**Úlohy určené žiakom na samoštúdium 30.3.-3.4.2020**

**Občianska náuka – integrovaní žiaci 7.A**

**Osobná hygiena** – prepísať do zošita

- aby sme mali zdravý život, je nutná osobná hygiena

Osobná hygiena znamená - kúpanie a umývanie (ruky, zuby, telo, hlava, nohy)

-telesný pohyb (aspoň 30 minút denne na čerstvom vzduchu)

- oddych

- správna výživa (ovocie, zelenina, čistá voda, menej cukru a soli)

- odievanie, móda (čisté a pohodlné oblečenie)

**Úlohy: vypracovať do zošita**

1. Ktoré jedlá, ovocie a zeleninu máš najradšej?

2. Napíš, ako vyzerá tvoj jedálniček

3. Vymenuj farby, ktoré sa ti páčia

4. Ktoré oblečenie nosíš najradšej?

5. Čo by si si obliekol do divadla a čo do lesa?