

VII. Výchova ke zdraví

(středa 2. 12. 2020)

1) Zkontrolujte si a doplňte do sešitu vše, co tam máte mít. Příští týden to budu kontrolovat.

2) Přečtěte si v učebnici strany 91-92.

3) Udělejte si zápis:

Látky tvořící naše tělo

- musí být obsaženo v potravě:

- proteiny (bílkoviny) – výživné stavební látky – pro tvorbu a výživu tělesných tkání

- sacharidy (cukry) a tuky – dodávají energii pro tělesné činnosti

- vitamíny a minerální látky napomáhají lepšímu fungování těla

- voda

Nakreslete si (zjednodušeně) potravinovou pyramidu ze strany 92.

Ještě si opište to, co je pod pyramidou.