

„Cilvēks – veselīgs dzīvesveids, higiēna, sports, dienas režīms, uzturs”

1.uzdevums. Atzīmē pareizo!(5p.)

Veselīgs dzīvesveids nozīmē:

- ēst daudz saldumus;
- ievērot dienas režīmu;
- nodarboties ar sportu;
- visu dienu gulēt mājās un neko nedarīt;
- iet pastaigās svaigā gaisā;
- ievērot tīrību jeb higiēnu;
- ēst veselīgu pārtiku.

2.uzdevums. Uzmanīgi aplūko attēlus! **Ko tu redzi? Pabeidz teikumus!**(5p.)



Zobi jāšāk tīrīt no augšējiem zobiem.

Tie jātīra.....

Pēc tam jātīra.....

Nākošais solis - iztīrīt zobu.....

Tad notīra.....

Starp zobiem ir jātīra ar.....

3.uzdevums. Atzīmē pareizo atbildi!(1p.)

- Zobi nav jātīra.
- Zobi ir jātīra no rīta un vakarā.

4.uzdevums. Aplūko attēlus! Apvelc tos, kuri attiecas uz personīgo higiēnu!(2p.)

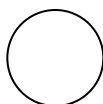
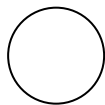
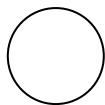
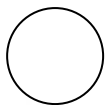
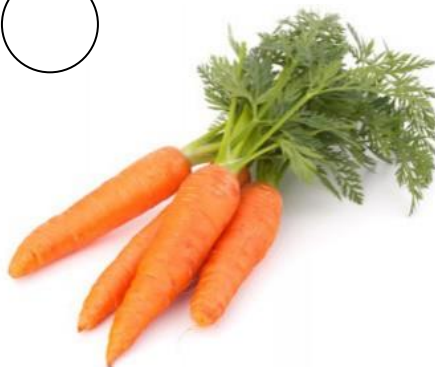
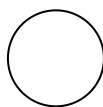
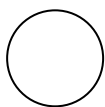


5.uzdevums. Sporto, esi fiziski aktīvs katru dienu! Tāpat kā šie bērni – vingro, lec ar lecamauklu, spēlē bumbu! **Uzzīmē arī tu dažus bērnus, kuri sporto!**(1p.)



Vieta tavam zīmējumam

6.uzdevums. Iekrāso aplīti pie tiem produktiem, kuri cilvēkam nepieciešami visvairāk!(5p.)



7.uzdevums. Aplūko attēlus! Uzraksti roku mazgāšanas secību!(6p.)



1.

2.

3.

4.

5.

6.

Paldies par dabu!

Novērtē sevi!



Tu varēji nopelnīt 25 punktus

Tu nopelnīji punktus

Izstrādāja A. Viļuma