

Vzdělávací materiál projektu Zlepšení podmínek výuky v ZŠ Sloup

Název vzdělávacího materiálu	Zdraví
Anotace	Pracovní listy k procvičování zdraví. Pracovní list se vytiskne a žákům předloží k doplnění.
Autor	Mgr. Dita Látalová
Vzdělávací oblast	Člověk a zdraví, Člověk a příroda
Očekávaný výstup	Žák se naučí pojmy ze zdraví.
Ročník	5. – 9.



ZDRAVÍ

1. Vysvětli následující pojmy:

- NEMOC.....
- BAKTERIE.....
- RAKOVINA.....
- IMUNITA.....
- PREVENCE.....
- EPIDEMIE.....
- OČKOVÁNÍ.....
- ATB.....

2. Vypiš pět nemocí způsobených viry a pět nemocí způsobených bakteriemi:

VIROVÁ ONEMOCNĚNÍ.....
.....
.....
.....
.....

BAKTERIÁMNÍ ONEMOCNĚNÍ.....
.....
.....
.....
.....

3. Proti kterým onemocněním lze očkovat, a která očkování jsi sám už podstoupil?

.....
.....
.....
.....
.....

4. Vytvoř svých 10 zásad zdravého způsobu života:

- 1.....
- 2.....
- 3.....
- 4.....
- 5.....
- 6.....
- 7.....
- 8.....
- 9.....
- 10.....

5. Z uvedených pojmů vyber pět takových, které ovlivňují naše zdraví nejvíce a podtrhni je červeně:

ŽIVOTNÍ STYL

POHLAVÍ

DĚDIČNOST

VZDĚLÁNÍ

RODINA

MÍSTO, KDE ŽIJEŠ

PENÍZE

OVZDUŠÍ

ZDRAVÁ VÝŽIVA

ŘEŠENÍ:

1. Vysvětli následující pojmy:

NEMOC JE PATOLOGICKÝ STAV TĚLA, NEBO MYSLI, KTERÝ JIDINCI ZPŮSOBUJE SUBJEKTIVNÍ POTÍŽE
BAKTERIE MIKROORGANISMY, KTERÉ MÍVAJÍ KULOVITÝ NEBO TYČINKOVITÝ TVAR
RAKOVINA JE NÁDOROVÉ ONEMOCNĚNÍ, RŮZNÝCH ORGÁNŮ
IMUNITA SCHOPNOST ORGANISMU BRÁNIT SE PROTI PATOGENŮM
PREVENCE OPATŘENÍ, KTERÁ MAJÍ PŘEDCHÁZET NEMOCEM
EPIDEMIE VĚTŠÍ NAHROMADĚNÍ VÝSKYTU ONEMOCNĚNÍ V ČASOVÉ A MÍSTNÍ SOUVISLOSTI
OČKOVÁNÍ ÚČELEM JE ZABRÁNIT ROZVOJI ŘADY ONEMOCNĚNÍ
ATB ANTIBIOTIKA – LÉKY, PROTI ONEMOCNĚNÍ ZPŮSOBOVANÝCH BAKTERIEMI

2. Vypiš pět nemocí způsobených viry a pět nemocí způsobených bakteriemi:

VIROVÁ ONEMOCNĚNÍ AIDS
VIROVÁ HEPATITIDA
CHŘIPKA
NEŠTOVICE
VZTEKLINA

BAKTERIÁMNÍ ONEMOCNĚNÍ ANGÍNA, SALMONELOZA
SPÁLA, TBC
ZÁPAL PLI, TETANUS
ČERNÝ KAŠEL
KAPAVKA

3. Proti kterým onemocněním lze očkovat, a která očkování jsi sám už podstoupil? OČKOVÁNÍ JE FORMA PREVENCE, PROTI NEMOCEM , KTERÉ V MINULOSTI VEDLI VELMI ČASTO KE SMRTI MALÝCH DĚTÍ

4. Vytvoř svých 10 zásad zdravého způsobu života:

- 1 DOSTATEK SPÁNKU
- 2 DOSTATEK POHYBU
- 3 ZDRAVÁ VÝŽIVA
- 4 NESTRESOVAT SE
- 5 NEKOUŘET
- 6 UDRŽOVAT SI ZDRAVOU TĚLESNOU HMOTNOST
- 7 POŽÍVAT ALKOHOL POUZE V MALÉM MNOŽSTVÍ
- 8 OBKLOPUJTE SE POZITIVNÍMI LIDMI, USMÍVAT SE NA NĚ, UDRŽOVAT SI DOBRÉ RODINNÉ A PŘÁTELSKÉ VZTAHY
- 9 VYVAROVAT SE PŮSOBENÍ ŠKODLIVÝCH LÁTEK
- 10 PEČOVAT O SEBE A PLNIT SI SVÉ SNY

5. Z uvedených pojmů vyber pět takových, které ovlivňují naše zdraví nejvíce a podtrhni je červeně: (NIC NENÍ ŠPATNĚ)

ŽIVOTNÍ STYL	POHLAVÍ	DĚDIČNOST
VZDĚLÁNÍ	RODINA	MÍSTO, KDE ŽIJEŠ
PENÍZE	OVZDUŠÍ	ZDRAVÁ VÝŽIVA