

Samostatná práce:

V uč. na str. 67 si prohlédněte obrázky potravin potřebných pro tělo člověka.

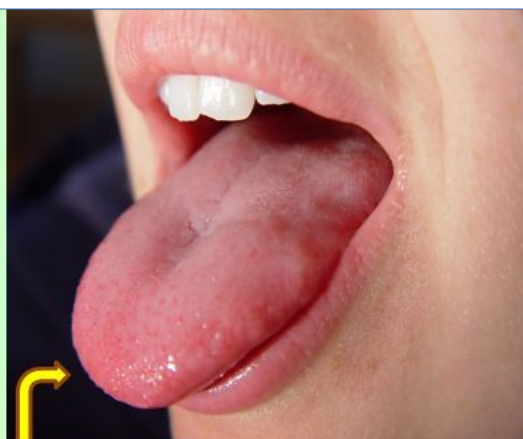
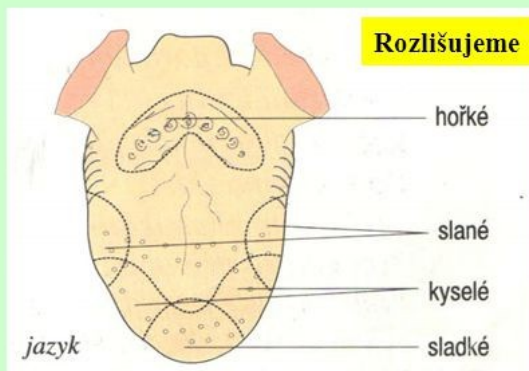
Je to **potravinový koláč**, který je rozdělený na čtyři části. Z každé části bychom měli denně pro své tělo vybrat potraviny, které nám zajistí **cukry, vlákninu, vitaminy, minerální látky, tuky a bílkoviny**. Jsou to živiny, které naše tělo vyživují a bez nich se jen těžko obejdeme. Pokud bychom je 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. Pokud máme chuť na sladké, můžeme je nahradit přírodním cukrem z ovoce i zeleniny. Když Vám rodiče nějakou sladkost dovolí, tak určitě jen v menším množství.

Podobný koláč si nakreslete (kružnici narýsujte kružítkem) do sešitu a popište. Můžete si ho také vytvořit z nalepených potravin, které vystřihnete z letáků nebo časopisů.

Chutě na jazyku vnímáme prostřednictvím:

CHUŤOVÝCH POHÁRKŮ = říkáme, že jsou **ústrojím chutí!**



Vidíte tečky na špičce jazyka?
To jsou chuťové pohárky!

Online výuka:

uč. s. 67 a 68

Pečujeme o své zdraví

Rosteme a vyvíjíme se, proto potřebujeme _____
_____, která obsahuje dostatek _____

a dalších látek potřebných pro zdraví každého z nás.

Největší zastoupení by mělo mít:

- ☺ _____
- ☺ _____
- ☺ _____
- ☺ _____



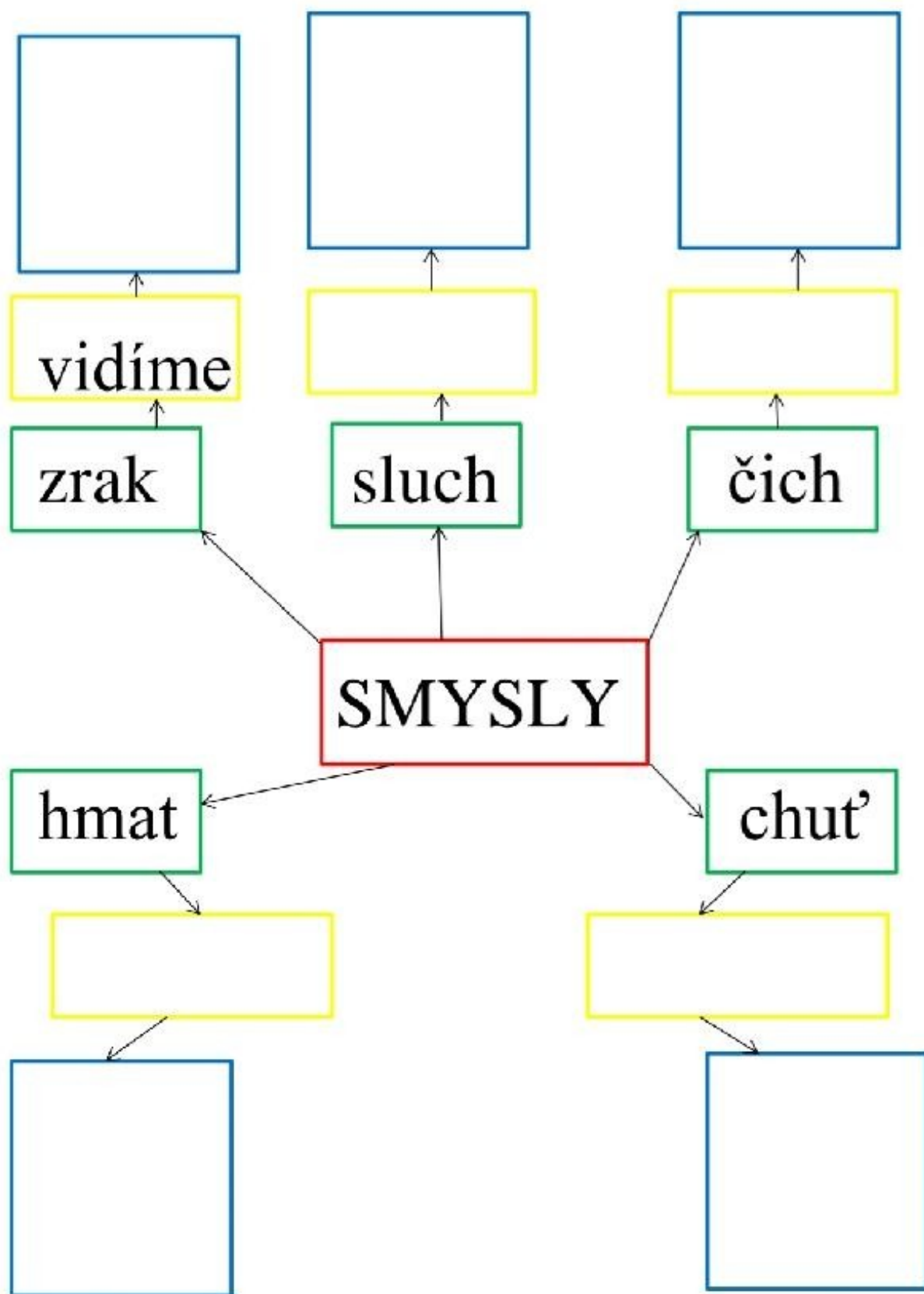
Všechna zdravá strava musí být doplněna pobytem na čerstvém vzduchu a sportem.
Jak říká jedno přísloví: **Kam nechodí slunce, tam chodí lékař.**

Znáte pohádku Karla Čapka **O princezně solimánské?**

Princezna Zubejda je nemocná a nikdo neví, co jí vlastně je. Nejí, nespí, nesměje se a jen kňourá. Proto se její tatínek král rozhodne vyhledat doktora, kterým však není nikdo jiný, než drvoštěp. Pan král je ovšem přesvědčen, že je to **Dr. Voštěp**. Ať tak, či tak, rozhodující je, že v okamžiku, kdy drvoštěp pokácí stromy a do pokoje se dostane sluníčko, princezna Zubejda se uzdraví.



Doplňte myšlenkovou mapu, do modrých bublin nakreslete obrázek orgánu.





Co právě vidíte,
slyšíte nebo hmatáte?

JAK VNÍMÁME SVÉ OKOLÍ

1 Spojte věty s obrázky.

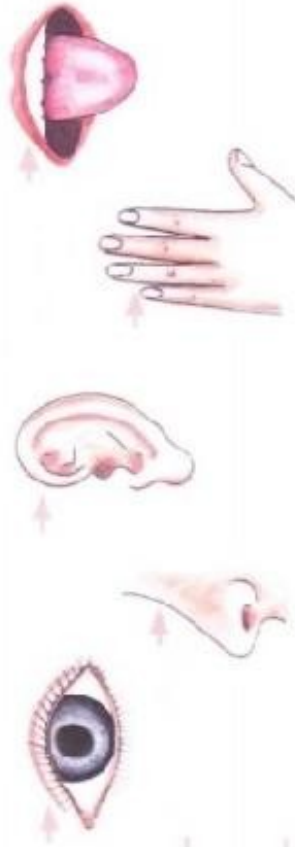
Pomocí čeho zjistíte, kolik je hodin? —

Jak poznáte při odchodu z domu, že je puščené rádio? —

Čím ucítíte chlad, když budete stavět sněhuláka bez rukavic? —

Pomocí čeho poznáte, co maminka připravuje k obědi? —

Čím jednoduše zjistíte, ve které misce je sůl a ve které cukr? —



2

3 Zavřete oči. Po chvílce je otevřete a napište, co všechno jste vnímali ve svém okolí sluchem:

4 Popište, co se stane, když cítíte vůni oběda:

5 Vezměte si kostku cukru a přiložte ji na špičku jazyka. Ucítíte sladkou chuť. Vypláchněte si ústa vodou a přiložte kostku cukru ke kořeni jazyka. Zjistili jste, že sladkou chuť nevnímáme na špičku jazyka.

6 Doplňte podle vzoru:

hmat – kůže (např. prsty) – hmatáme

sluch – uši – slyšíme

čich – nos – čicháme

chuť – ř – chutnáme

zrak – oči – vidíme

Doplňte: Svě okolí vnímáme a poznáváme uši. Ke smyslům patří: nos, oči.

uši, čich a ř. Části těla, ve kterých jsou smysly uloženy, nazýváme **smyslová ústrojí**.