



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Lenka Janatková

VY_52_inovace_06_prvzdraví_25

květen 2013

2. ročník

Prvouka

Zdraví: Být zdravý

1. Čti pozorně text. Odpověz na otázku a splň úkol.

Být zdravý znamená netrpět žádnou nemocí a nezpůsobit si žádný úraz. Úrazu se člověk snaží předejít zvýšenou opatrností při práci a sportu a hlavně vyhýbáním se zbytečnému nebezpečí. I nemoci se můžeme snažit předejít a to dodržováním zásad zdravého způsobu života.

Jaký je rozdíl mezi nemocí a úrazem?

Má vliv na tvoje zdraví dobrá nálada?

Jaké jsou zásady zdravého způsobu života?

Úkol: Vyber zakroužkováním zásady zdravého způsobu života.

a/ dodržujeme správné hygienické návyky

b/ dodržujeme zásady zdravé výživy a pitný režim

c/ dbáme na kulturu stolování

d/ koukáme hodně na televizi

e/ sportujeme

f/ pobýváme v přírodě na čerstvém vzduchu

g/ strávíme hodně času na počítači

h/ oblékáme se čistě a přiměřeně počasí

ch/ udržujeme v čistotě a pořádku své okolí, vyhýbáme se nadměrnému hluku a kouři

i/ chodíme pozdě spát

Úkol: Napiš, co ti udělá radost, abys měl dobrou náladu.

2. Vyber správné telefonní číslo, na které budeš volat, když budeš potřebovat rychle lékařskou pomoc a vybarvi ho červeně.

158	155	150
-----	-----	-----

Anotace:

Výukový materiál je určen k procvičení učiva prvouky a k rozvíjení čtenářské gramotnosti.