г.



Д.



Е.



6. Скажіть, які речі не слід брати з собою чи вдягати в місця масового скупчення людей.

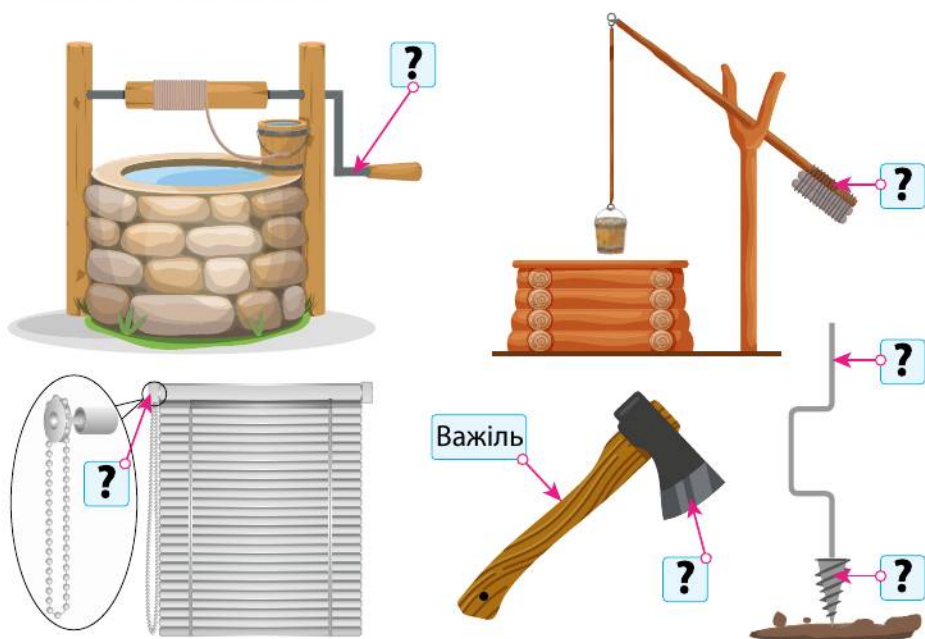


7. Іванка сіла у трамвай і побачила під своїм сидінням рюкзак. Що ви порадите їй зробити?

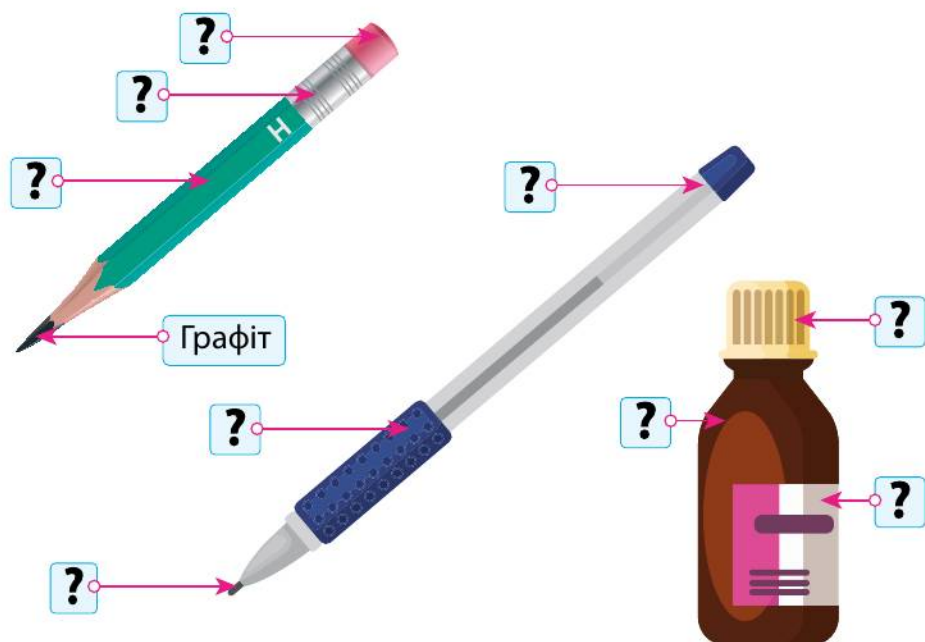
8. Розгляньте кола спілкування Анни та скажіть, з ким у неї немає родинних, дружніх або ділових стосунків.



9. Розпізнайте прості механізми: коловорот, важіль, блок, клин, гвинт.



10. З яких матеріалів виготовлено кожен об'єкт?



11. Назвіть види водного транспорту від найдавнішого до найсучаснішого.



Дракар
вікінгів



Єгипетський
вітрильник



Авіаносець

12. Які з цих винаходів сприяли освоєнню нових територій? Поясніть свою думку.



13. Прочитайте текст і виконайте завдання.

У 1492 році Христофор Колумб на кораблях перетнув Атлантичний океан за 70 діб. У 1927 році пілот Чарльз Ліндберг зробив це за 33 години. У наш час подолати таку відстань у 5810 км пасажирським літаком можна за 7 годин.

- За скільки годин Христофор Колумб перетнув Атлантичний океан?
- На скільки годин менше Чарльз Ліндберг витратив на це?
- Яка швидкість пасажирського літака?
- У скільки разів швидше сучасний пасажирський літак перетинає Атлантичний океан, ніж це зробили кораблі Колумба?

14. Які з цих об'єктів виготовлені з природних матеріалів, а які — зі штучних? Поясніть, чому деякі створені людиною матеріали шкідливі для довкілля.

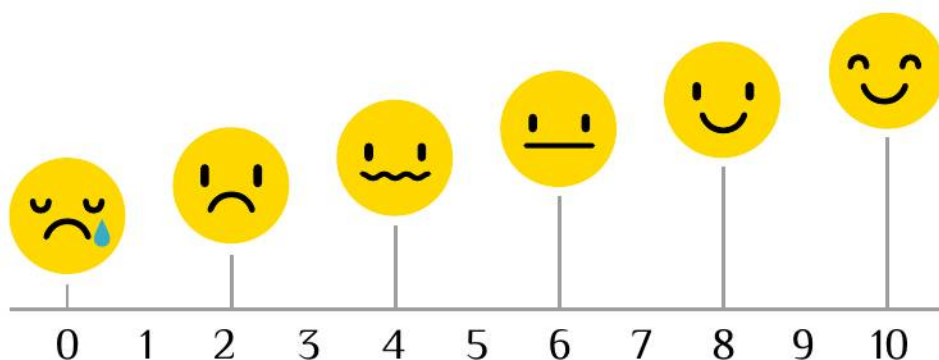


15. Оцініть себе.

Ці завдання були для вас:

- дуже легкими;
- легкими;
- складними;
- дуже складними;
- не знаю.

16. Оберіть на шкалі настрою смайлик, який відображає ваші почуття.



СЛОВНИК

3D-макет — об'ємна копія об'єкта.

Анексія — насильницьке приєднання державою всієї території або частини іншої держави.

Антибіотик — лікарський засіб для боротьби з мікробами.

Антитіла — зброя імунітету проти збудників захворювання.

Археолог — науковець (історик), який вивчає побут і культуру давніх людей.

Безпека — ситуація, у якій немає загрози життю і здоров'ю людей.

Булінг — агресивна поведінка стосовно іншої людини, що супроводжується постійним фізичним чи психологічним тиском.

Бюджет — усі доходи та видатки держави або громади за певний період часу.

Вагітність — період, коли в організмі жінки розвивається дитина.

Вікінги — давні воїни-мореплавці зі Скандинавії.

Внутрішньоутробний розвиток — розвиток дитини в організмі жінки.

Гігієна — наука про те, як зберегти здоров'я.

Декларація — офіційний документ, у якому проголошено політичні принципи.

Древляни — східнослов'янське плем'я, яке жило на українському Поліссі.

Епідемія — масове поширення інфекційної хвороби серед людей за короткий проміжок часу.

Залежність — набута потреба здійснювати певні дії чи вживати певні речовини.

Звички — те, що ми робимо автоматично, не замислюючись.

Здоров'я — не лише відсутність хвороб чи фізичних вад, а повне фізичне, психічне, соціальне і духовне благополуччя.

Імунітет — захисні сили організму. Допомогає боротися з інфекціями.

Індекс маси тіла — показник, за допомогою якого визначають, чи маса тіла людини в межах норми.

Конвенція — угода між країнами, в якій визначено взаємні права та обов'язки.

Конституція України — документ, який визначає державний устрій, обов'язки органів влади, а також права, свободи й обов'язки громадян.

Майдан — велика площа, одна частина якої призначена для водіїв, друга — для пішоходів.

Матеріали — речовини, з яких виготовляють різні предмети.

Натовп — скупчення людей, у якому складно вільно рухатися.

Небезпека — ситуація, в якій є загроза для людини: її життя, здоров'я, майна чи гідності.

Обов'язки дітей — те, що діти зобов'язані виконувати.

Пастеризація — метод обробки молока та рідин для знищення бактерій і продовження терміну зберігання.

Права дітей — умови, необхідні для їхнього повноцінного життя і дорослішання.

Регулювальник — працівник патрульної поліції, який регулює дорожній рух.

Робот-гуманоїд — робот, подібний до людини і зовні, і за поведінкою.

Стерилізація — це спеціальна обробка, під час якої знищують мікроби, щоб зробити речі повністю чистими та безпечними.

Стоянка — поселення первісних людей.

Тероризм (у перекладі з латини — «жах») — умисне створення небезпеки для людей.

Утилізація — знищення, повна або часткова переробка відходів, частину з яких можна повторно використовувати у виробництві.

Щеплення — введення в організм вакцин, які захищають від небезпечних хвороб.

Навчальне видання

Воронцова Тетяна Володимирівна
Пономаренко Володимир Степанович
Лаврентьєва Ірина Вікторівна
Хомич Олена Леонідівна
Андрук Наталія Володимирівна
Василенко Катерина Сергіївна

Я ДОСЛІДЖУЮ СВІТ

Підручник інтегрованого курсу для 4 класу
закладів загальної середньої освіти
(у 2-х частинах)

ЧАСТИНА 2

Рекомендовано Міністерством освіти і науки України

Підручник відповідає Державним санітарним нормам і
правилам «Гігієнічні вимоги до друкованої продукції для дітей»

Літературне редагування та коректура *Г. Губар*
Художнє оформлення *О. Курило*
Формат 70×100/16. Гарнітура Arial, Open Sans
Друк офсетний. Щільність паперу 80 г/м².
Ум. друк. арк. 12,35. Обл.-вид. арк. 9,50.
Тираж пр. Зам. №

Видавництво «Алатон» 03164, Київ, вул. Олевська, 7.
Свідоцтво про внесення суб'єкта до Державного реєстру
видавців № 4110 від 13.07.2011
Віддруковано згідно з наданим оригінал-макетом
Св. ДК № 6847 від 19.07.2019 р.
61024, м. Харків, вул. Максиміліанівська, 17