**8 клас**

**СИНТАКСИС ТА ПУНКТУАЦІЯ**

**СЛОВОСПОЛУЧЕННЯ І РЕЧЕННЯ**

ПОПЕРЕДЖУВАЛЬНІ, ПОЯСНЮВАЛЬНІ,

КОМЕНТОВАНІ ДИКТАНТИ

**Феномен життя і здоров’я людини**

І. Насамперед життя - це унікальне явище, феномен. Кожний феномен - цілісне явище. Але це цілісне водночас складається з невід'ємних частин, переплетених так, що їх часом важко виокремити.

На Землі існує багато різних форм життя. Дивує чисельність і розмаїття живого. Проте й нині немає одностайності щодо механізмів виникнення життя. Проте все живе має спільні ознаки.

Кожний феномен має свої особливі, неодмінні ознаки, кожну з яких вважають теж феноменом.

Однією з неодмінних ознак живого є феномен здоров'я. Завдяки цьому феномену тривалість життя збільшується, а його якість поліпшується. Особливого значення набуває здоров'я для унікальної живої істоти - людини, бо воно є умовою її гармонійної життєдіяльності (З журналу).

(99 слів)

Поясніть лексичне значення слова «феномен».

**ОРФОГРАМИ:**

Написання прислівників.

Подовження приголосних.

Правопис НЕ, НІ з різними частинами мови.

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

Уподібнення приголосних.

Уживання великої літери.

Написання сполучень ЙО,ЬО.

Написання ненаголошених голосних у коренях слів.

-82-

Написання префіксів РОЗ-,БЕЗ-.

Написання префіксів З-,С-.

Чергування І-Й.

Подвоєння приголосних.

Уживання м’якого знака.

Уживання апострофа.

Написання складних слів.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Тире між підметом і присудком.

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

Розділові знаки в реченнях із відокремленими членами речення.

Розділові знаки в складному реченні.

ІІ. Кожна людина - неповторна. У цьому полягає її цінність. Поєднання окремих індивідуальностей створює диво - феномен, яким є людське суспільство Землі.

Це диво збагачується кожною людиною, яка вже жила, живе чи буде колись жити. Ось чому життя кожного неповторне і дорогоцінне.

Здоров'я людини багатовимірне, багатогранне, складне. Його основні складові - фізична, соціаль­на, психічна, духовна - рівнозначно важливі й особливі. У кожного вони переплітаються, доповнюють одна одну, взаємоузгоджуються, утворюючи ціліс­ність, своєрідне явище - феномен індивідуального здоров'я. Завдяки цьому людина живе, визначає свої потреби й можливості, планує свої дії задля збере­ження життя й зміцнення свого здоров'я та здоров'я інших.

Як і будь-який феномен, здоров'я змінюється, тому воно - не лише стан у конкретний момент жит­тя, а ще й процес постійних змін. Але ці зміни мо­жуть бути лише в певних межах, за якими вже починається хвороба (З журналу).

(З журналу).

**ОРФОГРАМИ:**

Правопис НЕ, НІ з різними частинами мови.

Подовження приголосних.

Уживання великої літери.

Написання сполучень ЙО,ЬО.

Написання ненаголошених голосних у коренях слів.

Уживання м’якого знака.

-83-

Уживання апострофа.

Чергування І-Й.

Написання займенників.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Тире між підметом і присудком.

Розділові знаки в складному реченні.

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

ІІІ. Якщо людина знає межі свого здоров'я, вона вміло й раціонально зберігає та зміцнює його. А, захворівши, намагається відновити втрачене здоров'я й поліпшити його якість. Той, хто дбає не лише про себе, пам'ятає, що батьки йому подарували життя й здоров'я, прагне це все передати своїм нащадкам. Так зберігається й передається здоров'я не лише окремої людини, а й родин, спільнот людей, суспільства загалом.

Феномен здоров'я розглядають як стани, явища і процеси формування, збереження, зміцнення, від­новлення і передачі фізичної, психічної, соціальної І духовної складових людини. Здоров'я мають людина, групи людей, суспільство в цілому (З журналу).

(90 слів)

Поясніть лексичне значення слова «нащадкам».

**ОРФОГРАМИ:**

Уживання м’якого знака.

Уживання апострофа.

Подовження приголосних.

Написання сполучень ЙО,ЬО.

Чергування І-Й.

Написання ненаголошених голосних у коренях слів.

Правопис НЕ, НІ з різними частинами мови.

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

Написання префіксів З-,С-.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в складному реченні.

Розділові знаки в реченнях із відокремленими членами речення. -84-

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

СЛОВНИКОВІ ДИКТАНТИ

І. Впевнено йде, збереження здоров’я, світова громадськість, невід’ємні частини, розмаїття живого, перемоги українських параолімпійців, кількісні та якісні показники, алкогольне сп’яніння, генофонд нації, психічні та розумові вади, порушений обмін речовин, розвиток різних захворювань, наркотичні речовини, неповторна особистість, пізнавальна функція людини, завдяки пам’яті, обробляється інформація, життєві цінності.

ІІ. Контролює свої бажання, розуміння цінності життя, перетворювальна діяльність людини,кожний господар своєї долі, неабиякі можливості, не вміючи плавати, масаж серця, важлива проблема сучасності, застосувати методи профілактики, попередити розвиток захворювання, соціальна зрілість, адекватне самооцінювання, морально-історичні здобутки суспільства, захищати своє право, життєвий досвід та мудрість дорослих.

Поясніть лексичне значення слова «розмаїття».

ВИБІРКОВО-РОЗПОДІЛЬНИЙ ДИКТАНТ

Вибрати словосполучення і записати їх у різні колонки, залежно від того, до якої частини мови належить головне слово.

**Психічна складова здоров’я**

Психічна складова здоров'я - багатогранна. Вона визначає

розвиток людини як особистості, забезпечує її адаптацію в

соціальному середовищі. Дає можливість людині пізнати себе,

реалізувати власні здібності. Умовою формування цієї складової

здоров'я є розвиток різноманітних емоцій та почуттів, уміння

контролювати й керувати ними, зменшувати шкідли­вий вплив

чинників, що спричиняють стрес. Спри­яють зміцненню психічної

складової здоров'я нави­чки спілкування. Завдяки власним

зусиллям людина вдосконалює індивідуальні психологічні

особливості - характер і темперамент. У кожного по-особливому

формуються й виявляються увага, пам'ять, мислення, які можна

розвивати за допомогою спеціальних вправ.

Індивідуальні особливості людини виявляють­ся в її поведінці, способах самовираження й самооцінювання. Завдяки

-85-

психологічним особливостям людина визначає свій рівень психологічної зрілості. Це - одна з основ та обов'язкова умова гармонійного розвитку здорової особистості (За О. Шевчук).

(112 слів)

Поясніть лексичне значення слова «адаптація».

**ОРФОГРАМИ:**

Уживання м’якого знака.

Уживання апострофа.

Подовження приголосних.

Написання префіксів РОЗ-,БЕЗ-.

Чергування У-В.

Чергування І-Й.

Написання префіксів З-,С-.

Написання прислівників.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Тире між підметом і присудком.

Розділові знаки в складному реченні.

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

ВІДТВОРЕНИЙ ДИКТАНТ

За виписаними словосполученнями відтворити текст.

**Жартувати з водою небезпечно**

Не ризикуйте, пірнаючи в незнайомих і заборонених місцях. Купайтеся в спеціально відведеному місці, не запливайте за буйки, уникайте грубих пустощів на воді, тому що вони небезпечні.

Тривале перебування у воді призводить до переохолодження тіла, ознобу, судороги. Тому тривалість кожного сеансу не повинна перевищувати десяти – п’ятнадцяти хвилин.

Не вміючи плавати, не заходьте у воду вище пояса. До теплоходів і катерів близько не підпливайте.

Намагайтеся пливти за течією, поступово наближаючись до берега. Уникайте вирів. Вони затягують на таку глибину і з такою силою, що навіть досвідчений плавець не завжди може звідти випливти.

-86-

Але якщо ви потрапили у вир, наберіть у легені побільше повітря, пірніть і зробіть сильний ривок у бік за течією.

Вчиться плавати самі й подавати допомогу потопаючому (З підручника).

(117 слів)

**ОРФОГРАМИ:**

Правопис НЕ, НІ з різними частинами мови.

Чергування У-В.

Чергування І-Й.

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

Подовження приголосних.

Уживання м’якого знака.

Уживання апострофа.

Написання ненаголошених голосних у коренях слів.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в реченнях із відокремленими членами речення.

Розділові знаки в складному реченні.

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

ДИКТАНТ-ПЕРЕКЛАД

**Приди на помощь**

Приятно промчаться на коньках по зеркальной поверхности льда, скатиться на лыжах с крутого берега водоема. Приятно, но и

опасно, если место незнакомо и неисследовано. Ведь лед, особенно в начале зимы, еще не окреп, но даже на окрепшем льду бывают полыньи и проруби. Все это может привести к несчастным случаям.

Если с вашим товарищем случилась беда, и он провалился под лед, немедленно придите ему на помощь. Оказывая помощь, придерживайтесь следующих правил.

К месту пролома не подходите, а приближайтесь лежа, ползком, иначе вы рискуете сами провалиться под лед.

Если у вас под рукой окажется доска, шест или багор,

-87-

толкайте один из этих предметов перед собой и подавайте пострадавшему за три – пять метров от провала. Затем тяните пострадавшего на берег или на крепкий лед.

Если вы провалились под лед, немедленно зовите на помощь. Пока она подоспеет, старайтесь сохранить спокойствие, не барахтайтесь в воде, попытайтесь опереться грудью о кромку льда и продвигаться вперед, пока не достигнете берега или безопасного места (З підручника).

(156 слів)

КОНТРОЛЬНИЙ ДИКТАНТ

**Загартування – перший крок до зміцнення здоров’я**

Ви, мабуть, не раз замислювалися над тим, чому деякі ваші однокласники хворіють частіше за інших, а дехто не хворіє зовсім? У чому секрет?

Секрет дуже простий – загартовування природними чинниками: сонцем, повітрям і водою. Воно сприяє збереженню й зміцненню вашого здоров’я, а якщо потоваришуєте ще й з фізичною культурою, то будете активними, добре вчитиметеся й обов’язково досягнете своєї мети.

Під час загартовування ретельно стежте за своїм здоров’ям, вміло дозуйте процедури. Без поважних причин не припиняйте загартовувальні процедури. Пам’ятайте, що після припинення процедур ефект від загартовування різко знижується вже через 5-6 днів і майже зникає через два тижні. Після вимушеної перерви інтенсивність процедур загартовування нарощуйте поступово.

Отже, змусити себе розпочати загартовування нелегко. Потрібно докласти певних зусиль, проявити волю. А таке не кожному під силу. Тому виховуйте себе, не лінуйтеся! Це дуже допоможе вам у майбутньому дорослому житті (За І. Кузьміною).

(135 слів)

Поясніть лексичне значення слова «дозування».

**ОРФОГРАМИ:**

Уживання м’якого знака.

Уживання апострофа.

Подовження приголосних.

Написання займенників.

Чергування У-В.

-88-

Чергування І-Й.

Написання ненаголошених голосних у коренях слів.

Написання префіксів З-,С-.

Правопис НЕ, НІ з різними частинами мови.

Написання сполучень ЙО,ЬО.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в реченнях із вставними словами

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

Розділові знаки в кінці речень.

Тире між підметом і присудком.

Розділові знаки в складному реченні.

**ДВОСКЛАДНЕ ПРОСТЕ РЕЧЕННЯ**

**ГОЛОВНІ ЧЛЕНИ РЕЧЕННЯ**

**ТИРЕ МІЖ ПІДМЕТОМ І ПРИСУДКОМ**

ДИКТАНТ З ОБГРУНТУВАННЯМ

**Збереження здоров’я – важлива проблема сучасності**

Збереження, зміцнення та відновлення здоров'я - важлива проблема. Адже здоров'я - одна з основних цінностей людини, головна умова для задоволен­ня її матеріальних та духовних потреб. Від рівня здоров'я громадян залежить розв'язання соціально-економічних, демографічних та інших проблем у державі.

Людина має право на здоров’я, але права людини тісно пов’язані з її відповідальністю. Відповідальність – це характерна риса особистості. Здоров’я – це ваша ключова характеристика як людини й ваша відповідальність. Ви мусите вміти берегти своє індивідуальне здоров’я.

Здоровий спосіб життя – це практичні дії, спрямовані на запобігання захворюванням, зміцнення всіх систем організму й поліпшення загального самопочуття людини. Спосіб життя змінюється з віком, а також у зв’язку зі зміною потреб. Він має бути забезпечений енергетично, передбачати зміцнення здоров’я, мати свій розпорядок і ритм (З підручника ).

(115 слів)

-89-

Пояснити лексичне значення слова «демографічні».

**ОРФОГРАМИ:**

Написання прислівників.

Уживання м’якого знака.

Уживання апострофа.

Подовження приголосних.

Написання ненаголошених голосних у коренях слів.

Написання сполучень ЙО,ЬО.

Чергування У-В.

Чергування І-Й.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

Тире між підметом і присудком.

Розділові знаки в складному реченні.

ПОПЕРЕДЖУВАЛЬНІ, ПОЯСНЮВАЛЬНІ,

КОМЕНТОВАНІ ДИКТАНТИ

І. 1. Здоров’я – всьому голова *(З народної мудрості).* 2. Здоров’я – найдорожчий скарб *(З народної мудрості).* 3. Їж – не переїдайся, пий – не перепивайся, говори – не переговорюйся, то будеш здоров *(З народної мудрості).* 4. Найбільше щастя в житті – здоров’я *(З народної мудрості).* 5. Світ великий – було б здоров’я. *(З народної мудрості).* 6. Худоба – річ набута, а здоров’я ні. *(З народної мудрості).* 7. Вино і горілку полюбив – честь загубив. *(З народної мудрості).* 8. Горілку полюбив – родину погубив. *(З народної мудрості).* 9. Здоров’я – не все, але без здоров’я ніщо. *(За Платоном*). 10. Здоров’я – мудрих гонорар *(За П’єром Жан Беранж).*

**ОРФОГРАМИ:**

Написання сполучень ЙО,ЬО.

Уживання м’якого знака.

Уживання апострофа.

Подовження приголосних.

Чергування приголосних.

Правопис НЕ, НІ з різними частинами мови.

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

-90-

**ПУНКТОГРАМИ:**

Тире між підметом і присудком.

Розділові знаки в складному реченні.

ІІ. 1. Здорове тіло – це прекрасно; здоровий дух – ще краще; але найважливіше – як для людини, так і для нації – характер, сума тих чеснот, які роблять чоловіка хорошим чоловіком, а жінку – хорошою жінкою (За *Теодором Рузве).* 2. Завдяки власним зусиллям людина вдосконалює індивідуальні психологічні особливості – характер і темперамент (За *Теодором Рузве).* 3. Психологічна зрілість – це одна з основ та обов’язкова умова гармонійного розвитку здорової особистості (За *Теодором Рузве)*. 4. Пароолімпійці – спортсмени, учасники олімпіади, які мають різні вади зору, слуху, опорно-рухового апарату тощо (З журналу).

Поясніть значення слова «пароолімпійці».

**ОРФОГРАМИ:**

Написання ненаголошених голосних у коренях слів.

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

Чергування приголосних.

Подовження приголосних.

Написання складних прикметників.

Уживання м’якого знака.

Чергування І-Й.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

Тире між підметом і присудком.

Розділові знаки в складному реченні.

ІІІ. 1. Кожна людина – неповторна особистість, бо має притаманне лише їй поєднання різноманітних якостей (З журналу). 2. Насамперед здоров’я – це умова свободи життя людини (З журналу). 3. Життя – це унікальне явище, феномен. Кожний феномен – цілісне явище (З журналу). 4. Унаслідок вживання наркотиків виникає захворювання – наркоманія, що призводить до глибокого виснаження організму людини, порушення його життєвих функцій(З журналу).

-91-

**ОРФОГРАМИ:**

Правопис НЕ, НІ з різними частинами мови.

Уживання м’якого знака.

Уживання апострофа.

Подовження приголосних.

Написання прислівників.

Написання ненаголошених голосних у коренях слів.

Написання прислівників.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Тире між підметом і присудком.

Розділові знаки в складному реченні.

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

ВЗАЄМОПЕРЕВІРНИЙ ДИКТАНТ

**Здоров’я – ключова характеристика людини**

За визначенням Всесвітньої організації охорони здоров’я, здоров’я – це стан повного фізичного, духовного й соціального благополуччя, а не лише відсутність хвороб і фізичних вад. Крім того, це ще й ключова характеристика людини. Саме здорові люди потрібні суспільству. Для того, щоб зберегти здоров’я, слід уміти вести здоровий спосіб життя. Такий спосіб життя включає в себе всі необхідні умови для нормального фізичного розвитку, особистісного й інтелектуального зростання, духовного розвитку. Уже з підліткового віку відповідальність за збереження вашого здоров’я стає вашою власною відповідальністю. Здоров’я – це ваша ключова характеристика як людини й ваша відповідальність (З журналу).

(89 слів)

**ОРФОГРАМИ:**

Уживання великої літери.

Написання сполучень ЙО,ЬО.

Написання ненаголошених голосних у коренях слів.

Написання префіксів З-,С-.

Уживання м’якого знака.

Уживання апострофа.

Подовження приголосних.

Чергування І-Й.

-92-

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

Тире між підметом і присудком.

Розділові знаки в складному реченні.

КОНТРОЛЬНИЙ ДИКТАНТ

**Хвороби, спричинені неякісним,**

**незбалансованим харчуванням**

Неякісне й незбалансоване харчування може спричинити різні захворювання — гастрит, виразку шлунка, авітаміноз тощо. Порушення правил харчування призводить також до інфекційних захворювань та отруєнь. Від неправильного харчування страждають зуби, виникає карієс.

Гастрит— це запалення слизової оболонки шлун­ка. Причини

гастриту бувають різні. Одна з них — не­раціональне харчування.

Основні, найбільш упізнавані симптоми гастриту, — біль, печіння «під ложечкою», постійна нудота, блювота.

Виразкова хвороба шлунка— це хронічне захво­рювання, яке розвивається при порушенні функціо­нального стану шлунка. Розвиткові виразкової хво­роби сприяють спадкова схильність, порушення ре­жиму й характеру харчування, шкідливі звички.

Карієс зубів— це процес розм’якшення твердих тканин зуба з подальшим утворенням дефектів у виг­ляді порожнини. До карієсу зубів призводить незбалан­соване харчування з надмірним уживанням вуглеводів, а також недостатній гігієнічний догляд за зубами. Із вуглеводів на емалі зубів утворюється м’який зубний наліт. На ньому поселяються бактерії, які починають руйнувати зуб (З санбюлетеня).

(132 слів)

Пояснити лексичне значення слова «незбалансоване».

**ОРФОГРАМИ:**

Правопис НЕ, НІ з різними частинами мови.

Написання префіксів З-,С-.

Чергування І-Й.

Уживання м’якого знака.

Уживання апострофа.

-93-

Подовження приголосних.

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

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

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

Тире між підметом і присудком.

Розділові знаки в складному реченні.

Розділові знаки в реченнях із відокремленими членами речення.

**ДРУГОРЯДНІ ЧЛЕНИ РЕЧЕННЯ. ПРИКЛАДКА.**

ВИБІРКОВИЙ ДИКТАНТ

Виписати означення, додатки, обставини з пояснювальними словами.

**Соціальна складова здоров’я**

Соціальна складова здоров'я *-* надзвичайно важ­лива. У кожного вона розкривається насамперед у його соціалізації. Адже кожна людина, тільки-но з’явившись на світ, вже є членом суспільства. Вона має соціальний статус: донька або син, онучка чи онук, племінниця чи племінник. Упродовж усього життя людина освоює різні соціальні ролі в межах власної «соціальної п'єси». Соціальна складова її здоров’я формується й урізноманітнюється залежновід того, як вона виконує свої соціальні ролі та як відповідають її поведі­нка й вчинки нормам і вимогам суспільства, в якому вона живе.

Людина виконує безліч постійних і тимчасових соціальних ролей. Наприклад, ви є тимчасово пасажиром, покупцем, відвідувачем тощо, але вже назавжди - сином чи донькою, колись станете батьком або матір'ю. Щоб бути здоровим, важ­ливо вибирати таку соціальну діяльність, яка вам до душі. Власне, її радив Григорій Сковорода, слід вибирати «сродну» працю.

Як й інші складові здоров'я, соціальна з віком змінюється. Тому в кожному віковому періоді людина набуває певних умінь.

За звичай у юності оволодівають такими вміннями: визначати своє місце в суспіль­ств; виокремлювати себе як осо­бистість; чинити так, як потрібно не лише вам, а й іншим; визначати рівень своєї соціаль­ної зрілості; самостійно робити

-94-

вибір у будь­-якій ситуації; досягати поставлених цілей.

Не менш важливим кроком в житті є вибір майбутньої професії. Адже часом саме цей крок визначає все життя людини. І дуже важливо, щоб обрана професія була по­сильною і цікавою (За О. Ващенко).

(215 слів)

Поясніть лексичне значення слова «соціалізація».

**ОРФОГРАМИ:**

Уживання м’якого знака.

Уживання апострофа.

Подовження приголосних.

Написання прислівників.

Чергування У-В.

Написання сполучень ЙО,ЬО.

Написання займенників.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

Тире між підметом і присудком.

Розділові знаки в реченнях із відокремленими членами

речення.

Розділові знаки в реченнях із вставними словами.

Розділові знаки в складному реченні.

ПОЯСНЮВАЛЬНИЙ ДИКТАНТ

1. У батьків-алкоголіків народжуються діти з фізичними, психічними та розумовими вадами, які мають тяжкі розлади функції залоз внутрішньої секреції тощо (З підручника). 2. Закон України «Про охорону здоров’я проголошує, що кожна людина має природне невід’ємне право на охорону здоров’я (З журналу). 3. Злочинці-наркоділки в усьому світі мають мільйонні прибутки, зароблені на чужому горі (З журналу).

**ОРФОГРАМИ:**

Написання прикладок.

Уживання м’якого знака.

Уживання апострофа.

Уподібнення приголосних.

Написання сполучень ЙО,ЬО.

-95-

Написання ненаголошених голосних у коренях слів.

Правопис НЕ, НІ з різними частинами мови.

Чергування У-В.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

Розділові знаки в складному реченні.

Розділові знаки в реченнях із відокремленими членами речення.

ЗОРОВО-СЛУХОВИЙ ДИКТАНТ

Лише соціально зріла людина розуміє, що від її вчинків залежить здоров’я та навіть і саме життя іншого. Щоб не зламати свою долю, долю інших, зберегти своє здоров’я, ви маєте зрозуміти, що лише виважені вчинки, усвідомлені дії, уміння керувати своїми почуттями допоможуть у житті завжди, особливо в юності (За *Арістотелем).*

(47 слів)

Пояснити лексичне значення слова «виважені».

**ОРФОГРАМИ:**

Уживання апострофа.

Подовження приголосних.

Написання ненаголошених голосних у коренях слів.

Написання префіксів З-,С-.

Чергування У-В.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в складному реченні.

Розділові знаки в реченнях із відокремленими членами речення.

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

**РЕЧЕННЯ З ОДНОРІДНИМИ ЧЛЕНАМИ**

ПОПЕРЕДЖУВАЛЬНІ, ПОЯСНЮВАЛЬНІ,

КОМЕНТОВАНІ ДИКТАНТИ

І. 1. У процесі куріння тютюну утворюються такі шкідливі

-96-

речовини, як нікотин, етилен, радіоактивний полоній, миш’як, вісмут, аміак, свинець, органічні кислоти (мурашина, синильна, оцтова), отруйні гази (сірководень, чадний, вуглекислий) і багато інших шкідливих для організму хімічних сполук (З санбюлетеня). 2. У курців запалюються оболонки судин ніг, порушується кро­вопостачання м'язів, у м'язах з'являється різкий біль, а на кінцівках — набряки й виразки (З санбюлетеня). 3. В Україні законом забороняється виробництво й поширення продукції, що пропагує війну, національну й релігійну ворожнечу, принижує чи ображає нації або особистість за національними ознаками, принижує особистість, пропагує безграмотність, наркоманію, токсикоманію, алкоголізм, тютюнопаління й інші шкідливі звички (З журналу).

**ОРФОГРАМИ:**

Чергування У-В.

Подовження приголосних.

Уживання м’якого знака.

Написання складних слів.

Уживання апострофа.

Чергування І-Й.

Написання префіксів РОЗ-,БЕЗ-.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

Розділові знаки в складному реченні.

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

ІІ. 1. Більші енерговитрати у підлітків також під час фізичного навантаження, а саме: занять фізичною культурою, хореографією, інтенсивних тренувань, спортивних змагань (З санбюлетеня). 2. Сучасне життя школяра – це заняття в школі, приготування уроків, читання, перегляд телевізійних передач (З санбюлетеня). 3. Вимушене обмеження різноманітних рухів позначається на загальному стані організму – швидко з’являється втома, різко змінюється настрій, погіршується пам’ять і увага (З санбюлетеня). 4. Для нормального росту зубів і кісток необхідно вживати молоко та молочні продукти: сири, йогурти, кефір (З санбюлетеня).

Поясніть лексичне значення слова «хореографія».

-97-

**ОРФОГРАМИ:**

Уживання м’якого знака.

Уживання апострофа.

Подовження приголосних.

Чергування У-В.

Уподібнення приголосних.

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

Чергування І-Й.

Правопис НЕ, НІ з різними частинами мови.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

Тире між підметом і присудком.

ІІІ. 1. Сформована особистість оцінює себе за такими характеристиками: упевненість у своїх можливостях, знаннях, уміннях і навичках; задоволення своєю індивідуальністю; адекватна самооцінка, висока вимогливість до себе, скромність; повага до інших (З журналу). 2. Молодь прагне до незалежності, самостійності, захищає своє право на індивідуальність (З журналу). 3. Небезпеки, що загрожують здоров'ю й життю окремої людини, групі людей, суспільству, мають різний масштаб (З журналу). 4. Збереження, зміцнення та відновлення здоров'я - важлива проблема (З журналу).

**ОРФОГРАМИ:**

Написання префіксів З-,С-.

Уживання м’якого знака.

Подовження приголосних.

Написання складних слів.

Правопис НЕ, НІ з різними частинами мови.

Чергування І-Й.

Уживання апострофа.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

Тире між підметом і присудком.

Розділові знаки в складному реченні.

ІV. Спосіб життя змінюється з віком, а також у зв’язку зі зміною потреб. Він має бути забезпечений енергетично, передбачати зміцнення здоров’я, мати свій розпорядок і ритм.

-98-

Трьома китами здоров’я називають найважливіші складники здорового способу життя: правильний режим праці й відпочинку, раціональне харчування й оптимальний режим руху (За Г Власюк).

(45 слів)

**ОРФОГРАМИ:**

Уживання м’якого знака.

Уживання апострофа.

Уподібнення приголосних.

Чергування У-В.

Чергування І-Й.

Подовження приголосних.

Написання префіксів РОЗ-,БЕЗ-.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

Розділові знаки в складному реченні.

ВІДТВОРЕНИЙ ДИКТАНТ

Відтворити текст за виписаними однорідними членами речення

**Де краще виконувати фізичні вправи**

Хто з вас не мріяв бути сильним, сміливим, спритним? Приємно відчувати силу своїх м’язів, легкі рухи тіла. Досягти цього можна, якщо вести здоровий спосіб життя, регулярно виконувати фізичні вправи, загартовуватися.

Чудово, якщо біля вашого будинку є спортивний майданчик, сквер чи парк. На спортивних майданчиках можна пограти у футбол, волейбол, теніс та інші рухливі ігри. Можна тренуватися й у дворі будинку, а бігати навколо житлового масиву по вулицях. При цьому бажано не заважати пішоходам, а перебігаючи вулицю, треба бути надзвичайно уважним. За негоди (дощу, сильного морозу) гімнастику можна зробити вдома. Для цього підходять такі вправи: біг не місці, підстрибування, гімнастичні рухи, для хлопчиків – вправи з гантелями та еспандером тощо (За О. Зайченко).

(108 слів)

**ОРФОГРАМИ:**

Написання сполучень ЙО,ЬО.

-99-

Уживання м’якого знака.

Уживання апострофа.

Чергування У-В.

Правопис НЕ, НІ з різними частинами мови.

Написання префіксів З-,С-.

Уподібнення приголосних.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

Розділові знаки в кінці речень.

Тире між підметом і присудком.

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

КОНТРОЛЬНИЙ ДИКТАНТ

**Здоров’я як важлива життєва цінність**

Усвідомлення того, що здоров’я – це важлива життєва цінність, найчастіше з’являється із виникненням хвороб, але життєздатність людини виявляється в умінні перемагати хворобу. Саме це вміння мав на увазі Абдул Фарафіс, давньосирійський лікар, що, починаючи прийом, вітав свого пацієнта словами: «Нас троє: ти, хвороба і я. Якщо ти станеш на бік хвороби, то ви будете вдвох і переможете мене, адже я залишусь самотнім. А якщо ти будеш зі мною, ми подолаємо хворобу, бо в неї не буде спільників». Кожен із нас бодай раз стає бійцем на фронті, по той бік якого перебуває суворий ворог – хвороба. Але хворобі легше запобігти, аніж боротися з нею. Для того, щоб зробити це, слід вести здоровий спосіб життя.

Здоровий спосіб життя – це практичні дії, спрямовані на запобігання захворюванням, зміцнення всіх систем організму й поліпшення загального самопочуття людини (За Г. Гайдуновою).

(131 слово)

Пояснити лексичне значення слова «життєздатність».

**ОРФОГРАМИ:**

Уживання великої літери.

Написання сполучень ЙО,ЬО.

Написання складних слів.

-100-

Подовження приголосних.

Уживання м’якого знака.

Уживання апострофа.

Чергування приголосних.

Чергування І-Й.

Чергування У-В.

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

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

Розділові знаки в складному реченні.

Тире між підметом і присудком.

Розділові знаки в реченнях з прямою мовою.

**РЕЧЕННЯ ІЗ ЗВЕРТАННЯМИ, ВСТАВНИМИ СЛОВАМИ (СЛОВОСПОЛУЧЕННЯМИ, РЕЧЕННЯМИ)**

ВИБІРКОВИЙ ДИКТАНТ

Виписати речення із звертаннями.

**Спасибі, друже!**

Учитель Геннадій Петрович і п’ятикласник Левко зимового ранку в неділю пішли ловити рибу. Клювало добре. Відра швидко наповнювалися рибою. Надвечір несподівано піднялася заметіль.

- Час додому збиратися, - сказав Геннадій Петрович і раптом впав на край ополонки. Левко кинувся до нього.

- Приступ… - побілілими губами прошепотів учитель. Левко відтягнув його від ополонки. Що ж робити? До села 13 кілометрів. Мине 3-4 години, поки прибуде допомога. Та й чи вдасться тоді відшукати в темряві Геннадія Петровича? Ні, залишати його на кризі

не можна. Хлопчик насилу витяг учителя на санки.

Кілька годин вони були в дорозі. Лютувала заметіль, вітер валив з ніг.

- Левко, залиш мене, іди сам, - стогнав учитель. – ти виб’єшся з сили, і ми обидва загинемо. Замерзнемо або провалимося під кригу.

Але хлопчик настирливо тягнув важкі санки. Часом йому доводилося лягати на кригу, чіплятися пальцями за найменший

-101-

горбок, щоб санки не занесло в ополонку. А ополонки були скрізь. Удень на Десні рибалило багато любителів підлідного лову.

Нарешті Левко дістався до берега. Але найважче було попереду. Треба було вибратись на схил. І він вибрався.

А коли Геннадію Петровичу зробили операцію, хірург сказав Левкові:

- Ще кілька хвилин, і вже не можна було б врятувати твого вчителя. Спасибі тобі, друже! (За Г Гайдуновою).

(192 слова)

**ОРФОГРАМИ:**

Уживання великої літери.

Написання сполучень ЙО,ЬО.

Написання ненаголошених голосних у коренях слів.

Чергування У-В.

Чергування І-Й.

Написання прислівників.

Уподібнення приголосних.

Подовження приголосних.

Правопис НЕ, НІ з різними частинами мови.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки при діалозі.

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

Розділові знаки в кінці речень.

ТВОРЧИЙ ДИКТАНТ

Закінчить диктант відповіддю на питання: «А що це «життя»?»

Юні друзі! Щодення заповнене звичними діями: навчання, спілкування в родинному колі й з однокласниками, виконання доручень, батьків, відпочинок на природі, читання, перегляд телепрограм, догляд за домашніми тваринами, робота на городі... Звичні думки, рухи, посмішки, почуття... Ви просто живете. Але з кожним роком, мабуть, переконуєтеся, що кожний вияв буття - диво, а найбільше вражає постійне оновлення життя. І настає момент, коли починає цікавити питання: «А що це – «життя»?»

Ми це непросте запитання кожний має свою відповідь *( За Г. Сковородою.)*

(74 слова) -102-

**ОРФОГРАМИ:**

Подовження приголосних.

Чергування У-В.

Правопис НЕ, НІ з різними частинами мови.

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

Чергування І-Й.

Написання ненаголошених голосних у коренях слів.

Написання ненаголошених голосних у коренях слів.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

Розділові знаки в реченнях із вставними словами.

Розділові знаки в кінці речень.

Тире між підметом і присудком.

Розділові знаки в реченнях з прямою мовою.

Розділові знаки в складному реченні.

Розділові знаки в реченнях із звертанням.

ПОЯСНЮВАЛЬНИЙ ДИКТАНТ

1. Куріння,на жаль, є дуже розповсюдженою шкідливою звичкою, про яку всі знають (З журналу). 2. Завбачливе ставлення до свого здоров'я, знання ознак здоров'я, чинників, що впливають на всі його складові (фізичну, соціальну, психічну і духовну), дають можливість людині активно керувати проце­сами збереження, зміцнення, використання і віднов­лення здоров'я (З журналу). 3. Деякі продукти багаті на вітаміни, але в них мало мінеральних речовин. Наприклад, якщо ви щодня будете їсти лише шоколад, то не отримаєте достатньої кількості білків, вітамінів, мінеральних речовин (З журналу).

**ОРФОГРАМИ:**

Подовження приголосних.

Написання сполучень ЙО,ЬО.

Уживання м’якого знака.

Написання прислівників.

Написання префіксів РОЗ-,БЕЗ-.

Написання префіксів З-,С-.

Написання ненаголошених голосних у коренях слів.

Написання займенників.

Правопис НЕ, НІ з різними частинами мови.

-103-

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в реченнях із вставними словами

(словосполученнями, реченнями).

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

Розділові знаки в складному реченні.

КОНТРОЛЬНИЙ ДИКТАНТ

**Допоможуть тільки близькі**

Отже, наркоманія - значно більша біда, ніж інші шкідливі звички. Позбутися її лише за допомогою сили волі майже неможливо. Для цього потрібне спеціальне тривале лікування.

Як бути людині, що вже зробила помилку і зрозуміла її жахливі наслідки? Звичним оточенням наркомана зазвичай стають такі самі наркомани та торговці наркотиками. Вони байдужі один до одного. Їх цікавить лише одне: як придбати наркотик або збути його. Тільки батьки, рідні та друзі, незважаючи на біль, якого завдала їм близька людина, що стала наркоманом, завжди про­бачать і подадуть руку допомоги.

Ніколи в житті ви не зустрінете людину, яка б мріяла бути хворою, нікому не потрібною. І справді, як можна навіть ду­мати про таке, коли навколо така гарна природа, стільки цікавого і непізнаного, рідні та близькі люди, які вас люб­лять і поважають. І так багато хочеться досягти у житті. Отже, вирішуйте самі, як бути (За О. Леонтьєвою).

(137 слів)

Поясніть лексичне значення слова «наркоманія».

**ОРФОГРАМИ:**

Уживання м’якого знака.

Написання ненаголошених голосних у коренях слів.

Правопис НЕ, НІ з різними частинами мови.

Подовження приголосних.

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

Написання префіксів З-,С-.

Написання прислівників.

Чергування І-Й.

Чергування У-В.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в реченнях із вставними словами

-104-

Тире між підметом і присудком.

Розділові знаки в кінці речень.

Розділові знаки в складному реченні.

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

**РЕЧЕННЯ З ВІДОКРЕМЛЕНИМИ ЧЛЕНАМИ РЕЧЕННЯ**

ПОПЕРЕДЖУВАЛЬНИЙ ДИКТАНТ

1. Порфирій Корнійович Іванов – дивовижна людина – автор «Дєтки» - системи природного оздоровлення людини (За *Г. Смирновим*). 2. У чому ж він, феномен Порфирія Іванова, Учителя з великої літери, який з 85 років 50 віддав практичному пошуку шляхів здорового життя (За *Г. Смирновим*). 3. Молода людина, впевнена в собі, твердо стоїть на шляху в доросле життя, усвідомлює, що індивідуальну свободу слід підпорядковувати законам суспільства. Саме так можна зберегти здоров’я в складний період життя (За *Г. Смирновим*). 4. Окрім того, що їжа має бути свіжою та якісною, вона також має бути правильно приготованою (За *Г. Смирновим*). 5. Заходячи до місць громадського харчування, завжди звертайте увагу на те, наскільки там чисто (За *Г. Смирновим*). 6. Не купуйте їжу на вулиці, на пильних дорогах, де в продавця немає можливості помити руки, до речі, у вас вони теж можуть бути досить брудними (За *Г. Смирновим*). 7. Ввечері, після приготування уроків, бажано прогулятися на свіжому повітрі (За *С. Васильєвою*).

**ОРФОГРАМИ:**

Уживання великої літери.

Написання прикладки.

Подовження приголосних.

Подвоєння приголосних.

Уживання м’якого знака.

Правопис НЕ, НІ з різними частинами мови.

Чергування У-В.

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

**ПУНКТОГРАМИ:**

Тире між підметом і присудком.

Розділові знаки в складному реченні.

Розділові знаки в реченнях із відокремленими членами

-105-

речення.

ДИКТАНТ-ПЕРЕКЛАД

Павлов был физиологом, как говорять, «от бога». Ничего, кроме науки, серьезно его не интересовало. Всемирно признанный ученый, он постоянко учился: в 69 лет он увлекается изучением психических заболеваний и каждое воскресенье посещает больницу, которой заведовал его друг доктор А.В. Тимофеев. В 80 лет он начинает изучать психологію (За *Г. Малаховим).*

ВЗАЄМОПЕРЕВІРНИЙ ДИКТАНТ

**Основи безпечного харчування**

Їжа дає користь організму людини, але вживання неякісної їжі може призвести до серйозних захворювань.

Щоб їжа не завдавала вам шкоди, слід ознайомитись з основами без­печного харчування. Насамперед — навчитися оцінювати якість їжі. Це можна зробити візуально, тобто уважно подивитись на продукт, перш ніж його їсти. Уже сам зовнішній вигляд їжі багато чого говорить про те, як довго вона зберігалась або як її було приготовано. Можна оцінити якість їжі і за її запахом. Якщо ви вже почали їсти, то про якість їжі вам мо­жуть повідомити смакові рецептори.

Треба уважно читати те, що написано на упаковці продуктів, звертаючи особливу увагу на термін їхнього виготовлення та зберігання. У жод­ному разі не можна вживати продукти, термін придатності яких уже минув.

Окрім того, що їжа має бути свіжою та якісною, вона також має бути правильно приготованою. Посуд, у якому готують та в якому подають їжу, має бути чистим. Приготовану їжу не можна довго зберігати, ос­кільки в ній починаються процеси бродіння й гниття. Найкраще їсти продукти відразу ж після приготування. Перед вживанням їжі потрібно мити руки. Усе це – правила, необхідні для забезпечення безпеки харчування (З журналу).

(177 слів)

Пояснити лексичне значення слова «візуально».

**ОРФОГРАМИ:**

Уживання м’якого знака.

-106-

Уживання апострофа.

Подовження приголосних.

Правопис НЕ, НІ з різними частинами мови.

Написання сполучень ЙО,ЬО.

Написання префіксів РОЗ-,БЕЗ-.

Написання префіксів РОЗ-,БЕЗ-.

Написання прислівників.

Чергування І-Й.

Написання префіксів З-,С-.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в складному реченні.

Тире між підметом і присудком.

Розділові знаки в реченнях із відокремленими членами речення.

**ПРЯМА І НЕПРЯМА МОВА. ДІАЛОГ**

ТВОРЧИЙ ДИКТАНТ

Замінити висловлювання мудреців на речення з прямою мовою.

1. Людина може жити до 100 років. Ми самі своєю нестриманістю, своєю безладністю, своїм потворним поводженням з власним організмом зводимо цей нормальний термін до набагато меншої цифри *(За І. Павловим*). 2. Здоровий дужий мозок у нормальному тілі буде тоді, коли оточення й людський організм дійдуть… цілковитої рівноваги *(За М. Воскресенським).* 3. Для здоров’я потрібні постійні особисті зусилля, які нічим не можна замінити *(За М. Амосовим).* 4. Гімнастика, фізичні вправи, ходьба повинні міцно ввійти у щодення кожного, хто хоче зберегти працездатність, здоров’я, повноцінне і радісне життя *(За Гіппократом). 5.* Ми живемо не для того, щоб їсти, а їмо для того, щоб жити *(За Сократом).*

**ОРФОГРАМИ:**

Уживання великої літери.

Написання сполучень ЙО,ЬО.

Написання ненаголошених голосних у коренях слів.

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

Написання префіксів РОЗ-,БЕЗ-.

Написання префіксів З-,С-.

Написання прислівників.

-107-

Уживання м’якого знака.

Подовження приголосних.

Правопис НЕ, НІ з різними частинами мови.

Чергування У-В.

Чергування І-Й.

Уживання апострофа.

Уподібнення приголосних.

Написання складних слів.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

Розділові знаки в складному реченні.

КОМЕНТОВАНИЙ ДИКТАНТ

**Влив шуму на здоров’я**

Музика, голосніша за природний фон, вважається шумовим забрудненням. Сила звуку на рок-концертах та дискотеках зазвичай сягає 100-130 децибелів, а його вплив триває кілька годин.

Рок-ритми повторюють ритми первісних культур, якими шамани водили слухачів у транс. Ритм, коли чують два коротких удари й один довгий, викликає патологічний стан організму. Композитори Стравинський (у балеті «Весна священна») та Равель (у «Вальсі») за допомогою такого ритму передали хаос.

Важкий металевий рок збільшує емоційну напругу і тривожність. Спочатку він спричиняє зниження м’язового тонусу й розслаблення, потім паралізує волю і вводить у транс. Адже звук року призводить до резонансних коливань молекул, подібних до тих, які виникають при наркотичному отруєнні.

Під впливом сили та ритму музики текст запам’ятовується

підсвідомо. Так, якщо звучать слова: « Я ненавиджу людей «, у слухача року напружуються м’язи, він підпорядковується своєрідній програмі агресивної психоустановки й відповідно поводиться.

Має значення й супроводження такої музики миготінням світла: це має гіпнотичний ефект.

Такий вплив світла й звуку дуже шкідливий для здоров’я, особливо молоді (З журналу).

(152 слова)

Поясніть лексичне значення слів «децибел», «гіпнотичний ефект».

-108-

**ОРФОГРАМИ:**

Подвоєння приголосних.

Подовження приголосних.

Написання прикладок.

Уживання м’якого знака.

Уживання апострофа.

Чергування У-В.

Чергування І-Й.

Уживання великої літери.

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

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки в реченнях із відокремленими членами речення.

Розділові знаки в складному реченні.

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

Розділові знаки в реченнях із вставними словами.

ДИКТАНТ «ПЕРЕВІР СЕБЕ»

**Перша крига**

Нарешті настали ясні морозні дні. Я вийшов на вулицю й побачив своїх товаришів.

- Що сталося? – спитав я, побачивши їхні щасливі обличчя.

- Знаєш, річка вже покрилася кригою. Ходімо подивимося.

І ми всі вирушили до річки. Справді, вся річка вкрилася кригою, що блищала, як дзеркало.

- По-моєму, крига вже товста, - сказав Павло. Він кинув на кригу камінці. Крига не ламалась.

- А давайте спробуємо, чи витримає вона нас, - запропонував Євген. Дехто відразу погодився з ним.

Я хотів сказати, що не варто ризикувати. Та не встиг я й слова вимовити, як кілька хлопців уже скочили на кригу. Вона витримала їх. Я, Павло й Юрко залишились на березі.

* А ви боїтесь? Ну й боягузи – кричали нам хлопці.

Ми розсердились і також спустилися на кригу. Спочатку бігали біля берега. У деяких місцях крига ламалась. Юрко сказав, що біля берега тепліше й крига тут слабша. Він запропонував піти далі. Але раптом з берега долинув крик. Ми помітили на березі людей, які розмахували руками й щось

-109-

кричали нам.

Тоді вирішили повернутися й побігти до берега. Яке щастя, що нас помітили люди! Інакше ця історія могла б закінчитися дуже погано (За О. Зайченко).

(180 слів)

**ОРФОГРАМИ:**

Написання прислівників.

Чергування І-Й.

Подовження приголосних.

Написання префіксів РОЗ-,БЕЗ-.

Написання префіксів З-,С-.

Написання ненаголошених голосних у коренях слів.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Розділові знаки при діалозі.

Розділові знаки в кінці речень.

Розділові знаки в складному реченні.

Розділові знаки в реченнях із вставними словами

КОНТРОЛЬНИЙ ДИКТАНТ

**Збереження здоров’я – важлива проблема сучасності**

Збереження, зміцнення здоров'я - важлива проблема. Адже здоров'я - одна з основних цінностей людини, головна умова для задоволен­ня її матеріальних та духовних потреб. Від рівня здоров'я громадян залежить розв'язання соціально-економічних, демографічних та інших проблем у державі.

Рівень здоров'я залежить від багатьох чинників, але основну роль у цьому процесі відіграє сама люди­на, її знання, спосіб її життя та навко­лишнє середовище. Часто говорять: «Буде здоро­в’я – буде й все інше». Але піклуються про нього лише тоді, коли хворіють, і перекладають відповідаль­ність за здоров’я на лікаря. У рейтингу життєвих цінностей у більшості українців на перших місцях, на жаль, - кар’єра, гроші, задоволення.

Розуміння чинників, що формують здоров’я лю­дини, дає можливість підвищувати рівень здоров’я за допомогою оздоровчих систем і дотримання здорового способу життя. Важливо виявляти та своєчасно усувати несприятливі та шкідливі для здоров’я причини. Вчасно застосувавши методи профілактики, можна попередити розвиток захворювання (За О. Шевчук). -110-

(134 слів)

Поясніть лексичне значення слова «демографічні проблеми».

**ОРФОГРАМИ:**

Уживання м’якого знака.

Уживання апострофа.

Подовження приголосних.

Написання складних прикметників.

Написання сполучень ЙО,ЬО.

Чергування У-В.

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

Правопис НЕ, НІ з різними частинами мови.

**ПУНКТОГРАМИ:**

Тире між підметом і присудком.

Розділові знаки в реченнях з однорідними членами.

Розділові знаки в складному реченні.

Розділові знаки в реченнях з прямою мовою.

Розділові знаки в реченнях із вставними словами.

Розділові знаки в реченнях із відокремленими членами речення.

-111-