

Przedmiot: Przyroda

Nauczyciel Marta Orenczuk mail martaorenczuk@wp.pl

Klasa IV

Data: 16.04, 17.04 2020 2.godz.

Temat: Zdrowy styl życia

Przepisz do zeszytu:

Wpływ na nasze zdrowie mają przede wszystkim:

- dieta,
- długość snu,
- aktywność fizyczna,
- stosowanie używek (palenie papierosów, narkotyki, alkohol),
- korzystanie z opieki medycznej (badania profilaktyczne)

Odpowiedz na pytania:

1. Młody człowiek , który się uczy , jest zdrowy, i aktywny ruchowo powinien spać..... godzin.

2. Jakie posiłki powinieneś jeść:

-
-
-
-
-

3. Czym są badania profilaktyczne?.....

4. Jaką dziedzinę sportu lubisz uprawiać?.....

5. Narysuj 4 warzywa i 4 owoce, które lubisz:

Zaplanuj swój dzień

Przedstaw rysunkowo swój dzień , możesz wykorzystać poniższe ilustracje:



Wstaje godz.....

Toaleta Poranna godz.

Śniadanie: godz., Drugie śniadanie godz.....

Nauka: godz. (od - do).....

Obiad.....

zajęcia ruchowe godz (od – do)

Podwieczorek godz.....

Odpoczynek (od- do)

Kolacja: godz

zabawa godz. (od- do)

Toaleta wieczorna godz.

Sen (od – do)