

1. Vybarvi, co patří do **trávicí soustavy**.

☐ jazyk ☐ lebka ☐ játra ☐ hltan ☐ sliny ☐ mozek ☐ žvýkácí svaly ☐ konečník
☐ tenké střevo ☐ ústní dutina ☐ srdce ☐ zuby ☐ tlusté střevo ☐ páteř ☐ jícen ☐ žaludek

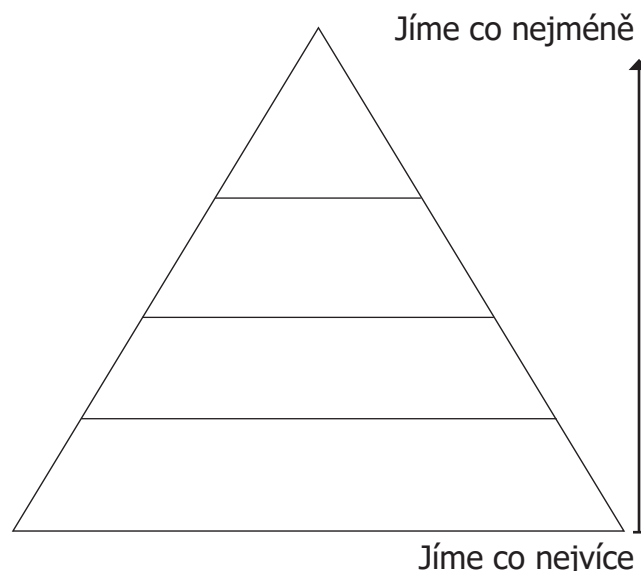
2. Možnosti, které představují **správnou životosprávu** označ ☒ a možnosti, které představují **nesprávnou životosprávu**, označ ☐.

- ☐ Pravidelně sportujeme, protože pohyb pomáhá trávení.
☐ Jíme, kdy chceme a kolik chceme.
☐ Naše strava by měla obsahovat jen bílkoviny.
☐ Večeříme alespoň 2 hodiny před spaním.
☐ Neměli bychom jíst hodně cukrů a tuků.
☐ Jíme pravidelně, 5krát denně.
☐ Jíme ve velkých množstvích, abychom neměli hlad.



3. V osmisměrce **vyhledej** složky potravy a **dopiš** je správně do obrázku potravinové **pyramidy**.

S	L	U	Š	T	Ě	N	I	N	Y
L	M	L	É	K	O	S	A	M	N
A	N	I	N	E	L	E	Z	Y	I
D	R	Ů	E	C	J	E	V	L	V
K	Y	E	Ž	Ý	R	A	O	C	O
O	B	M	C	Č	T	D	D	U	T
S	Y	B	N	O	I	U	A	K	S
T	P	E	Č	I	V	O	K	R	Ě
I	B	R	A	M	B	O	R	Y	T



4. **Vybarvi** možnosti se zdravou snídaní.

