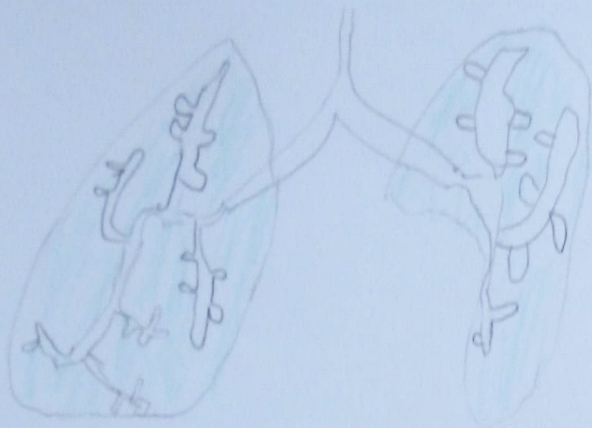
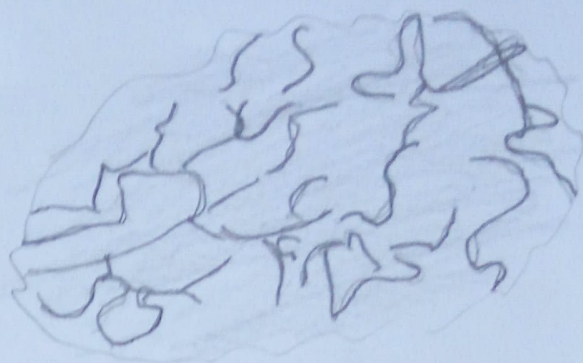




plíce



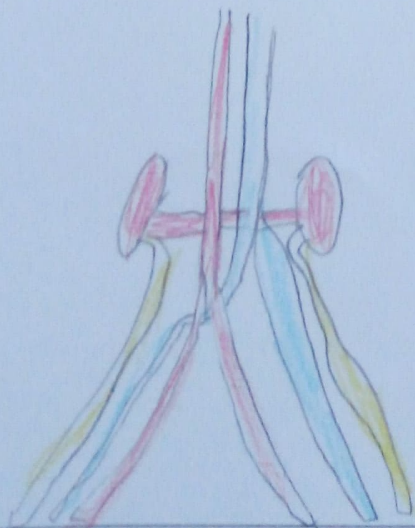
mozek



játra



žaludek



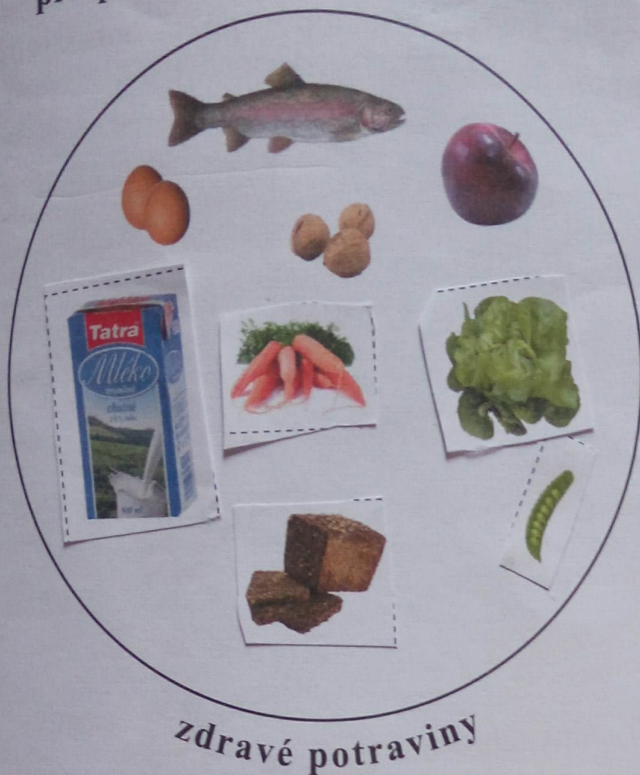
ledviny



tenké a tlusté střevo

ŽIVÁ PŘÍRODA – ČLOVĚK

11. a) Vystříhněte z přílohy a nalepte do správné kružnice další zdravé a zdraví méně prospěšné potraviny.



- b) Z vyobrazených potravin si sestavte jednodenní zdravý jídelníček.

snídaně: celozrnný chléb s vajíčkem
 svačina: pečená miska s jablkem a ořechy
 oběd: dušená ryba s hráškem
 večeře: zelený salát a sklenice mléka

12. Doplňte tabulku podle svého způsobu života. Vybarvěte zeleně ta políčka, která podle vás odpovídají zdravému životnímu stylu.

Vzor:

	množství vypitých tekutin	počet hodin sportu	čištění zubů	počet hodin spánku
denně	2 l	2 hodiny	2 x	7 hod

	množství vypitých tekutin	počet hodin sportu	čištění zubů	počet hodin spánku
denně	2,5 l	3-4 hod.	1x	9 hod

- Kolikrát týdně pobýváte venku a kolik hodin denně jste doma (u počítače, televize)? Který z těchto způsobů trávení volného času je zdravější a proč? Které sporty provozujete společně se svými rodiči, které se svými kamarády?
- Proč je důležité mýt si ruce před jídlem a po návštěvě toalety? Víte, které nemoci se říká „nemoc špinavých rukou“? Hra. Jeden z vás popíše spolužákům některý sport (např. používají se při něm pátky, malý míček a síť). Ostatní hádají jeho název. Mohou klást doplňující otázky, na které se odpovídá ano / ne. Vyhrává ten, kdo uhodne název sportu nejdřív.



OPAKOVÁNÍ č. 6: ŽIVÁ PŘÍRODA – ČLOVĚK



Otestujte si své znalosti. Pracujte samostatně. U každé otázky zakroužkujte odpověď, kterou považujete za správnou. Za každou správně zodpovězenou otázku si napište 1 bod. (Každá správná odpověď = 1 ♥.) Sečtěte si celkový počet bodů/srdíček. Pokud získáte 8–10 bodů/srdíček, dostanete za odměnu malou jedničku.

1. Kůže je

a) citlivá na bolest a teplo

b) holá

☐ b

2. Různá barva pleti je způsobena

a) slunečním zářením

b) kožním barvivem

☐ b

3. Orgánem hmatu je

a) kůže

b) jazyk

☐ b

4. Hrudní koš chrání

a) srdce a plíce

b) žaludek

☐ b

5. Kostra dolní končetiny je připojena k

a) pánvi

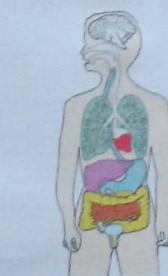
b) lebce

☐ b

6. Kosterní svaly

a) nám umožňují pohyb

b) nelze posilovat

☐ b

7. Oběh krve zajišťují

a) srdce a cévy

b) ledviny

☐ b

8. Nestrávené zbytky potravy se zahušťují v

a) tlustém střevě

b) konečníku

☐ b

9. Kojenec

a) sají mateřské mléko

b) zdokonaluje svou řeč

☐ b

10. V naší potravě by neměly chybět

a) tuky a sladkosti

b) vláknina a vitaminy

☐ b

Celkem srdíček:

☐

učebnice Prvouka 3, str. 67