

DAN DEJAVNOSTI – naravoslovni dan:

1. Za delo boš potreboval/a delovni zvezek za SLJ in zvezek za SPO

- **Odpri SDZ 2, str. 54**

V levem zgornjem kotu klikni na čebelčka in si oglej film. Kaj si novega izvedel/a? Kaj si se naučil/a iz vsebine filma? Pripoveduj staršem.

- **V delovnem zvezku, SDZ 2, str. 54, 55, 56; naslov SKRB ZA ZDRAVJE so tri besedila.**
 - Oglej si fotografije, glasno preberi prvo besedilo. Spodaj, na učnem listu, imaš vprašanja, preberi vprašanja in nanje ustno odgovori. Nato glasno preberi drugo in tretje besedilo in ravno tako ustno odgovori na spodnja vprašanja.
 - Izberi si vprašanja enega besedila, v delovnem zvezku SLJ, pod besedili, na katera boš pisno odgovori/a, v zvezek SPO.

Osebna higiena

Ste že pred branjem besedila vedeli, da se klice vpijejo v maščobo na koži? Kaj storita topla voda in milo? Pojasnite, zakaj si moramo roke umivati pod tekočo vodo. Je dobro, da si več ljudi briše roke v isto brisačo? Zakaj ne? Zakaj imate v šoli papirnate brisače? Pripovedujte, kako vsak dan skrbite za osebno higieno.

Telesna dejavnost

Zakaj se moramo veliko gibati na svežem zraku? Koliko časa preživite na svežem zraku? Kaj delate? Zakaj dolgotrajno sedenje pred televizorjem in računalnikom ni zdravo? Koliko časa dnevno preživite pred televizorjem in računalnikom?

Hrana

Zakaj moramo jesti raznovrstno hrano? Koliko obrokov dnevno zaužijete? Ali zjutraj zajtrkujete? Utemeljite svoj odgovor. Zakaj se moramo pred jedjo umiriti? Zakaj moramo jesti počasi in hrano dobro prežvečiti? Povejte, kako se obnašamo pri jedi v šoli in kako doma.

2. Ogled kratkega filmčka

Zakaj je pomembna osebna higiena si izvedel/a iz prvega besedila, na spodnji spletni povezavi si oglej kratek filmček o umivanju rok.

<https://youtu.be/PolGQzAJmRk>

3. Sestavi zdrav obrok

Iz besedila Hrana si izvedel/a, da moramo jesti raznovrstno hrano. V zvezek SPO oblikuj (nariši ali napiši), zdrav dnevni obrok, lahko je zdrav zajtrk, kosilo, malica ali večerja.

Doma pomagaj staršem pri pripravi zdravega obroka, ki ga boste skupaj pojedli.

4. Telesna aktivnost

Telesna aktivnost je tudi zelo pomembna za naše zdravje, zato boš za konec telovadil/a po spodnjem navodilu – KROŽNA VADBA

