

# Zdravá výživa

Název školy: Základní škola a Mateřská škola Medlov

Autor: Mgr. Jana Navrátilová

Téma: Člověk a jeho zdraví



**ANOTACE:** Prezentace je motivačním materiálem do úvodní části hodiny tematického celku

Šablona: **III/2 – Inovace a zkvalitnění výuky prostřednictvím ICT**

Název: Zdravá výživa

Očekávaný výstup: Žák zdokonaluje své režimové a hygienické návyky

Klíčová slova: zdravé potraviny, zdravá výživa, názvy potravin

Druh učebního materiálu: prezentace PowerPoint

Cílová skupina: žák

Typická věková skupina: 6-7 let

Použitý materiál: Prvouka pro 1. ročník základní školy, nakladatelství Fraus.

Použité zdroje: Veškerý obrazový materiál [cit. 2013-02-25]. Dostupný pod licencí Public domain na [www](http://www):



Podlouhlý hamburger:

[http://pixabay.com/p-31744/?no\\_redirect](http://pixabay.com/p-31744/?no_redirect)

Lesní plody:

[http://pixabay.com/p-12058/?no\\_redirect](http://pixabay.com/p-12058/?no_redirect)

Zelenina:

[http://pixabay.com/p-21707/?no\\_redirect](http://pixabay.com/p-21707/?no_redirect)

Dort:

[http://pixabay.com/p-25402/?no\\_redirect](http://pixabay.com/p-25402/?no_redirect)

Pomerančový nápoj:

[http://pixabay.com/p-42560/?no\\_redirect](http://pixabay.com/p-42560/?no_redirect)

Ovocný salát:

[http://pixabay.com/p-16890/?no\\_redirect](http://pixabay.com/p-16890/?no_redirect)

Kulatý hamburger:

[http://pixabay.com/p-34315/?no\\_redirect](http://pixabay.com/p-34315/?no_redirect)

Borůvky:

[http://pixabay.com/p-2271/?no\\_redirect](http://pixabay.com/p-2271/?no_redirect)

Ryba v síti:

[http://pixabay.com/p-4504/?no\\_redirect](http://pixabay.com/p-4504/?no_redirect)

Ovoce:

[http://pixabay.com/p-15408/?no\\_redirect](http://pixabay.com/p-15408/?no_redirect)

Zelené papriky:

[http://pixabay.com/p-5358/?no\\_redirect](http://pixabay.com/p-5358/?no_redirect)

Jahoda:

[http://pixabay.com/p-37781/?no\\_redirect](http://pixabay.com/p-37781/?no_redirect)

Chléb:

[http://pixabay.com/p-25205/?no\\_redirect](http://pixabay.com/p-25205/?no_redirect)

Sýr:

[http://pixabay.com/p-25232/?no\\_redirect](http://pixabay.com/p-25232/?no_redirect)

Košík s nákupem:

[http://pixabay.com/p-29663/?no\\_redirect](http://pixabay.com/p-29663/?no_redirect)

Ryba:

[http://pixabay.com/p-25353/?no\\_redirect](http://pixabay.com/p-25353/?no_redirect)

# Jezme s chutí

**Do každého sendviče si dáme  
něco zeleného**



**Zelenina na talíři může působit  
jako výtvarné dílo**



# Nakupovat s rozmyslem

Kdo jde na nákup, když doma dojdou zásoby potravin?



Ovoce není nikdy dost



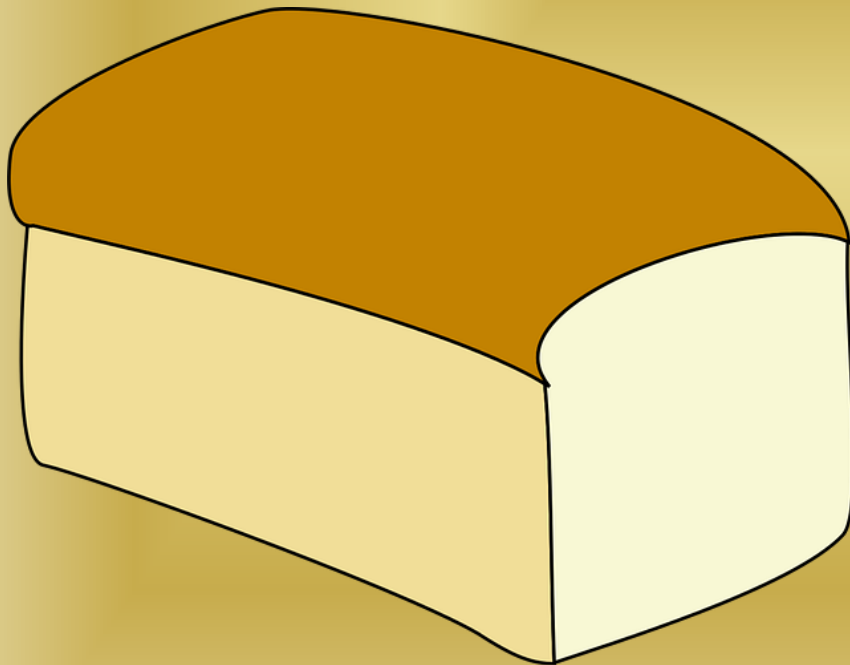


Ryby by neměly v našem jídelníčku  
chybět

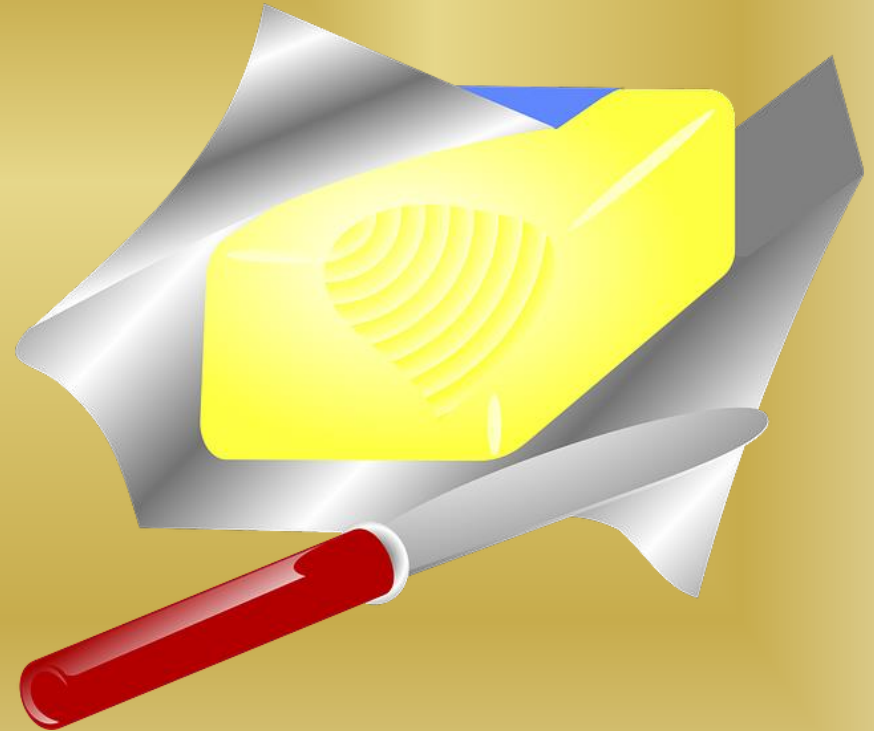


# Chléb a sýr

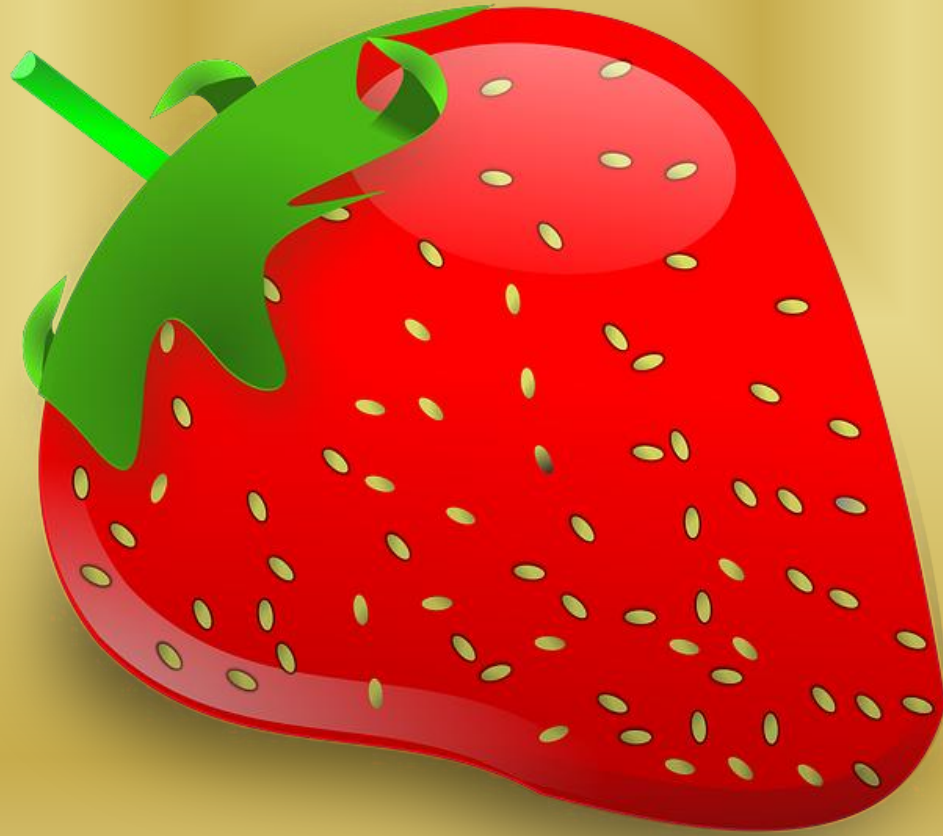
**Jaký chléb si kupuješ? Doporučován je celozrnný, tmavý žitný chléb**



**Také sýr je častou součástí našeho jídelníčku**



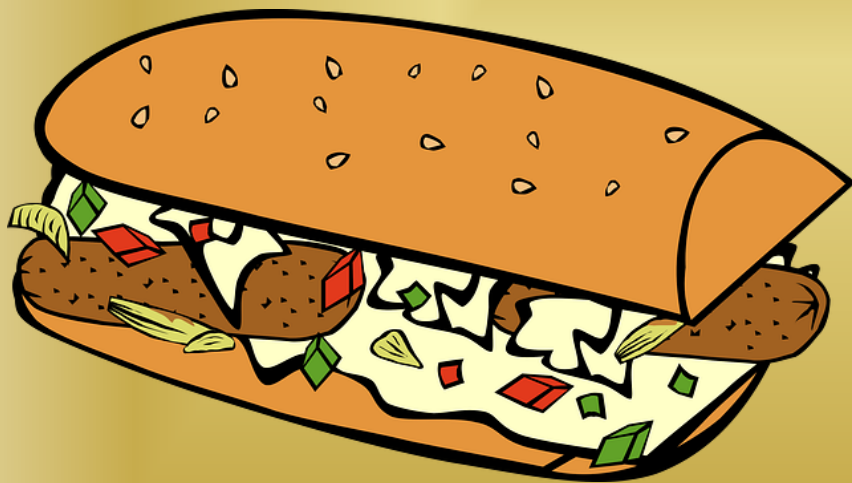
Jahody jsou skvělé, ale pozor na  
alergie





# Kterému jídlu dáš přednost?

Tak tenhle hamburger je pro  
velkou pusou

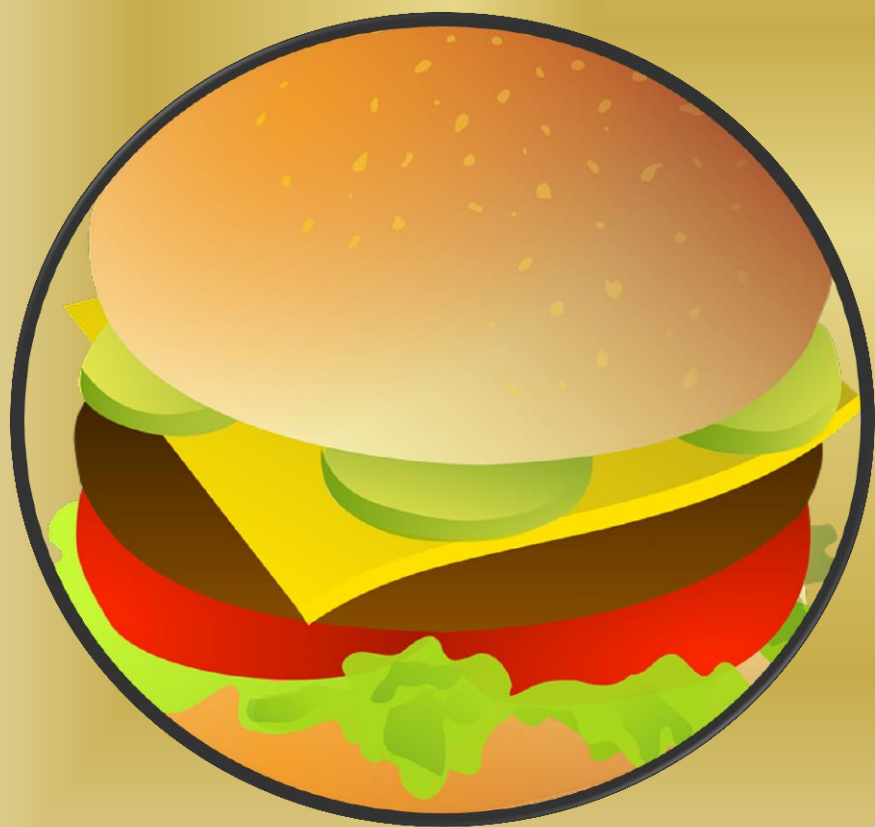


To já si dám raději rybu



# Vždy mysli na své zdraví!

Tak to bude asi sázka – na to pusa rozhodně nestačí!



Kdo chce zůstat štíhlý, dá si raději ovoce nebo zeleninu!



# Ovocný salát



Nejzdravější je jíst v této jídelně!





# Tak pro co se rozhodneš teď?

Tak toto se pije náramně dobře!



A tohle do zdravé výživy nepatří!

