

Výukový materiál vytvořen v rámci projektu EU peníze školám

REGISTRAČNÍ ČÍSLO PROJEKTU
CZ.1.07/1.4.00/21.3654

Základní škola Liberec,
Dobiášova 851/5, příspěvková organizace



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Tento výukový materiál vznikl v rámci Operačního programu Vzdělávání pro konkurenceschopnost.

Téma:	Pečujeme o své zdraví
Autor:	Mgr. Jana Paštová
Číslo materiálu:	VY_32_INOVACE_Pr3_19_17
Sada č.	19

Předmět: Prvouka
Tematický okruh : Člověk a jeho zdraví
Datum vytvoření: 3. 5. 2014
Cílová skupina: žák 1. stupně ZŠ - základní vzdělávání
Doporučeno pro: 3. ročník
Anotace:

- ukázka cesty ke zdravému způsobu života
- rozlišení zdravé a nezdravé výživy
- oblékání podle počasí
- posílení mezipředmětových vztahů, využití multimediální techniky

ZDRAVÝ ZPŮSOB ŽIVOTA

VÝŽIVA



SPORT

ČISTOTA



CHOVÁNÍ



OBLEČENÍ

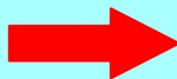




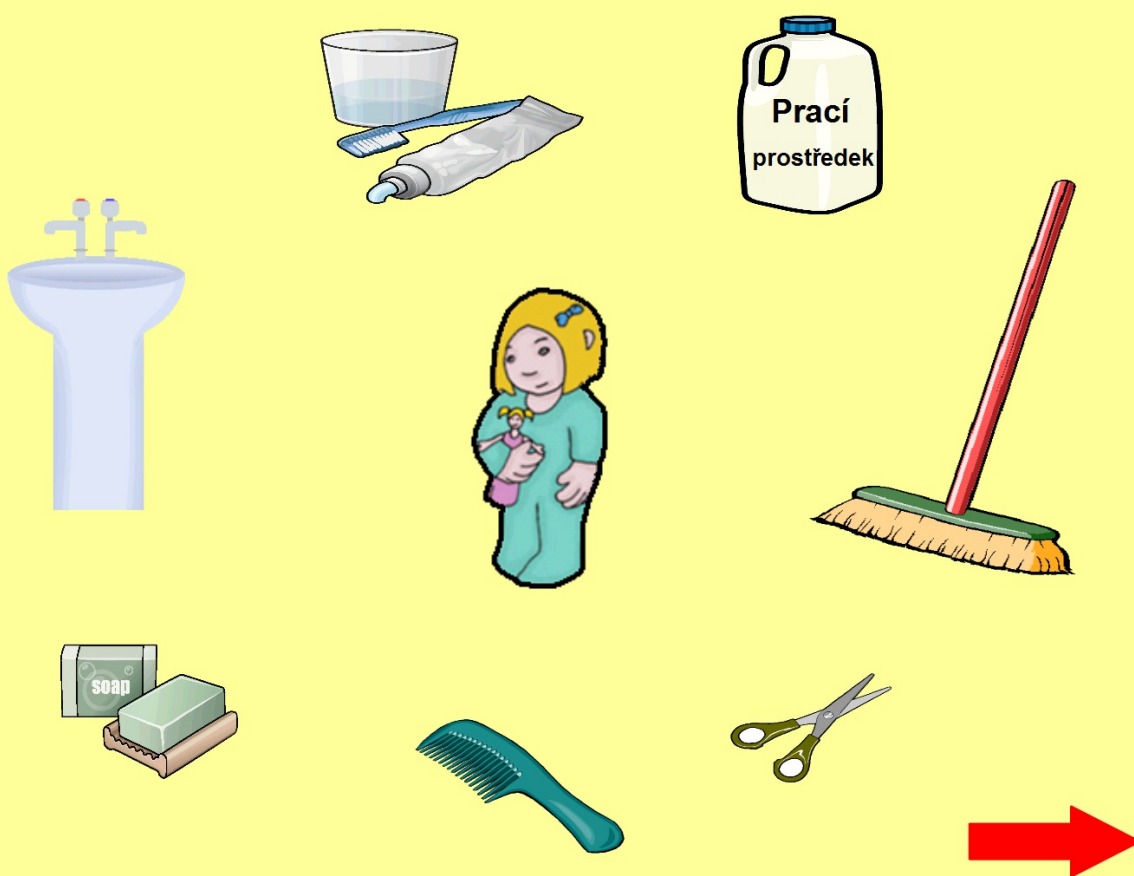
Dodržujte pitný režim.

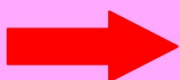
Jezte méně a častěji.

Jezte zdravé potraviny.



Udržujte čistotu svého těla i vašeho okolí.





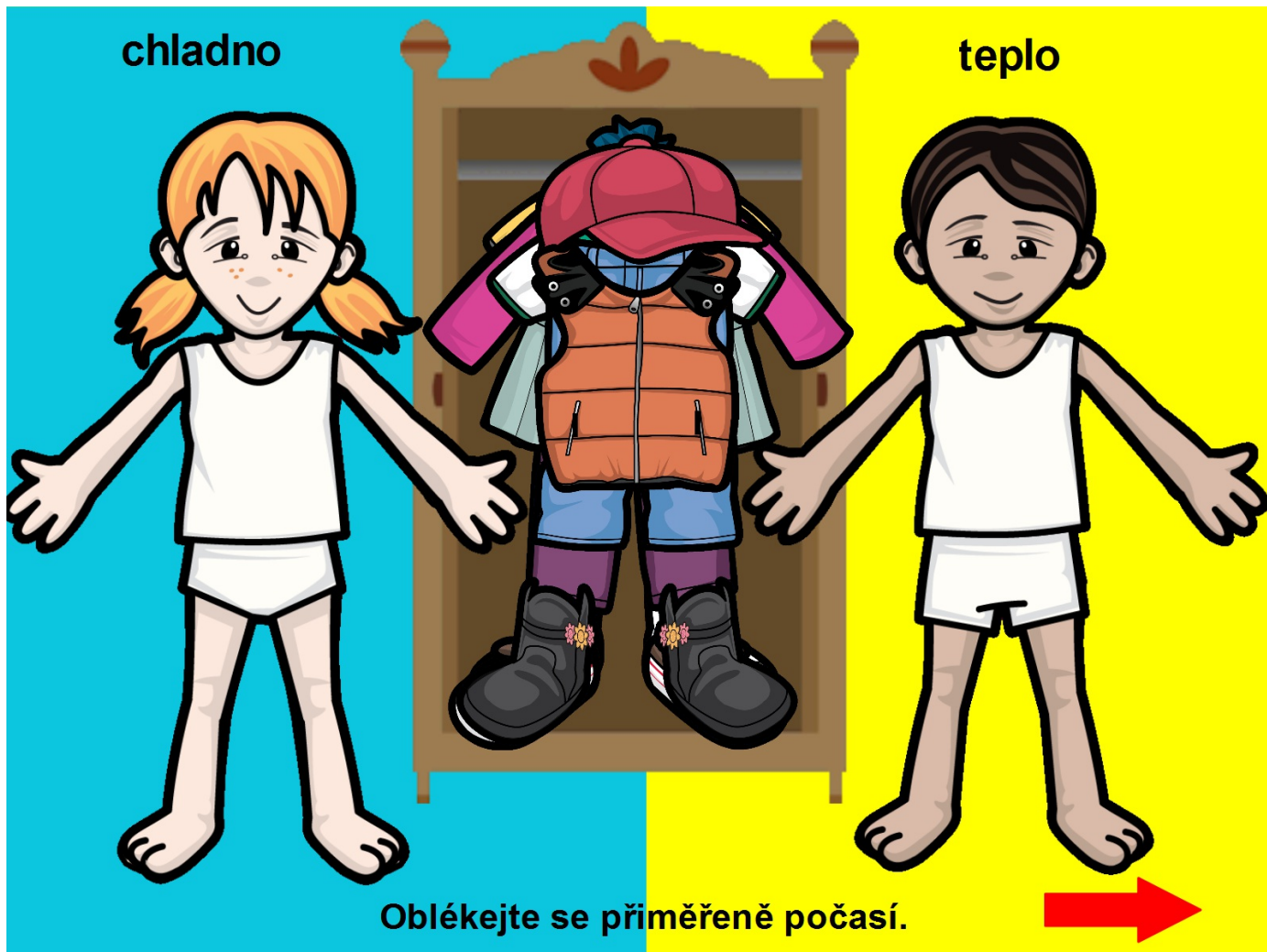
Cvičte a sportujte.

Běhejte a hrajte si venku.



chladno

teplo



Oblékejte se přiměřeně počasí.

Bud'te

Nepobývejte dlouho

Bud'te na sebe

Nezdržujte se v

Nedělejte

Čtěte a pište

při vhodném osvětlení.

zakouřeném prostředí.

zbytečný hluk.

na přímém slunci.

opatrní.

veselí.



Zdroje:

- Všechny objekty použité k vytvoření materiálu jsou součástí SW ActivStudio, SW ActivInspire, Resource pack nebo jsou vlastní originální tvorbou autora.
- Jakékoliv další využití podléhá autorskému zákonu. Dílo smí být dále šířeno pod licencí CC BY-SA (www.creativecommons.cz).
- Autorem materiálu a všech jeho částí, není-li uvedeno jinak, je autor.
- Materiál je určen pro bezplatné používání pro potřeby výuky a vzdělávání na všech typech škol a školských zařízení.



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

verze programu: ActivInspire 1.6

Vzdělávací oblast:

Člověk a jeho svět

klíčová slova:

výživa, sport, zdraví, hygiena

Klikněte na bílé obdélníky a dozvíte se, jak zdravě žít.

Pokud jste zvládli všech 5 oblastí, víte , jak žít tak, aby jste se cítili spokojeně a šťastně. Hodně štěstí !

Vytahujte z tašky různé potraviny . Zdravými potravinami nakrmte děti, nezdravé vyhodte do popelnice.

Popište k jaké hygieně slouží věci kolem Alenky.
Co byste jí ještě poradili ?

Sportem se otužujete a zlepšujete svou kondici.
Pojmenujte sporty na obrázku a doplňte další.
Jaké druhy sportu baví vás?

Víte, co si máte obléknout podle počasí?
Vytahujte jednotlivé kusy oblečení ze skříně a vhodně oblékněte Ivanu a Pavla. Co nevyužijete, uklidte zpět do skříně.

**Spojte správné části vět a vysvětlete.
Máte i další rady?**