

Úkoly pro děti na období od 4. 5. do 8. 5. 2020

3. ročník

Prvouka ÚT 5. 5.

Str. 67

Vážení rodiče a milé děti, zdravím Vás u Prvouky.

Minulý týden jsme se seznámili s vývojem člověka od novorozence až po seniora. Také máte nalepeny části lidského těla. Jak víte, o tělo se učíme pečovat od předškolního věku. Musíme však také dbát o naše zdraví.

Na str. 67 si prohlédněte obrázky potravin potřebných pro tělo člověka. Je to potravinový koláč, který je rozdělený na čtyři části. Z každé části bychom měli denně pro své tělo vybrat potraviny, které nám zajistí cukry, vlákninu, vitaminy, minerální látky, tuky a bílkoviny. Jsou to živiny, naše tělo vyživují a bez nich se jen těžko obejdeme. Pokud bychom je tělu nedodávali, bude oslabené a nedokáže odolávat různým nemocem.

Děti, všimněte si, že na koláči nevidíte žádné čokolády, sušenky ani další sladkosti. Nepatří totiž do zdravé stravy a naše tělo příliš nevyživují. Energii nám dodá hořká čokoláda. Pokud máme stále chuť na sladké, můžeme je nahradit přírodním cukrem z ovoce i zeleniny. Když Vám rodiče nějakou sladkost dovolí, tak určitě jen v menším množství.

Všechna zdravá strava musí být doplněna pobytem na čerstvém vzduchu a sportem. Jak říká jedno přísloví: Kam nechodí slunce, tam chodí lékař.

Do sešitu si prosím napište nadpis **Pečujeme o své zdraví**, podobný koláč si nakreslete a popište. Můžete si ho také vytvořit z nalepených potravin, které najdete v letáčích nebo časopisech. Děkuji.

Prvouka ČT 7. 5.

Str. 68

Děti, podívejte se dnes pouze na střední část strany – **Smysly**.

Naše zdraví si chráníme také tím, že své okolí vnímáme pomocí smyslů. Máme jich pět: zrak, sluch, čich, hmat, chuť.

Pomocí **zraku**, orgánem je **oko**, vidíme svět kolem sebe, ale také různá nebezpečí.

Pomocí **sluchu**, orgánem je **ucho**, nasloucháme svému okolí, ale také nás upozorní třeba na blížící se automobil.

Pomocí **čichu**, orgánem je **nos**, můžeme vnímat nejen příjemné vůně, ale také zkaženou potravinu.

Pomocí **hmatu** – **dlaně i celé tělo**, poznáváme svět, ale uchrání nás např. před popálením, pořezáním, píchnutím.

Pomocí **chuti**, orgánem je **jazyk**, známe plno chutných jídel, ale uvědomíme si, když něco není čerstvé.

Smysly chrání nás a my musíme chránit je. Zejména oči a uši. Proto raději nepobývejte dlouho v hlučném prostředí. Když se učíte, mějte správné osvětlení.

Ať se Vám daří. S pozdravem paní učitelka Helena



Doplňte myšlenkovou mapu, do modrých bublin nakreslete obrázek orgánu.

