**6 клас**

**МОРФОЛОГІЯ ТА ОРФОГРАФІЯ**

**САМОСТІЙНІ ЧАСТИНИ МОВИ**

**ІМЕННИК**

ВИБІРКОВІ ДИКТАНТИ

І. Виписати власні іменники.

1.Правову основу безпеки життєдіяльності становить Конституція України. Конституція України прийнята на п'ятій сесії Верховної Ради України 28 червня 1996 р. (З Конституції України). 2. Відомий філософ Гіппократ писав: «Гімнастика, фізичні вправи, ходьба повинні міцно ввійти в щодення кожного, хто хоче зберегти працездатність, здоров’я, повноцінне й радісне життя» (З журналу). 3. Закон України «Про охорону здоров’я» проголошує, що кожна людина має природне невід’ємне й непорушне право на охорону здоров’я (З журналу).

**ОРФОГРАМИ:**

Уживання великої літери.

Написання складних слів

Написання префіксів РОЗ-, БЕЗ-.

Написання подвоєних букв в словах іншомовного походження.

Уживання м’якого знака.

Уживання апострофа.

Подвоєння приголосних.

Спрощення в групах приголосних.

Правопис НЕ, НІ з різними частинами мови.

Написання прикладок.

Написання ненаголошених голосних у коренях слів.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

Розділові знаки в реченнях з прямою мовою.

Розділові знаки в складному реченні.

-36-

ІІ. Виписати іменники, визначити число; вказати іменники, що мають форму тільки однини або тільки множини.

**Правила гігієни під час занять фізичними вправами**

 Не можна бігати та фізично навантажувати себе натщесерце або одразу після їжі. Бігати краще по м’якому ґрунту. За тривалого бігу по жорсткій поверхні, наприклад по асфальту, може з’явитися біль у м’язах ніг.

 На початку занять необхідно робити розминку, а наприкінці – вправи на розслаблення м’язів. Якщо недостатньо розігріти тіло під час розминки, можуть боліти м’язи.

 Для занять фізкультурою дуже важливо правильно підібрати комфортний одяг та зручне взуття. Вони не повинні обмежувати рухи й мають бути виготовлені з матеріалу, що добре вбирає вологу.

 Після занять фізичними вправами треба обов’язково помитися під теплим душем протягом двох-трьох хвилин. Але якщо ви прийшли з холоду, почекайте 10-15 хвилин. Різка зміна температури може призвести до порушень роботи серця. У жодному разі не можна митися дуже гарячою або дуже холодною водою (З журналу).

(124 слова)

Пояснити лексичне значення слова «гігієна».

**ОРФОГРАМИ:**

Написання прислівників.

Уживання м’якого знака.

Уживання апострофа.

Правопис НЕ, НІ з різними частинами мови.

Написання префіксів РОЗ-,БЕЗ-.

Подовження приголосних.

Чергування І-Й.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в реченнях із вставними словами.

Розділові знаки в простому реченні.

Розділові знаки в складному реченні.

Написання сполучень ЙО,ЬО.

КОМЕНТОВАНИЙ ДИКТАНТ

**Які причини появи карієсу**

-37-

 Причиною появи карієсу є недотримання гігієни ротової

порожнини, через що утворюється зубний наліт і виникає запалення ясен. Причиною утворення зубного нальоту є також надмірне вживання солодощів, а також води низької якості. У деяких регіонах вода містить недостатню кількість певних речовин, зокрема фтору. Там люди частіше хворіють на карієс. До захворювання на карієс призводить і вживання продуктів з недостатньою кількістю деяких мінеральних речовин (кальцію, заліза) та вітамінів (З підручника).

(66 слів)

**ОРФОГРАМИ:**

Правопис НЕ, НІ з різними частинами мови.

Подовження приголосних.

Написання сполучень ЙО,ЬО.

Написання ненаголошених голосних у коренях слів.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в складному реченні.

Розділові знаки в реченнях із вставними словами

ВИБІРКОВО-РОЗПОДІЛЬНІ ДИКТАНТИ

І. Виписати іменники в три колонки: в першу – жіночого роду, в другу – чоловічого роду, в третю – середнього роду.

**Про шкоду вживання алкоголю**

 Вживання алкоголю,так само, як і паління, завдає непоправної шкоди вашому здоров'ю. Звичка вживати спиртні напої часто переростає в алкоголізм.

 Чому це відбувається? У головному мозку існують центри позитивних емоцій, і алкоголь, потрапляючи в організм, активізує діяльність клітин цих центрів. Спочатку він знижує нервову напругу, приглушує по­чуття тривоги та страху й підсилює позитивні емоції.

 Якщо концентрація алкоголю в крові знижується, мозок починає посилати сигнали, які вимагають уве­дення в організм нової дози. Унаслідок цього виникає потреба обов'язкового вживання спиртного. На жаль, цей процес незворотний. Порушити нормальну роботу мозку дуже легко, а відновити — майже неможливо.

Роблячи вибір між алкоголем і відмовою від нього, ви маєте зважати на таке.

-38-

Алкоголь порушує мозковий кровообіг, руйнує су­дини мозку,

призводить до кисневого голодування клі­тин мозку та їхньої загибелі, унаслідок чого порушу­ються психічні процеси (З журналу).

(127 слів)

**ОРФОГРАМИ:**

Подовження приголосних.

Правопис НЕ, НІ з різними частинами мови.

Уживання м’якого знака.

Уживання апострофа.

Написання префіксів ПРЕ-, ПРИ-, ПРІ-, ПЕРЕ-.

Чергування У-В.

Написання сполучень ЙО,ЬО.

Написання ненаголошених голосних у коренях слів.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

Розділові знаки в кінці речень.

 Розділові знаки в реченнях із вставними словами.

Розділові знаки в реченнях із відокремленими членами речення.

ІІ. Виписати іменники в чотири колонки: в першу – І відміни, в другу – ІІ відміни, в третю – ІІІ відміни, в четверту - ІV відміни.

 Здоров’я є дорогоцінним, оскільки саме воно дає нам високу працездатність, гарний настрій, упевненість у собі, бадьорість, доброту, веселість, успішність у навчанні й загалом у житті. Воно залежить не лише від ваших зусиль, але й від якості навколишнього середовища, умов праці, навчання й побуту, від звичок і поведінки людей, матеріальної забезпеченості, рівня розвитку охорони здоров’я й багатьох інших чинників.

 Кожен із нас має право знати про всі екологічні зміни, що відбуваються й у тій місцевості, де ви живете, і в усій країні. Ми маємо знати все про їжу, яку ми споживаємо, про стан води, яку п’ємо, а медики зобов’язані пояснити нам небезпеку для життя в зонах радіаційного або хімічного забруднення. Людина мусить усвідомлювати небезпеку, яка їй загрожує, і діяти відповідно до цього (З журналу).

(121 слово)

Пояснити лексичне значення слова «радіація».

-39-

**ОРФОГРАМИ:**

 Уживання м’якого знака.

Уживання апострофа.

Написання сполучень ЙО,ЬО.

 Написання складних слів.

Подовження приголосних.

Чергування І-Й.

Правопис НЕ, НІ з різними частинами мови.

Чергування У-В.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

Розділові знаки в складному реченні.

 Людина має право на здоров’я, але права людини тісно пов’язані з її відповідальністю. Відповідальність – це характерна риса особистості. Вона включає в себе свідомість, почуття турботи, співчуття й милосердя. Морально відповідальна людина розуміє необхідність дотримуватися норм і правил, пов’язаних зі ставленням до свого здоров’я й до здоров’я інших людей. Навчившись усвідомлювати й цінувати свою унікальність, а також те, що ми потрібні цьому світові, ми належною мірою будемо цінувати й берегти своє власне здоров’я (З журналу).

(72 слова)

 **ОРФОГРАМИ:**

Уживання м’якого знака.

Уживання апострофа.

Подовження приголосних.

Чергування І-Й.

Правопис НЕ, НІ з різними частинами мови.

Чергування У-В.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

Розділові знаки в складному реченні.

Тире між підметом і присудком.

ТВОРЧІ ДИКТАНТИ

І. Записати іменники у потрібному відмінку.

-40-

**Поради щодо вдосконалення свого характеру**

 1. Будьте уважними до (рідні). 2. Співчувайте (люди) навколо. 3. Поважайте не тільки себе, а й інших (люди). 4. Робіть добрі (справа). 5. Любіть і поважайте своїх (рідні). 6. Плануйте свій (час). 7. Звертайте (увага) на важливе. 8. Не дратуйтеся через (дрібниця). 9. Вчасно завершуйте розпочату (справа). 10. Знімайте емоційне (напруження) активним (відпочинок). 11. Розвивайте (почуття) (гумор).

**ОРФОГРАМИ:**

Уживання м’якого знака.

Написання прислівників.

Правопис НЕ, НІ з різними частинами мови.

Подовження приголосних.

ІІ. До поданих слів дописати іменники-синоніми з *не*.

 Рабство (неволя), потреба (необхідність), ворожість, антипатія (неприязнь), погані справи (неприємності), горе, біда, лихо (нещастя), хвилювання (неспокій), вигадка (небилиця), ворог (недруг), брехня, кривда, наклеп (неправда), сварка (незгода), стійкість ( невідступність, непримиренність).

 **ОРФОГРАМИ:**

Правопис НЕ, НІ з різними частинами мови.

ДИКТАНТ «ПЕРЕВІР СЕБЕ»

**Як попередити хвороби**

 Хвороби, що виникають унаслідок неякісного харчування, можна попередити. Для цього слід обирати їжу, яка за своїм хімічним складом задовольняє потреби організму в білках, жирах, вуглеводах, мінераль­них солях, вітамінах. До того ж вона має бути свіжою, правильно приготованою, зберігатися згідно з нормами й правилами зберігання.

 Важливою для уникнення хвороб є й культура харчу­вання.Правильна кулінарна обробка продуктів харчуван­ня потрібна для того, щоб попередити розвиток харчових отруєнь, кишкових інфекцій, зберегти цінні речовини, що містяться в продуктах. Їжа не має бути дуже гарячою, ос­кільки висока температура

-41-

призводить до подразнення сли­зової оболонки стравоходу й шлунка. Не варто зловжива­ти спеціями, гострими приправами, маринадами — вони теж можуть зашкодити стравоходу й шлунку. Під час їди не слід поспішати, відволікатися, читати.

 Для попередження захворювань органів травної системи слід звернути особливу увагу на стан зубів: ре­гулярно відвідуйте стоматолога, чистіть зуби (За О. Зайченко).

(131 слово)

**ОРФОГРАМИ:**

Уживання м’якого знака.

Уживання великої літери.

Написання сполучень ЙО,ЬО.

Правопис НЕ, НІ з різними частинами мови.

Подовження приголосних.

Чергування У-В.

Написання префіксів З-,С-.

Подвоєння приголосних.

Написання складних слів.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в складному реченні.

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

КОНТРОЛЬНИЙ ДИКТАНТ

**Що таке активний відпочинок**

 Сучасне життя школяра – це заняття в школі, приготування уроків, читання, перегляд телевізійних передач. Вимушене обмеження різноманітних рухів позначається на загальному стані організму – швидко з’являється втома, різко змінюється настрій, погіршується пам’ять і увага. Що ж робити? Як допомогти собі?

 Насамперед слід навчитися активно відпочивати. Це рухливі ігри або фізичні вправи на свіжому повітрі. Такий відпочинок

збадьорює, знімає втому після тривалого сидіння за партою.

 У вашому розпорядку дня має бути одна година для прогулянки, фізичних вправ чи спортивних ігор. Навантаження бажано зменшувати в ті дні, коли на уроці фізичного виховання в школі ви багато бігали або брали участь, наприклад, у лижних перегонах (За И. Кузьминою).

(100 слів)

-42-

 **ОРФОГРАМИ:**

Подовження приголосних.

Написання префіксів ПРЕ-, ПРИ-, ПРІ-, ПЕРЕ-.

Написання прислівників.

Чергування І-Й.

Написання префіксів РОЗ-,БЕЗ-.

Написання префіксів З-,С-.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Тире між підметом і присудком.

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

Розділові знаки в складному реченні.

 Розділові знаки в реченнях із вставними словами.

**ПРИКМЕТНИК**

ПОПЕРЕДЖУВАЛЬНИЙ ДИКТАНТ

**Корисні звички і здоров’я**

 Корисні звички виробляються на основі природних потреб, під час навчання та виховання у сім’ї, дитячому садочку, школі та інших дитячих колективах. Це, наприклад, звички дотримуватися правил гігієни – мити руки перед їжею й після неї, після відвідування туалету та повернувшись із прогулянки, двічі на день чистити зуби, регулярно митися під душем.

 Дуже допомагають у житті звички спати з відчиненою кватиркою, робити вранішню гімнастику, дотримуватися режиму дня. Вони сприяють фізичному та психічному розвиткові людини, підвищують її працездатність, зміцнюють здоров’я.

 До корисних звичок належать також пунктуальність, охайність, чесність і ввічливість, які завжди поважались у суспільстві.

 Здоровий спосіб життя сприяє реалізації всіх можливостей, які природа надає людині. Він є чинником здоров’я, а нездоровий спосіб життя – чинником ризику (З журналу).

(113 слів)

**ОРФОГРАМИ:**

Уживання м’якого знака.

-43-

Подовження приголосних.

Уживання апострофа.

Написання прислівників.

Чергування У-В.

Чергування І-Й.

Правопис НЕ, НІ з різними частинами мови.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

 Розділові знаки в реченнях із вставними словами.

Тире між підметом і присудком.

ПОЯСНЮВАЛЬНИЙ ДИКТАНТ

**Шкідливі звички і здоров’я**

 Знання про небезпеку шкідливих звичок сприяє виробленню позитивного ставлення до здорового способу життя. Адже набагато легше запобігти захворюванням, ніж потім їх лікувати.

 Наприклад, у школі, на вулиці, в автобусах чи тролейбусах вам доводиться братися руками за поручні, дверні ручки та інші речі, яких торкаються також сотні й тисячі людей. Відомо багато мікроорганізмів, які вражають шкіру, очі, органи травлення. Такі хвороби в народі називають «хворобами брудних рук». Виробивши в себе звичку регулярно мити руки з милом, ви уникнете багатьох захворювань.

 Вам, мабуть, траплялися люди, які гризли нігті, голосно плямкали та сьорбали під час їжі, облизували пальці, кидали на підлогу сміття. Дивитися на них не дуже приємно. Чи не так? Так людей називають невихованими. Подібних шкідливих звичок зазвичай можна легко позбутися, якщо стежити за собою, прислухатися до думки інших людей (За Міщенком).

(128 слів)

**ОРФОГРАМИ:**

Подовження приголосних.

Правопис НЕ, НІ з різними частинами мови.

Правопис НЕ, НІ з різними частинами мови.

Написання ненаголошених голосних у коренях слів.

Написання складних слів.

Написання сполучень ЙО,ЬО.

-44-

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

Розділові знаки в складному реченні.

 Розділові знаки в реченнях із вставними словами.

Розділові знаки в кінці речень.

КОМЕНТОВАНИЙ ДИКТАНТ

 Однак існують дуже згубні звички, подолати які надзвичайно важко. Це куріння, вживання алкогольних напоїв, наркотичних і токсичних речовин.

 На жаль, шкідливі звички формуються набагато швидше, ніж корисні. А от позбутися їх зазвичай дуже тяжко. Зате, сформувавши в себе за допомогою сили волі такі корисні звички, як бути завжди охайним, ввічливим, чесним, наполегливим у навчанні, дбати про своє здоров’я, ви поставите надійний заслін шкідливим звичкам (З журналу).

(64 слова)

**ОРФОГРАМИ:**

 Уподібнення приголосних.

Подовження приголосних.

Написання прислівників.

Спрощення в групах приголосних.

Написання префіксів З-,С-.

Уживання апострофа.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в складному реченні.

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

Розділові знаки в реченнях із вставними словами.

СЛОВНИКОВИЙ ДИКТАНТ

 Корисний, регулярний, чесний, охайний, фізичний, психічний, хореографічний, пунктуальний, працездатний, ввічливий, потенційний, небезпечний, алкогольний, наркотичний, токсичний, наполегливий, сформований, шкідливий, невихований, найпоширеніший, здоровий.

ВІДТВОРЕНИЙ ДИКТАНТ

За виписаними прикметниками відтворити текст.

-45-

**Про шкоду вживання наркотиків**

 Наркотики, так само, як сигарети й алкоголь, завдають непоправної шкоди здоров'ю людини. І, роблячи вибір між наркотиками й відмовою під них, ви маєте зважати на такі обставини.

 Токсична дія наркотичних речовин викликає активну захисну реакцію організму у вигляді нудоти, блювоти, сильного головного болю, проносу, падіння кров'яного тиску, посиленого серцебиття. Але при гар­ному фізичному здоров'ї реакція на перший прийом наркотику (у не дуже великих дозах) може бути відсутня. У цьому разі може сформуватися помилкове уявлення про те, що наркотична речовина не завдає неприєм­них відчуттів і є не такою вже й небезпечною для здоров'я. Це пастка. Не потрапляйте в неї!

 У підлітка відбувається дуже інтенсивний обмін речовин, що сприяє швидкому всмоктуванню й надходженню наркотичної отрути в життєво важливі частини організму, особливо у головний мозок. Мозок починає працювати зі збоями, погіршується пам'ять, знижуються інтелектуальні здібності.

 Наркотики діють на ендокринну систему, порушують нормальний синтез гормонів і припиняють процеси розвитку в підлітковому віці (З підручника).

(148 слів)

Поясніть лексичне значення слова «наркотики».

**ОРФОГРАМИ:**

Чергування І-Й.

Уживання м’якого знака.

Уживання апострофа.

Спрощення в групах приголосних.

Написання префіксів З-,С-.

Правопис НЕ, НІ з різними частинами мови.

Подовження приголосних.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

Розділові знаки в кінці речень.

Розділові знаки в реченнях із вставними словами (словосполученнями, реченнями).

Розділові знаки в реченнях із відокремленими членами речення.

-46-

Розділові знаки в складному реченні.

РОЗПОДІЛЬНИЙ ДИКТАНТ

Записати прикметники в дві колонки: в першу – з однією буквою *н*, у другу – з *нн*.

 Тютюнний, сильний, силенний, страшний, страшенний, сучасний, глобальний, екологічний, соціальний, стабільний, нікотинний, запаморочений, фізичний, безпорадний, спортивний, наркотичний, імунний, отруйний, корисний, надійний.

ДИКТАНТ-ПЕРЕКЛАД

**Шутить с водой – играть с бедой**

 Не подвергайте себя риску, играя в незнакомых и запрещенных местах. Купайтесь в специально отведенном месте, не заплывайте за знаки ограждения, избегайте грубых шалостей на воде, так как они опасны.

 Длительное пребывание в воде вызывает переохлаждение тела, озноб, судорогу. Лучшее время каждого водного сеанса – десять – пятнадцять минут.

 Не умея плавать, не погружайтесь в воду выше пояса.

К теплоходам и катерам близко не подплывайте.

 Старайтесь плыть по течению, постепенно приближаясь к

берегу. Избегайте водоворотов. Они затягивают на такую глубину и с такой силой, что даже опытный пловец не всегда может оттуда выплыть. Но если вы попали в водоворот, наберите побольше воздуха в легкие, нырните и сделайте сильный ривок в сторону по течению.

 Учитесь плавать сами и оказывать необходимую помощь утопающему (За О. Ващенко).

(118 слов)

КОНТРОЛЬНИЙ ДИКТАНТ

**Глобальні небезпеки людства**

 Небезпеки, що загрожують здоров'ю й життю людей, мають різний масштаб.

 Глобальні проблеми, які загрожують існуванню людства, виникли на межі XIX і XX століття. Сучасні глобальні небезпеки з'явилися через політичні, екологічні, демографічні, економічні,

соціальні проблеми.

-47-

 Вони спричинені нерівномірністю соціально-економічного, політичного, науково-технічного, екологічного й культурного розвиткусуспільства. Всі глобальні проблеми взаємозалежні. Навіть наймогутніші держави не можуть розв'язати їх самостійно.

 Серед політичних проблем найактуальніша - про­блема збереження миру на Землі.

 Міжнародна спільнота поки що не може зберегти мир на планеті. Не завжди вдається уникнути військових конфліктів. Розв'язування конфліктів немирним шляхом створює небезпеку для миру та стабільності, загрожує життю й здоров'ю людей (З журналу).

(97 слів)

**ОРФОГРАМИ:**

Уживання великої літери.

Уживання м’якого знака.

Уживання апострофа.

Подовження приголосних.

Правопис НЕ, НІ з різними частинами мови.

 Написання складних прикметників.

Написання префіксів З-,С-.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в складному реченні.

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

Тире між підметом і присудком.

**ЧИСЛІВНИК**

ЗОРОВО-СЛУХОВИЙ ДИКТАНТ

 Упродовж останніх десятиліть учені встанови­ли, що в людей, які не курять, почали з'являтися хвороби, притаманні курцям. Це стається через те, що люди, які не курять, тривалий час перебувають у приміщенні разом із курцями. Під час куріння в організм людини потрапляє лише 20—25 % отруй­них речовин, а 50 % разом із димом повертаються назад, у повітря. Ці отруйні речовини вдихають інші люди. Виходить, що ті, хто не курить, теж «курять». З'явився навіть спеціальний термін —

пасивне куріння.

 Тепер, коли ви про все це знаєте, можна уявити ціну, яку

-48-

курець сплачує за сумнівне задоволення, що виникає при курінні тютюну. Якщо ця ціна здається нам прийнятною, то ніхто інший не зможе спинити вас, і ви почнете курити. Але знайте, що це ваше рішення й відповідальність за нього лежить тільки на вас. До того ж пам'ятайте, що, коли у вас з'являться хрипкий голос, жовті зуби, неприємний запах із рота, задишка та інші наслідки, звільнитися від куріння буває практично неможливо (З журналу).

(151 слово)

**ОРФОГРАМИ:**

Написання прислівників.

Уживання м’якого знака.

Уживання апострофа.

Подовження приголосних.

Написання префіксів ПРЕ-, ПРИ-, ПРІ-, ПЕРЕ-.

Чергування У-В.

Правопис НЕ, НІ з різними частинами мови.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в складному реченні.

Розділові знаки в реченнях із відокремленими членами речення.

Тире між підметом і присудком.

ТВОРЧІ ДИКТАНТИ

Поставити в потрібній відмінковій формі числівники, записавши їх словами.

І. **Законодавство про безпеку й здоров’я людини**

 Правову основу безпеки життєдіяльності становить Конституція України.

 Конституція України прийнята на 5 сесії Верховної Ради України 28 червня 1996 року.

 Про право людини на життя, охорону здоров'я медичну допомогу йдеться у відповідних статтях Конституції України.

Стаття 3. Людина, її життя й здоров'я, честь і гідність недоторканні, її безпека визначається в Україні найвищою соціальною цінністю.

Стаття 27. Кожна людина має невід'ємне право на життя. Кожен має право захищати своє життя й здоров'я, життя й здоров'я

-49-

інших людей від протиправних посягань.

Стаття 49. Кожен має право на охорону здоров'я, медичну допомогу та медичне страхування.

Стаття 50. Кожен має право на безпечне для життя й здоров'я довкілля та на відшкодування заподі­яної порушенням цього права шкоди (З Конституції України).

(104 слова)

**ОРФОГРАМИ:**

Уживання великої літери.

Уживання м’якого знака.

Уживання апострофа.

Подовження приголосних.

Правопис НЕ, НІ з різними частинами мови.

 Написання складних слів.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

 ІІ. Теплові й сонячні ударидуже поширені й дуже небезпечні в умовах аварійної ситуації. Ознаками теплових уражень можуть бути збільшення ритму серцевих скорочень до 100 і більше ударів на хвилину, почервонін­ня шкіри, особливо обличчя, відчуття пульсації в скронях, ну­дота, блювання, шум у вухах, запаморочення, сонливість. Температура тіла при теплових ураженнях може підвищуватися

до 40—41°С. У важ­ких випадках потерпілий непритомніє (З підручника).

(56 слів)

**ОРФОГРАМИ:**

Чергування І-Й.

Правопис НЕ, НІ з різними частинами мови.

Чергування У-В.

Уживання м’якого знака.

Подовження приголосних.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

ВІДТВОРЕНИЙ ДИКТАНТ

Відтворити текст за виписаними числівниками.

-50-

**Як сигарети скорочують життя**

 У середньому курець протягом дня викурює 15 сигарет. Жителі індустріально розвинених країн курять найбіль­ше - 18 сигарет на день, а в країнах, що розвивають­ся, - 14 сигарет. У типовій сигареті міститься 8-9 мг нікотину, в сигарі - 100-200 мг. У п'яти сигаретах міститься смертельна для людини кількість нікоти­ну, однак з кожної сигарети курець отримує лише1-2 мг, інша його кількість згорає або залишається в недопалку. Курців рятує лише те, що смертельна доза нікотину вво­диться в організм не одразу, а по­ступово (З газети).

(72 слова)

**ОРФОГРАМИ:**

Написання сполучень ЙО,ЬО.

Написання ненаголошених голосних у коренях слів

Чергування У-В.

Уживання м’якого знака.

Уживання м’якого знака.

Правопис НЕ, НІ з різними частинами мови.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в складному реченні.

ДИКТАНТИ-ПЕРЕКЛАДИ

 І. Четыре, пять, семь, восемь, девять, одиннадцать, двенадцать, четырнадцать, пятнадцать, шестнадцать, девятнадцать, пятьдесят, шестьдесят, восемьдесят, девяносто, четыреста, семьсот, девятьсот, миллион, миллиард.

 ІІ. Двумя, тремя, четырьмя, пятью, семнадцатью, тридцатью, пятьюдесятью, восемьюдесятью, двумястами, четырьмястами, девятьюстами, шестнадцатью, шестьюдесятью, шестьюстами, сорока, девяноста, семерыми.

КОНТРОЛЬНИЙ ДИКТАНТ

**Що таке калорійність їжі**

 Білки, жири, вуглеводи – це ніби паливо для нашого організму, без якого він не може рости, виконувати свої функції. Під час засвоєння будь-якого харчового продукту виділяється

-51-

енергія. Цю енергію вимірюють у калоріях або кілокалоріях.

 Якою має бути калорійність добового раціону для підлітків 11-12 років? За підрахунками вчених, вона має сягати 2350-2750 кілокалорій. Скільки при цьому потрібно вживати білків, жирів, вуглеводів? Доведено, що для 11-12-річних дівчаток і хлопчиків продукти харчування мають містити: білків – 96 грамів, жирів – 96 грамів, вуглеводів – 382 грамів. Білки та жири бувають тваринного й рослинного походження, їх співвідношення має становити відповідно 60 і 40 % (З підручника).

(99 слів)

**ОРФОГРАМИ:**

Правопис НЕ, НІ з різними частинами мови.

Подовження приголосних.

Написання займенників.

Чергування У-В.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

Розділові знаки в кінці речень.

Тире між підметом і присудком.

Розділові знаки в складному реченні.

**ЗАЙМЕННИК**

ВИБІРКОВИЙ ДИКТАНТ

Виписати займенники, визначити розряди за значенням.

**Перша допомога при харчових отруєннях**

**та кишкових інфекціях**

 Ознаки харчового отруєння з’являються за кілька годин. До них належать загальне нездужання, хваткоподібний біль у животі, нудота й блювота. Усі ці ознаки свідчать про те, що організм намагається захис­тити себе від бактерій та отруйних речовин.

 Допомогу при харчових отруєннях слід надавати якомога швидше. Насамперед потрібно негайно викликати «швидку допомогу». Але до її приїзду можна встигнути дещо зробити. Основне завдання — вивести отруту з організму потерпілого. Слід промити йому шлунок: дати випи­ти п’ять-шість склянок теплої води, додаючи в кожну одну чайну ложку питної соди або

-52-

кілька кристалів марганцівки. Потім викликати в потер­пілого блювоту. Після великої кількості випитої води вона з’являється мимовільно. Процедуру повторити не менше п’яти разів. Усього для про­мивання шлунка потрібно п’ять-шість літрів води. Коли блювота закін­читься, слід дати хворому три-чотири склянки міцно завареного чаю й проносне. Якщо хворого знобить, його потрібно зігріти, тепло вдягнувши або обклавши грілками.

 Дуже важкими є отруєння дітей грибами. При таких отруєннях не можна гаяти жодної хвилини. Потрібно терміново викликати «швидку допомогу»! Але до її приїзду можна дати потерпілому холодної підсоле­ної води. Приготувати її дуже легко — розчинити одну столову ложку солі в одному літрі води. Після цього треба спробувати викликати в потер­пілого блювоту. Якщо «швидка» ще не приїхала, можна дати потерпілому активованого вугілля (З санітарного бюлетеня).

( 182 слова)

**ОРФОГРАМИ:**

Подовження приголосних.

Правопис прислівників.

Правопис НЕ, НІ з різними частинами мови.

Написання займенників.

Написання сполучень ЙО,ЬО.

Уживання м’якого знака.

Уживання апострофа.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

Розділові знаки в кінці речень.

Тире між підметом і присудком.

Розділові знаки в складному реченні.

Розділові знаки в реченнях із відокремленими членами речення.

СЛОВНИКОВИЙ ДИКТАНТ

 Нічий, будь-хто, якомусь, будь-чому, будь у чому, хтозна-який, будь-чий, будь з ким, декого, казна-що, який-небудь, дечиїх, кимось, ні в чий, ні в що, нікотрий, ні з ким, ні в тих, ні до кого, ніякому, ні в якому, ні з чиєю, ні на чому, ніким, ні з ким, для нього, у нього, з ним.

ДИКТАНТ З ОБГРУНТУВАННЯМ

-53-

**Чи впливає спілкування на здоров’я**

 Спілкуючись із друзями, близькими чи чужими людьми, ви мимоволі впливаєте на їхній емоційний стан, а отже, і на здоров’я. Наприклад, відомо, що добре слово лікує, підбадьорює, надає співрозмовнику впевненості у своїх силах. І навпаки, злі слова можуть глибоко вразити людину, змусити її страждати.

 Однак потерпає не тільки людина, котру образили. Виявляється злопам’ятні, неврівноважені та агресивні люди частіше хворіють на грип та інші простудні захворювання.

 Щоб зберегти власне здоров’я та здоров’я людей, з якими ви спілкуєтесь, учіться стримувати негативні емоції, не дозволяйте негативним почуттям заволодіти вами. Пам’ятайте, що здоров’я також погіршують почуття провини, розчарування, невпевненості в собі, надмірна вразливість. Якщо ви виявили в собі схильність до таких почуттів, починайте психологічне загартовування. Спробуйте знайти причину негативних почуттів і намагайтеся позбутися їх, постійно повторюючи подумки: «Я можу» (За І. Кузьміною).

(124 слова)

**ОРФОГРАМИ:**

Написання прислівників.

 Правопис приголосних.

Уживання м’якого знака.

Уживання апострофа.

Написання сполучень ЙО,ЬО.

Подовження приголосних.

Написання ненаголошених голосних у коренях слів.

Правопис частки НЕ з іншими словами.

Чергування У-В.

Чергування І-Й.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в реченнях із відокремленими членами речення.

Розділові знаки в реченнях із вставними словами.

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

Розділові знаки в реченнях з прямою мовою.

Розділові знаки в складному реченні.

ВІДТВОРЕНИЙ ДИКТАНТ

За виписаними займенниками відтворити текст.

-54-

**Про шкоду вживання алкоголю**

 Потрапляючи в шлунок, алкоголь стимулює виділення шлункового соку. Однак цей сік за своїм складом сильно відрізняється від нормального: у ньому багато соляної кислоти, що обпікає слизову оболонку шлунка й призводить до її відмирання. Виникають такі захворювання, як гастрит, виразкова хвороба шлунка й дванадцятипалої кишки, ентероколіти, які супроводжуються запорами або проносами.

 Головною мішенню алкоголю є печінка, оскільки в ній відбувається знешкодження майже 98 % алкоголю, який надходить разом із кров'ю! Перевантажена алкоголем печінка починає руйнуватися (З журналу).

(72 слова)

**ОРФОГРАМИ:**

Уживання м’якого знака.

Уживання апострофа.

Подовження приголосних.

Написання ненаголошених голосних у коренях слів.

Написання складних слів.

Написання префіксів ПРЕ-, ПРИ-, ПРІ-, ПЕРЕ-.

Чергування І-Й.

Чергування У-В.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в реченнях із відокремленими членами речення.

Розділові знаки в кінці речень.

Розділові знаки в складному реченні.

ВЗАЄМОПЕРЕВІРНИЙ ДИКТАНТ

**Як нікотин отруює організм**

 Нікотин є отрутою. Перша спроба закурити завжди завершується сильним кашлем, нудотою, запамороченням, різким розслабленням м’язів, зблідненням. Так організм намагається протидіяти потраплянню до нього будь-якої отрути. Він ніби попереджає, що слід зупинися цього!

 Що змушує людину свідомо повторювати ці неприємні відчуття, аж поки не з’явиться психологічна та фізична

-55-

залежність? Здебільшого курцями стають ті, хто призвичаївся до тютюнокуріння з дитинства чи підліткового віку. Зазвичай, подорослішавши, людина завжди шкодує, що почала курити, але позбутися цієї звички надзвичайно складно. Людина-курець, позбавлена змоги закурити, відчуває головний біль, роздратування, неспокій, пригнічення, непоборне бажання закурити.

 Часто курці виправдовують свою звичку тим, що нікотин, начебто, знімає напруження, заспокоює. Насправді це нетривалий ефект, оскільки організм уже звик до нікотину й не може нормально без нього функціонувати. Викурена сигарета дає лише тимчасове полегшення.

 Організм, що росте, удвічі чутливіший до нікотину, ніж дорослий. Тому звикання настає набагато швидше (З журналу).

(138 слова)

**ОРФОГРАМИ:**

Уживання великої літери.

Написання сполучень ЙО,ЬО.

Написання ненаголошених голосних у коренях слів.

Написання слів іншомовного походження.

Уживання м’якого знака.

Уживання апострофа.

Подовження приголосних.

 Написання займенників.

Написання префіксів ПРЕ-, ПРИ-, ПРІ-, ПЕРЕ-.

Написання прислівників.

Написання прикладок.

Написання префіксів РОЗ-,БЕЗ-.

Чергування І-Й.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

Розділові знаки в кінці речень.

Розділові знаки в складному реченні.

КОНТРОЛЬНИЙ ДИКТАНТ

**Підтримка друзів-однодумців**

 Виробництво сигарет – надприбутковий бізнес. Тому, щоб заохотити людей до куріння, створюють дуже привабливу рекламу. Це насамперед вигляд гарних, упевнених у собі,

щасливих молодих людей поряд з красиво оформленими

-56-

стильними пачками сигарет, різні акції з привабливими призами тощо.

 У школі ви багато дізнались про шкідливість куріння.

 Можливо, вже вирішили, що ніколи не будете курити. Але деякі ваші знайомі в школі та дворі, копіюючи не дуже розумних старшокласників, намагаються курити й пропонують вам. Де взяти сміливість відмовити їм і не втратити добрі стосунки? У цьому вам допоможе насамперед спорт, який несумісний із курінням, також друзі-однодумці. Вони підтримають ваше небажання курити в компанії (З журналу).

(100 слів)

**ОРФОГРАМИ:**

Подовження приголосних.

Уживання м’якого знака.

Написання прислівників.

Написання префіксів ПРЕ-, ПРИ-, ПРІ-, ПЕРЕ-. Написання займенників.

Написання ненаголошених голосних у коренях слів.

Правопис частки НЕ з іншими словами.

Написання сполучень ЙО,ЬО.

Написання прикладок.

Чергування У-В.

Чергування І-Й.

Подовження приголосних.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Тире між підметом і присудком.

Розділові знаки в складному реченні.

Розділові знаки в кінці речень.

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

Розділові знаки в реченнях із відокремленими членами речення.

**ДІЄСЛОВО**

ВИБІРКОВИЙ ДИКТАНТ

Виписати дієслова.

 Тютюновий дим порушує роботу ферментів у ле­генях, унаслідок чого вони починають руйнувати ле­геневу тканину. Кров курця погано насичується кис­нем. Оскільки потреба в ньому задовольняється часті­шим диханням, то виникає

-57-

задишка. Тютюновий дим викликає спазми бронхів, у наслідку чого курець дихає гучно, зі свистом і періодично зазнає нападів ядухи.

 Найнебезпечнішим захворюванням є облітеруючий ендартеріїт— хвороба курця. При цьому захворюван­ні запалюються оболонки судин ніг, порушується кро­вопостачання м'язів, у м'язах з'являється різкий біль, а на кінцівках — набряки й виразки. Курець починає накульгувати. Подолати цю кульгавість практично не­можливо. Через любов до тютюну людина може стати справжнім інвалідом уже в молодому віці. Відомі ви­падки ампутації кінцівок, вражених облітеруючим ендартеріїтом, у пацієнтів 25 років.

 У курців поступово слабшають смакові відчуття, руйнуються клітини слизової оболонки порожнини рота й стравоходу, цілісність зубної емалі: вона вкривається тріщинами й жовкне (З підручника).

(127 слів)

**ОРФОГРАМИ:**

Написання прислівників.

Написання ненаголошених голосних у коренях слів.

Уживання м’якого знака.

Чергування У-В.

Правопис приголосних.

Правопис НЕ, НІ з різними частинами мови.

Подовження приголосних.

 Написання складних слів.

Чергування І-Й.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

Розділові знаки в складному реченні.

Тире між підметом і присудком.

 Тире в простому реченні.

Розділові знаки в реченнях із відокремленими членами речення.

ДИКТАНТ З ОГРУНТУВАННЯМ

 Роблячи вибір між алкоголем і відмовою від нього, ви маєте зважати на таке.

 Алкоголь порушує мозковий кровообіг, руйнує су­дини мозку, призводить до кисневого голодування клі­тин мозку та їхньої загибелі, унаслідок чого порушу­ються психічні процеси.

-58-

 Алкоголь подразнює слизові оболонки рота, язика, гортані, руйнує поверхневі шари язика й призводить до втрати смакових відчуттів.

 Вживання алкоголю призводить до враження підшлункової залози: виникнення такого небезпечного захворювання, як панкреатит. Панкреатит особливо небезпечний у молодому віці.

 Уживання алкоголю негативно позначається на діяльності нирок, тому що вони разом із печінкою знешкоджують алкоголь в організмі.

 Алкоголь «вимиває» з працюючого серцевого м'яза мікроелементи: іони калію, магнію, кальцію, які забезпечують нормальну роботу серця. Унаслідок цього з'являються болі в серці, задишка й посилене серцебиття, загальна слабкість. Алкоголь порушує роботу ендокринних залоз, що є особливо небезпечним у підлітковому віці, бо від нормального функціонування ендокринної системи залежать ріст і розвиток (З журналу).

(137 слів)

**ОРФОГРАМИ:**

Чергування І-Й.

Написання сполучень ЙО,ЬО.

Написання префіксів ПРЕ-, ПРИ-, ПРІ-, ПЕРЕ-.

Написання складних слів.

Подовження приголосних.

Правопис частки НЕ з іншими словами.

Уживання м’якого знака.

Уживання апострофа.

Чергування У-В.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в реченнях із відокремленими членами речення.

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

Розділові знаки в складному реченні.

СЛОВНИКОВИЙ ДИКТАНТ

 Нехтувати, невгавати, незчутися, ненавидіти, непокоїтися, захлинутися, минати, тривожитись, розкинутись, здійснитись, тремтіти, жестикулювати, каламутити, зітхати, схилитися, прислухатися, розповісти.

РОЗПОДІЛЬНИЙ ДИКТАНТ

-59-

Записати дієслова в дві колонки: в першу – неозначену форму, у другу - особові форми.

 Працювати, працюють, зроблять, зробити, осягнути, осягнуть, розуміють, розуміти, рятувати, рятують, визволять, визволяти, дякувати, дякують, вживають, вживати, порушувати, порушують, належати, належать, страждають, страждати.

ТВОРЧИЙ ДИКТАНТ

Дописати слова-синоніми з *не-* або *недо-.*

 Турбуватись (непокоїтись), ганьбити (неславити), хворіти (недужати), ігнорувати (нехтувати), примушувати (неволити), погано бачити (недобачати), допустити помилки (недодивитись), погано харчуватися (недоїдати).

ВИБІРКОВО-РОЗПОДІЛЬНИЙ ДИКТАНТ

 Випишіть дієслова у три колонки: в першу – минулого часу, у другу –

теперішнього, у третю – майбутнього.

 Вживання великої дози алкоголю спричиняє гостре алкогольне отруєння – спочатку виникає глибокий алкогольний сон, потім може розвинутися серцева слабкість, пригнічення дихання, що призводить до смерті. Якщо так сталося з кимось із ваших знайомих, не зволікайте з допомогою дорослих і лікарів. Кожна хвилина може стати вирішальною.

 Алкоголь потрапляє зі шлунка в кров у середньому через 2 хвилини після вживання. Це одразу порушує роботу нервової системи та внутрішніх органів. Людина може втратити здатність керувати собою. Зовнішньо це проявляється збудженням, безпричинно радісним настроєм, розв’язністю. Людина може здійснити такі вчинки, які, перебуваючи в тверезому стані, ніколи б не зробила. Під тривалою дією алкоголю вона перестає правильно оцінювати життєві ситуації (З журналу).

(103 слова).

**ОРФОГРАМИ:**

Подовження приголосних.

Написання префіксів З-,С-.

Написання ненаголошених голосних у коренях слів.

Написання префіксів РОЗ-,БЕЗ-.

Написання займенників.

Чергування У-В.

-60-

Написання сполучень ЙО,ЬО.

Правопис НЕ, НІ з різними частинами мови.

Уживання м’якого знака.

Уживання м’якого знака.

Написання префіксів ПРЕ-, ПРИ-, ПРІ-, ПЕРЕ-.

Уживання апострофа.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Тире між підметом і присудком.

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

Розділові знаки в складному реченні.

ТВОРЧИЙ ДИКТАНТ

Поставити дієслова у формі наказового способу.

**Основи правильного харчування**

 1. Перед їдою (мити) руки. 2. (Побажати) всім, хто з вами за столом, смачного. 3. (Класти) у тарілку стільки, скільки зможете з’їсти. 4. (З’їсти) все, що поклали в тарілку. 5. (Їсти) повільно, ретельно пережовуючи їжу. 6. (Жувати) їжу лише із закритим ротом. 7. (Їсти) тільки за столом. 8. Правильно (користуватися) ложкою, виделкою, ножем. 9. Встаючи з-за столу, (подивитися), чи нічого не пролито, чи немає крихт. Якщо є, то (прибрати) після себе. 10. Обов’язково (подякувати) за їжу (З підручника).

ДИКТАНТ «ПЕРЕВІР СЕБЕ»

**Невдалий похід**

 Одного разу в суботу вранці ми вирушили в похід . Подивилися на чисте, ясне небо й зраділи: яке щастя, буде прекрасна погода!

 І справді, день був гарний, але дуже жаркий. Зупинилися на

відпочинок біля маленького лісового озера. Було жарко, так і хотілося у воду. Але ми прекрасно знали, що в незнайомому місці купатися не можна.

 Сиділи й розмовляли, як раптом почули: «Рятуйте!» Ми дуже злякалися, а Василько відразу скочив у воду й ледве врятував

хлопчика. Це був Віктор. Ми не помітили, коли він пішов.

-61-

 Були раді, що все так щасливо скінчилося, але гарний настрій пропав. Нам довелося відразу ж повернутися (За Н. Поліщук).

(99 слів)

**ОРФОГРАМИ:**

Написання прислівників.

Написання прислівників.

Написання префіксів ПРЕ-, ПРИ-, ПРІ-, ПЕРЕ-.

Уживання м’якого знака.

Чергування У-В.

Чергування І-Й.

Правопис НЕ, НІ з різними частинами мови.

Написання префіксів РОЗ-,БЕЗ-.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

Розділові знаки в кінці речень.

Розділові знаки в складному реченні.

Розділові знаки в реченнях з прямою мовою.

КОТРОЛЬНИЙ ДИКТАНТ

 Вживання наркотиків може призвести до порушення роботи легенів, серцево-судинної і травної систем. Печінка, що знешкоджує в організмі от­руту, борючись із наркотиком, перевантажується й починає руйнуватися.

 Підліток-наркоман стає пасивним, в’ялим, повільним або, навпаки, агресивним, злим і задерикуватим. Він хворий фізично, соціально, психічно, інтелектуально. Підлітки-наркомани стають менш кмітливими, вони не можуть зосередитися, у них зникає здатність засвоювати новий навчальний матеріал. Навіть невеликі дози наркотику порушують процеси нормального росту, розвитку та статевого дозрівання підлітка.

 Наркоман належить до групи ризику інфікування ВІЛ. У переважній більшості випадків прийом наркотиків закінчується великим стражданням та невчасною смертю (З журналу).

(90 слів)

**ОРФОГРАМИ:**

Подовження приголосних.

Написання префіксів ПРЕ-, ПРИ-, ПРІ-, ПЕРЕ-.

Написання складних прикметників.

-62-

Написання префіксів З-,С-.

Чергування У-В.

Чергування І-Й.

Уживання м’якого знака.

Уживання апострофа.

Написання прикладок.

Правопис НЕ, НІ з різними частинами мови.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в складному реченні.

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

-63-