

ÚKOL Č. 1 Najdi v osmisměrce pojmy, týkající se zdravého životního stylu:

Zelenina, úsměv, pohyb, voda, hygiena, spánek, vitamín, přátelé

V	K	S	E	D	X	C	Z	J	M
O	L	P	Ř	Á	T	E	L	É	U
D	C	Á	A	Y	Z	B	M	Q	Z
A	W	N	I	O	B	V	P	N	T
S	Z	E	L	E	N	I	N	A	D
C	N	K	K	G	U	T	V	L	P
N	E	I	P	S	E	A	B	R	O
Ú	S	M	Ě	V	Q	M	O	X	H
E	F	J	C	R	K	Í	S	M	Y
Č	H	Y	G	I	E	N	A	A	B

ÚKOL Č. 2 Vyber správnou odpověď:

1. Kolikrát denně bychom měli jíst?
 - a) 2x denně velkou porci
 - b) 4- 5x denně menší porci
 - c) 7x denně po kousíčkách
2. Kolik hodin spánku je ideální pro dospívající?
 - a) 8-9 hodin
 - b) 11-12 hodin
 - c) 4-5 hodin
3. Jaká je nejzdravější svačina do školy?
 - a) Chléb se sýrem, jablko, voda
 - b) Energetický nápoj
 - c) Čokoládová tyčinka, Coca-Cola



LIVEWORKSHEETS