

Ľudské telo, jeho časti, zdravie

Ľudské telo je veľmi zložitý, naše telo sa skladá z rôznych orgánov, ktoré sú vo vnútri tela. Naše telo pokrýva koža, z kože vyrastajú vlasy, chlpy, naša koža sa potí. Pre správny chod nášho tela musíme dodržiavať hygienu a samozrejme musíme sa správne stravovať, pohybovať sa teda športovať. V žiadnom prípade nemôžeme fajčiť a piť alkohol, svoje zdravie týmto veľmi ohrozujeme.



K základom hygieny je pravidelné dodržiavanie umývania svojho tela kúpaním, alebo sprchovaním teplou vodou. Pre dodržiavanie hygieny používame na usušenie tela uteráky čisté a suché. Večer pred spaním sa obliekame do pyžama, pravidelne sa staráme o vlasy, kožu aj zuby, v tomto pracovnom liste sa zameriame na čistenie zubov. Ak hygienu nedodržiavame môžeme ochoriť.



Otázky k učivu:

1. Ľudské telo je zložité, alebo zložité nie je?
2. Je hygiena dôležitá pre človeka?
3. Čo sa stane ak nedodržiavame hygienu?
4. O aké časti tela sa staráme pravidelne?
5. Čo pokrýva naše telo?
6. Môže sa koža potiť?
7. Ako zabránime tomu aby sme sa nepotili?
8. Prečo sa musíme starať o zuby?
9. Preštuduj si šesť krokov ako postupujem správne pri čistení zubov !!