

Vzdělávací materiál projektu Zlepšení podmínek výuky v ZŠ Sloup

Název vzdělávacího materiálu	Péče o zdraví
Anotace	Pracovní list shrnuje poznatky o zdraví, vede žáky k zamyšlení a formulaci vlastních názorů. Žák doplňuje přímo do pracovního listu.
Autor	Mgr. Hana Němcová
Vzdělávací oblast	Člověk a zdraví, Člověk a příroda
Očekávaný výstup	Žák si uvědomí hodnotu lidského zdraví a nutnost o něj pečovat.
Třída	6. – 7. ročník



1. Hodnota zdraví

Zdraví je stav, kdy se člověk cítí po všech stránkách dobře, tedy v úplné tělesné, duševní a sociální pohodě. Lidské zdraví je velmi křehké, a proto se může snadno narušit. To, jestli budeme zdraví můžeme z velké míry sami ovlivnit.

Jak si ceníš svého zdraví? Vytvoř si vlastní žebříček hodnot. Zapiš je na jednotlivé příčky žebříku(doprostřed). Začni zdola, tam umísti hodnotu, která je pro tebe nejméně důležitá, směrem nahoru piš důležitější hodnoty. Za každou příčku vymysli a napiš slovo opačného významu k vybrané hodnotě. Pozor, nesmíš ho vytvořit pomocí předpony NE.



PENÍZE

PŘÍRODA

PŘÁTELSTVÍ

ÚSPĚCH

ZDRAVÍ

LÁSKA

PRAVDA

RODINA

VZDĚLÁNÍ

SVOBODA



2. Co zdraví prospívá a co škodí

Do levého sloupce napiš stručný seznam věcí, které na lidské zdraví působí pozitivně. Do pravého sloupce zapiš všechny věci, které mohou zdraví člověka ohrožovat:



3. Správně nebo ne?



Rozhodni, zda jsou následující tvrzení správná nebo ne. Správné označ  špatné označ  a zkus je opravit.

1. Za naše zdraví jsou odpovědní hlavně lékaři.
2. Určitá nemoc zasahuje jen jeden orgán v těle.
3. V životě člověka má zdraví velkou cenu.
4. Nemoc ovlivňuje také duševní stav člověka a často i jeho soužití s ostatními lidmi.
5. Každá nemoc má jedinou příčinu.
6. Zdraví je hlavně v mládí naprostou samozřejmostí.
7. Každý je osobně zodpovědný za své zdraví.
8. Některé nemoci mohou být dědičné.
9. Zdraví je ovlivňováno životním prostředím a celkovým životním stylem.
10. Na vzniku nemocí se podílí celá řada činitelů.

Které tři stránky zahrnuje zdraví? Vypiš: _____
Vysvětli pojem nemoc: _____

Napiš příklady 5 různých nemocí. Dvě z nich vyber a zkus porovnat, co mají společného a v čem se liší.

-
-
-
-

Řešení

1. Hodnota zdraví

Možné příklady opačných hodnot:

peníze – chudoba, příroda - velkoměsto, přátelství – osamělost, úspěch – krach,
zdraví – nemoc, láska – nenávisť, pravda – lež, rodina – samota, vzdělání –
omezenost, svoboda - uvěznění

2. Co zdraví prospívá a co škodí

prospívá:

- správná strava, dostatek pohybu, relaxace, ...

škodí:

- pití alkoholu, kouření, drogy, špatné životní podmínky, ...

3. Správně nebo ne?

1. NE
2. NE
3. ANO
4. ANO
5. NE
6. NE
7. ANO
8. ANO
9. ANO
10. ANO

Které tři stránky zahrnuje zdraví? **tělesnou, duševní a sociální**

Vysvětli pojem nemoc: **Narušení vnitřní rovnováhy mezi organismem a prostředím.**

Napiš příklady 5 různých nemocí. Dvě z nich vyber a zkus porovnat, co mají společného a v čem se liší.

- chřipka X angína – obě poměrně běžná onemocnění
- neštovice X tuberkulóza -
- AIDS X kapavka – obě přenosné pohlavním stykem
- malárie X borelióza – obě přenosné hmyzem

Zdroje obrázků:

NEZNÁMÝ AUTOR. Note Clip Art [cit. 2011 -20-03]. Dostupný pod licencí Public Domain Clip Art na WWW: <<http://www.pdclipart.org/displayimage.php?album=37&pos=281>>

OCAL. Question Mark clip art [cit. 2011-15-04]. Dostupný pod licencí Public Domain Clip Art na WWW: <<http://www.clker.com/clipart-10842.html>>

OCAL. Checked clip art [cit. 2011-21-04]. Dostupný pod licencí Public Domain Clip Art na WWW: <<http://www.clker.com/clipart-3591.html>>

OCAL. Red Cross X clip art [cit. 2011-21-04]. Dostupný pod licencí Public Domain Clip Art na WWW: <<http://www.clker.com/clipart-3584.html>>

OCAL. Smiley Face clip art [cit. 2011-03-04]. Dostupný pod licencí Public Domain Clip Art na WWW: <<http://www.clker.com/clipart-4244.html>>

OCAL. Sad Smiley clip art [cit. 2011-03-04]. Dostupný pod licencí Public Domain Clip Art na WWW: <<http://www.clker.com/clipart-4245.html>>

