



## TERVISLIKUD ELUVIISID

**Lohista lünka sobiv sõna!**

AJU ELUNDEID KOPSUD  
SEEDEELUNDID SÜDA

Inimkehas on palju .....  
..... juhib ja kontrollib kogu keha  
tegevust.  
..... pumpab verd kehas ringi.  
..... varustavad keha hapnikuga.  
..... varustavad keha toitainetega.

**Ühenda joonega!**

jõud  
osavus  
vastupidavus  
painduvus

**FÜÜSILISED  
VÕIMED**  
**VAIMSED  
VÕIMED**

kunstilised  
muusikalised  
keelelised  
matemaatilised

## Lause saamiseks järjesta sõnad õigesse järjekorda



- |                                    |                                     |
|------------------------------------|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> ANNAB     | <input type="checkbox"/> TERVISLIK  |
| <input type="checkbox"/> TOITUMINE | <input type="checkbox"/> ENESETUNDE |
| <input type="checkbox"/> MEILE     | <input type="checkbox"/> HEA        |

## Leia need sõnad sõnasalatist!

H E M H J A N N A B  
U N H E T B S S H E  
W E O W I Z M J D N  
Q S H V J L B Y Y I  
V E N W Z Y E Y E M  
X T S H L U D Q M U  
A U S E J X K J W T  
U N R A D X B D M I  
Z D Y N D I X B M O  
T E R V I S L I K T

**Kas tegemist on taimse või loomse toiduaineega?  
Vali õige!**

juurviljad

leib

munad

kala

liha

piim

koor

makaronid

puuviljad

köögiviljad

marjad

taimsed õlid

**Lõpeta lause!**

Taldrikureeglit järgides saad toidust kõik

..... tunneb ennast füüsiliselt ja



**Millised sõnad sobivad lünka?**

..... tunneb ennast füüsiliselt ja  
vaimselt hästi. Lapse hea .....  
tähendab, et tal on rõõmus meel ning head

mõtted. Lapse hea ..... tähendab,  
et ta ei ole haige ja kuskilt ei valuta.

..... suudab mängida, õppida,  
sportida ja palju muudki teha. Õige toitumine,  
liikumine, puhkus ja puhtus aitavad olla

.....



### Lõpeta lause!

Õnnetusjuhtumist teata telefonil .....

Ravimeid tohib võtta ainult .....

**Vaata multifilmi ning vasta küsimustele:**

1. Mitu korda pesid lapsed enne kätepesu tundi käsi?
2. Millise laulu abil pesid Jänku-Juss ja tema sõbrad käsi?
3. Kui kaua tuleb vähemalt käsi pesta?

### Järjestada kätepesu tegevused:



- Hõõru seep kätele laialt 20 sekundi jooksul.
- Loputa käsi hoolikalt.
- Ava vee kraan ja tee käed sooja veega märjaks.
- Hõõru kõiki käe osasid – sõrmi, käeselga, sõrmevahesid, näpuotsi. Ära tee seda voolava vee all.
- Sulge vee kraan ja kuivata käed.
- Võta peopessa seipi.