

DIGITÁLNÍ UČEBNÍ MATERIÁL

Pořadové číslo DUM	370
Jméno autora	Mgr. Michaela Vejšická
Datum, ve kterém byl DUM vytvořen	12.1.2012
Ročník, pro který je DUM určen	2.
Vzdělávací oblast (klíčová slova)	Člověk a jeho svět.
Metodický list - výstižný popis způsobu použití DUM	Člověk a zdraví, režim dne, potraviny rostlinného původu, potraviny živočišného původu, jídelníček, lékař, teploměr, nemoc, úraz, lékárnička, důležitá telefonní čísla. Pracovní listy.



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

ČLOVĚK A ZDRAVÍ

1. Dopln, jak žiješ během dne.

Ráno vstávám v _____. Umyji se _____ vodou
a _____ zuby. Po použití záchodu si vždy _____.
Vlasy si _____ hřebenem. Obleču si _____ oblečení.
Dám si zdravou _____.
Při cestě do školy dávám pozor na _____ provoz.
Ve škole _____.
Odpoledne _____. Úkoly píšu _____.
Před spaním se _____ a zuby si vyčistím dětskou _____
_____. Jednou týdně si _____ nehty a _____
_____ uši. Chodím spát _____.

2. Rozlušti pořekadla.

Č A T O I S T _____

Ů L P _____

R D Z V A Í _____

V R É V D A M Z _____

Ě E T L _____

Z D A R V Ý _____

CH U D _____

V S E E L Á _____

M S L Y _____

L Ú P _____

Z R V D A Í _____

3. Spoj čarami, co k sobě patří.



POTRAVINY ŽIVOČIŠNÉHO PŮVODU



POTRAVINY ROSTLINNÉHO PŮVODU

4. ZAKROUŽKUJ ZDRAVÉ POTRAVINY.



5.Sestav vhodný jídelníček.

dort	mléko	jogurt	kakao	párky
sýr	máslo	salám	chléb	rohlík
knedlíky	rýže	ovoce	zelenina	čokoláda
lízátko	řízky	svíčková	kuře	ryba
polévka	Cola-cola	čaj	mléko	voda

SNÍDANĚ: _____

SVAČINA (PŘESNÍDÁVKA): _____

OBĚD: _____

SVAČINA: _____

VEČEŘE: _____

6.Osmisměrka. Vyhledej slova a zakroužkuj zbylá písmena z nichž vyluštíš tajenku.

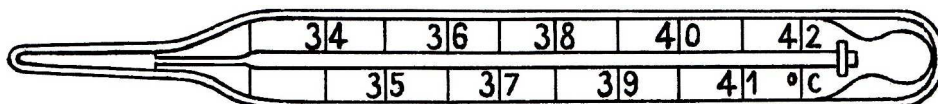
LÉKAŘ, ZUBAŘ, LÉKY, RECEPT, SANITKA, TEPLOMĚR, ČEKÁRNA, KAPKY, HOREČKA, KAŠEL, RÝMA

A	L	T	P	E	C	E	R
K	L	É	K	A	Ř	Ě	Č
T	É	É	K	A	M	E	L
I	K	Á	B	O	K	E	R
N	Y	U	L	Á	Š	N	A
A	Z	P	R	A	M	Ý	R
S	E	N	K	A	P	K	Y
T	A	K	Č	E	R	O	H

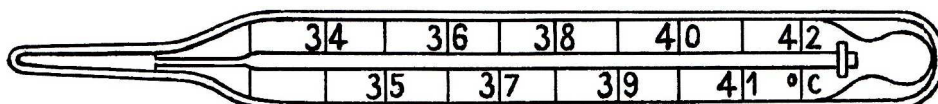
TAJENKA:

□	□	□	□	□	□	□
---	---	---	---	---	---	---

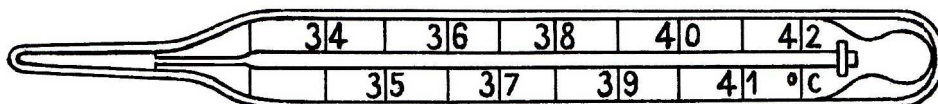
7. ● Vyznač na stupnici teploměru normální teplotu.



● Vyznač na stupnici teploměru zvýšenou teplotu.



● Vyznač na stupnici teploměru horečku.



8. Roztříd' kartičky se slovy do dvou sloupců.

ANGINA	ZLOMENINA	POPÁLENINA	ROZBITÁ HLAVA	SPALNIČKY
ŽLOUTENKA	ODŘENINA	NEŠTOVICE	POŘEZÁNÍ	CHŘIPKA

NEMOC

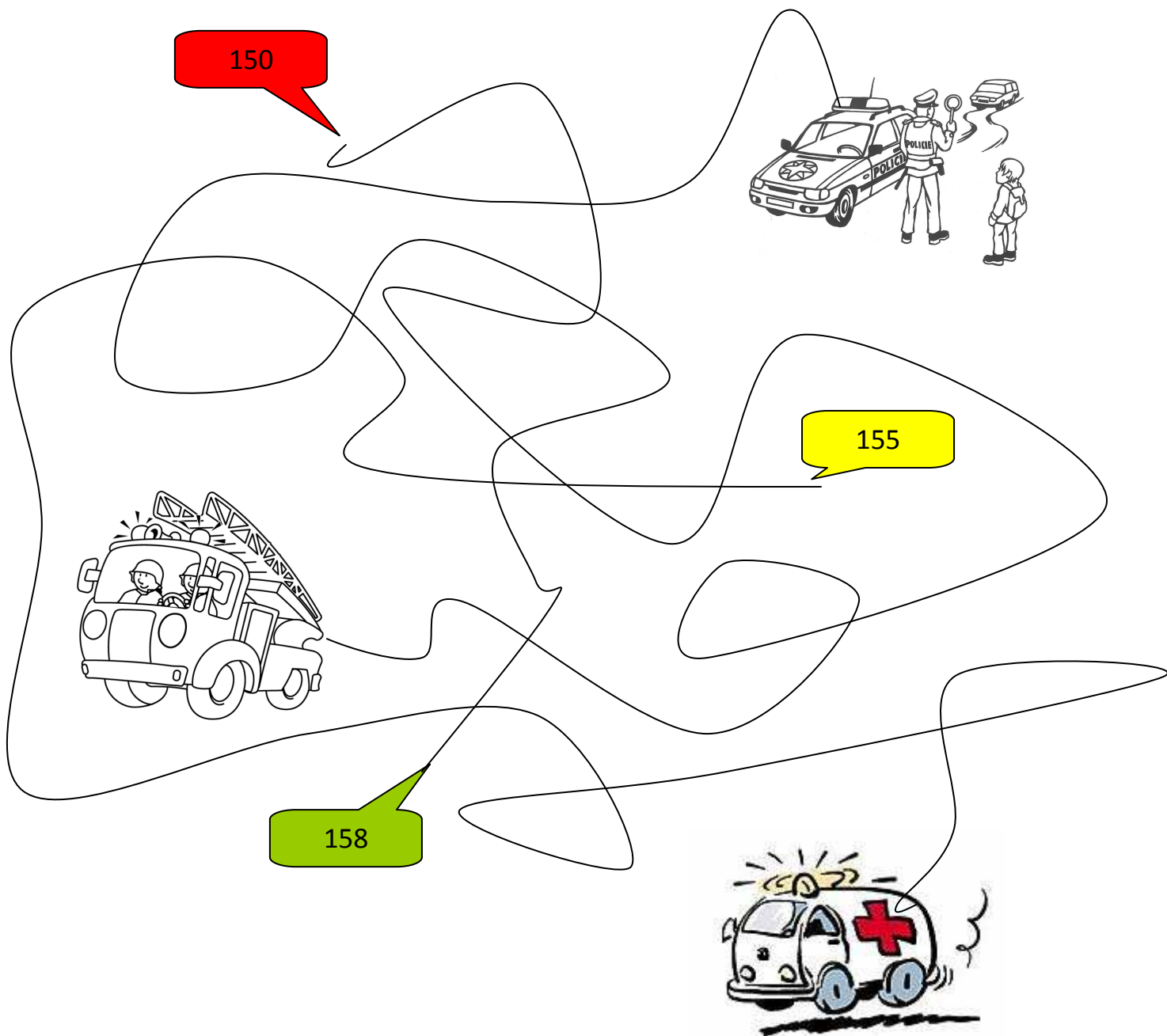
ÚRAZ

9. Nakresli pět věcí, které patří do lékárničky.



A large, empty rectangular box with a thin black border, intended for drawing five items that belong in a first aid kit.

10. Barevnou pastelkou správně vyznač bludiště.



ŘEŠENÍ:

1. Dopln, jak žiješ během dne.

Ráno vstávám v půl sedmé. Umyji se vlažnou vodou

a vyčistím si zuby. Po použití záchodu si vždy umyji ruce.

Vlasy si učesu hřebenem. Obleču si čisté oblečení.

Dám si zdravou snídani.

Při cestě do školy dávám pozor na silniční provoz.

Ve škole dávám pozor. Odpoledne si hraji.

Úkoly píšu doma.

Před spaním se umyji a zuby si vyčistím dětskou zubní

pastou. Jednou týdně si ostřím nehty a

vyčistím uši. Chodím spát v 8 hodin.

2. Rozlušti pořekadla.

Č A T O I S T

ČISTOTA

Ů L P

PŮL

R D Z V A Í

ZDRAVÍ

V R É V D A M Z

V ZDRAVÉM

Ě E T L

TĚLE

Z D A R V Ý

ZDRAVÝ

CH U D

DUCH

V S E E L Á

VESELÁ

M S L Y

MYSL

L Ú P

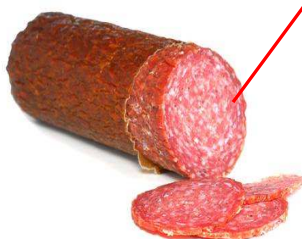
PŮL

Z R V D A Í

ZDRAVÍ

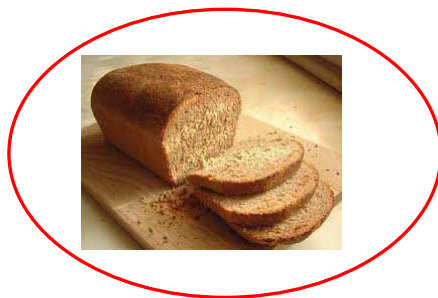
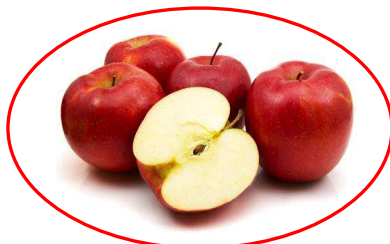
3. Spoj čarami, co k sobě patří.

POTRAVINY ŽIVOČIŠNÉHO PŮVODU



POTRAVINY ROSTLINNÉHO PŮVODU

4. ZAKROUŽKUJ ZDRAVÉ POTRAVINY.



5. Sestav vhodný jídelníček.

dort	mléko	jogurt	kakao	párky
sýr	máslo	salám	chléb	rohlík
knedlíky	rýže	ovoce	zelenina	čokoláda
lízátko	řízky	svíčková	kuře	ryba
polévka	Cola-cola	čaj	mléko	voda

SNÍDANĚ: _____ **CHLĚB , MÁSLLO , SÝR , MLÉKO**

SVAČINA (PŘESNÍDÁVKA): _____ **JOGURT , OVOCE , ČAJ**

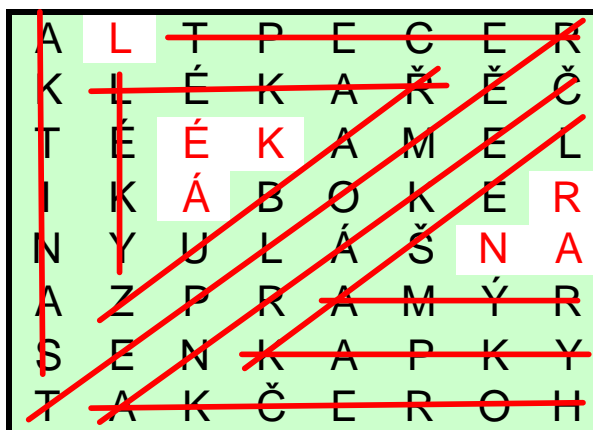
OBĚD: _____ **POLÉVKA , KUŘE , RÝŽE , ZELENINA , DŽUS**

SVAČINA: _____ **ROHLÍK , SALÁM , VODA**

VEČEŘE: _____ **RYBA , ZELENINA , ČAJ**

6. Osmisměrka. Vyhledej slova a zakroužkuj zbylá písmena z nichž vyluštíš tajenku.

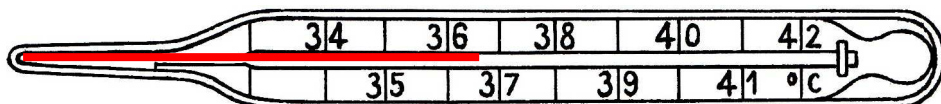
LÉKAŘ, ZUBAŘ, LÉKY, RECEPT, SANITKA, TEPLoměR, ČEKÁRNA, KAPKY, HOREČKA, KAŠEL, RÝMA



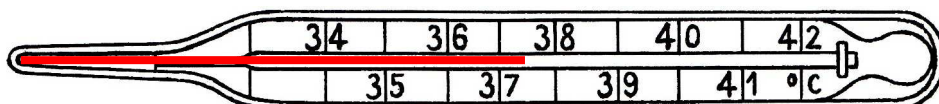
TAJENKA:

L É K Á R N A

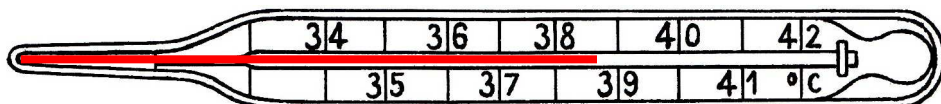
7. ● Vyznač na stupnici teploměru normální teplotu.



● Vyznač na stupnici teploměru zvýšenou teplotu.



● Vyznač na stupnici teploměru horečku.



8. Roztříd' kartičky se slovy do dvou sloupců.

ANGINA	ZLOMENINA	POPÁLENINA	ROZBITÁ HLAVA	SPALNIČKY
ŽLOUTENKA	ODŘENINA	NEŠTOVICE	POŘEZÁNÍ	CHŘIPKA

NEMOC

- ANGINA
- ŽLOUTENKA
- NEŠTOVICE
- SPALNIČKY
- CHŘIPKA

ÚRAZ

- ZLOMENINA
- ODŘENINA
- ROZBITÁ HLAVA
- POPÁLENINA
- POŘEZÁNÍ

9. Nakresli pět věcí, které patří do lékárničky.



OBINADLO

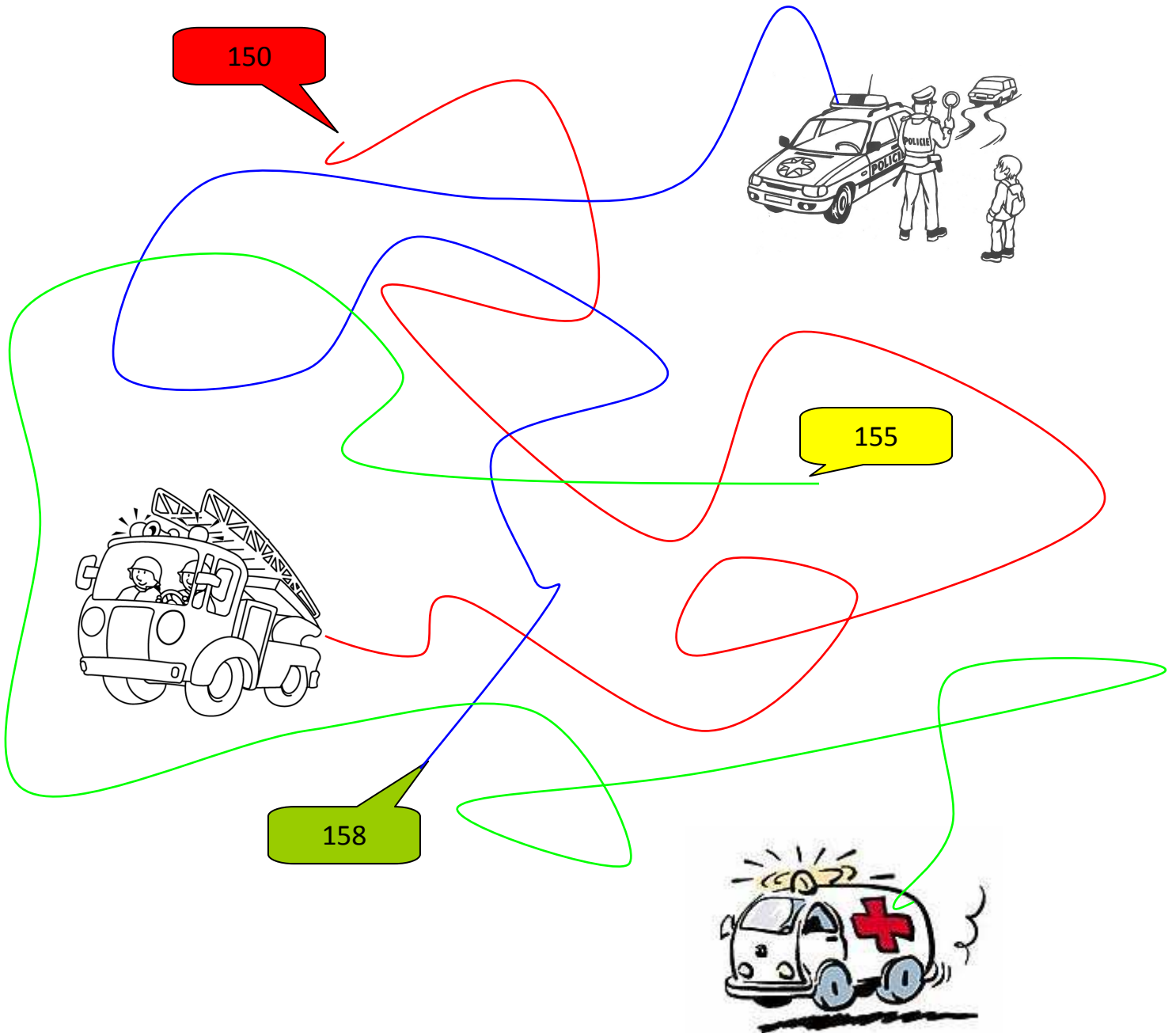
NÁPLAST

NŮŽKY

DESINFEKCE

PINZETA

10. Barevnou pastelkou správně vyznač bludiště.



Obrazový materiál [cit. 2012-03-10].

MLÉKO: http://www.mlekarna-kunin.cz/images/53713_mleko_polotucne_1l_bez.png

JABLKO: http://nd05.jxs.cz/889/834/163693d350_80678755_o2.jpg

BÁBOVKA: <http://www.raduzyrecepty.com/img/picture/1970/Mramorov%C3%A1-b%C3%A1bovka-t%C5%99%C3%AD-barev.JPG>

MRKEV: http://www.nakupdomu.cz/editor/image/eshop_products/image_l_14734.jpg

SALÁM: http://i.lidovky.cz/09/072/Ingal/GLU2c7bd6_salam.jpg

TVAROH: http://www.levmilk.sk/Data/350/UserFiles/tvaroh_makky2.jpg

HOUSKA: <http://www.pekarnakabat.cz/images/products/houska.png>

MOUKA: <http://static.akcniceny.cz/foto/vyrobky/396250/396089.jpg>

BONBONIERA: http://www.kvetiny-kytice.cz/data/USR_037_DEFAULT/small_kvetiny_darky_toffife.jpg

ZMRZLINA: http://nd04.jxs.cz/159/556/ab946e8b9d_76812741_o2.gif

HRÁČH: http://www.asistentka.cz/files/hrasek_1.jpg

CELOZRNÝ CHLĚB: <http://www.genre.fsnet.co.uk/kitchen/bread/loaf.jpg>

ZELENINA: <http://duels.cz/galerie/zelenina.jpg>

JOGURT: <http://www.potravinodomu.cz/data/L/2/C/phpL2C6Oa.jpg>

COCACOLA: <http://www.celysvet.cz/novinky/foto/coca-cola-je-tu-120-let-a-bude-uz-asi-naveky-3.jpg>

DŽUS: <http://i.iinfo.cz/images/100/dzus.jpg>

RYBA: http://www.zenyprozeny.cz/data/img1/obr-clanky/clanek-velky/kaprik_na_taliri0703.jpg

PAŠTIKA: <http://www.potravinodomu.cz/data/1/R/C/php1RC2uw.jpg>

LÉKÁRNIČKA: <http://www.abstore.cz/ed/photo/lekarna1.jpg>

HASIČSKÉ AUTO: <http://www.i-creative.cz/wp-content/uploads/2008/09/hasici.gif>

POLICEJNÍ AUTO: <http://wiki.rvp.cz/@api/deki/files/9885/=auta02.jpg>

SANITKA: <http://www.zshutnikves.cz/doc/500/element/17305/download>

TEPLOMĚR: MLADÁ, J., PODROUŽEK, L.: Pracovní sešit k učebnici Prvouka pro 3. ročník základní školy. SPN, Praha 2003. ISBN 80-7235-079-X. Str. 26