

ZDRAV DUH V ZDRAVEM TELESU

1. Za svoje zdravje lahko poskrbimo na različne načine. S pomočjo svojega znanja in učbenika (Gospodinjstvo 5 od strani 16 do 21) dopolni naslednjo tabelo in jo prepisi v zvezek.

ZDRAV DUH V ZDRAVEM TELESU

Kaj naredimo za zdravje?	Zakaj?
Če smo bolni, obiščemo zdravnika.	
	Dobimo protitelesa – borci proti bolezenskim mikrobom.
	Odstranjujemo nevarne mikrobe (viruse, bakterije ...), umazanijo, znoj.
Jemo raznovrstno hrano.	
	Razvijamo in krepimo svoje zdravje.
Skrbimo za spanje in počitek.	

2. V zadnjem času je skrb za zdravje še posebej pomembna, in sicer osebna higiena in umivanje rok.

Večkrat si oglej posnetek pravilnega umivanja rok. Med ogledom treniraj umivanje brez mila in vode. **Po ogledu si pojdi temeljito umiti roke. Ne pozabi, da umivanje rok traja 1 minuto. Vsak dan si vsaj enkrat temeljito umij roke.**

Čiste roke za zdrave otroke: <https://www.youtube.com/watch?v=7JGNsH5uHGY>

3. Natančno si oglej poskus <https://www.youtube.com/watch?v=MYOhjP-QiAA&t=7s> in ga predstavi staršem. Predno pomočiš prst z milom v krožnik, vprašaj starše, kaj se bo zgodilo. Za poskus lahko uporabiš že mleti poper in milo, ki ga samo namažeš na prst.
4. Ne pozabi na umivanje zob.

Želiva ti prijetno delo doma.

Učiteljici:

Mojca Kovačič in Marjetka Turšič