PRIRODA I DRUŠTVO – 2 sata 31.3. i 2.4.

**Zdravlje – vježbanje i ponavljanje**

Uvježbavanje i ponavljanje ove cjeline zamišljeno je kao mali razredni projekt. S obzirom na specifičnosti i izazove on line rada i preporuke o održavanju socijalne distance, odradit ćemo to, ali umjerenijim tempom i pojedinačno.

Ovaj tjedan prikazujemo :

1. grupa : **prehrana**
2. grupa: **prehrana**
3. grupa**: pravilne životne navike**

**Smjernice i prijedlozi za obradu tema:**

1. **prehrana – kartonska piramida**

A) Kartonsku piramidu linijama (flomaster) **pravilno podijelite služeći se udžbenikom**. U polja napišite njihove nazive: **voće i povrće**, **proteini**, **ugljikohidrati**, **slatkiši i masnoće**.

Pronađite **fotografije** određenih namirnica( ili crteže) i **zalijepite** ih na piramidu na pripadajuća mjesta.

B) Istražite.

* Koja namirnica ima najviše, a koja najmanje kalorija?
* Koja namirnica se najduže probavlja?
* Koja namirnica se najsporije probavlja?
* Što je celulit?
* Zašto je važna uravnotežena prehrana?
* **Što vas još posebno zanima o ovoj temi?**

Napravite **tjedni pregled svojih pojedenih slatkiša** . ( izraditi Na A4 kao mali individualni plakatić) . Pripazite na odnos slike i teksta te na pisanje i pogreške. Vaša piramida koristit će kasnije za vaše učenje.

1. **prehrana – brošura/knjižica**

Izradite **brošuru/knjižicu** u kojoj ćete prikazati svoje odgovore i ilustrirati ih.

Pripazite na odnos slike i teksta te na pisanje i pogreške. Razmislite na koji način ćete uvezati knjižicu. Vaša brošura/knjižica koristit će kasnije za učenje.

Istražite.

* Koliko dugo čovjek može bez hrane?
* Koliko dugo čovjek može bez vode?
* Što je pothranjenost, a što pretilost?
* Koje namirnice sadrže proteine, a koje ugljikohidrate?
* Zašto je važna uravnotežena prehrana?
* **Što vas još posebno zanima o ovoj temi?**

Možete potražiti i neke:

* poslovice vezane za hranu
* svoje omiljene recepte za jela s povrćem.

Napravite **tjedni pregled pojedenog povrća** i uvrstite ga u brošuru/knjižicu.

Sve sadržaje napraviti kao brošuru.

1. **pravilne životne navike - plakat**

Izradite **plakat ( A4)** koji će sadržavati **crteže** koji prikazuju pravilne životne navike vezane uz zdravlje.

Plakat može sadržavati i neke **poslovice** ili **zanimljivosti o zdravlju.**

**Istražite.**

* Koliko čovjek može izdržati bez sna?
* **Što vas još posebno zanima o ovoj temi?**

I**zradi tablicu** u kojoj je **tjedni prikaz** (po danima):

* **tjelovježbe** (koliko sati tjedno vježbaš – što treniraš)
* **prehrane** (prikaz namirnica koje si pojeo)
* **higijene** (koliko često održavaš higijenu zubi, tijela, kose, lica, ruku)
* **spavanja** (koliko sati spavaš)

( tablica može biti kao prilog na drugom listu papira)

**NAPOMENE :**

1. Molim vas, da sve materijale koje ste pripremali i izradili doma spremate u jedan fascikl, kutiju, kovertu ili što već imate i smatrate prikladnim.
2. Ovo što je kao preporuka, vama ne treba biti pravilo ni zakon. Odaberite svoj način, ali odgovorite na temu.
3. Koristite se materijalima koje imate. Koje nemate, crtajte. Informacije možete, osim u udžbeniku, RB potražiti i na internetu, enciklopedijama ( pristup e-enciklopediji), časopisima i sl.
4. Ovo je prvi dio posla, za dva školska sata ovog tjedna. Tako da se sve stigne prikupiti i odraditi.
5. Bilo bi dobro teme završiti do ponedjeljka ili utorka, kad prelazimo na drugi dio zadatka. Ako ne ide, bez nervoze. Uspjet ćete, ali u duljem roku.
6. Teme su poznate, životne, djeca ih znaju, ovo je samo nadogradnja i preoblikovanje gradiva 2.razreda.
7. Grupe kao i obično – ABECEDNIM REDOM

1.-5. - prva grupa

6.-10. – druga grupa

11.-15. –treća grupa