**KLASA V A, B**

**TECHNIKA ( 06.04.2020 r.)**

**Temat:** Piramida zdrowego żywienia

1. Zanim wykonasz polecenia odtwórz filmik, który trwa około 2 minut, podaję link <https://www.youtube.com/watch?v=6IFZKkybDOY> następnie odpowiedz na pytania lub uzupełnij zdania ( przepisz wszystko do zeszytu i prześlij zdjęcie na adres [renata.limiszewska.spgrodziec@gmail.com](mailto:renata.limiszewska.spgrodziec@gmail.com)):
2. Dlaczego należy pić wodę?

* ponieważ stanowi podstawowy składnik …………………………….,
* ponieważ organizm człowieka nie potrafi …………………………… ,
* ponieważ czujemy się …………………, mamy kiepskie …………….,

gorszą ……………… .

* jest to najzdrowszy napój ……………………. .

1. Które napoje mogą zawierać duże ilości cukru? ( wypisz).
2. Ile szklanek wody w ciągu dnia powinno wypić dziecko ?

Jeżeli po pierwszym wysłuchaniu nie potrafisz udzielić odpowiedzi to odtwórz drugi raz, filmik możesz zatrzymać, cofnąć tyle razy ile będziesz potrzebował, aby udzielić prawidłowych odpowiedzi. POWODENIA!!!

1. Zanim wykonasz polecenia odtwórz filmik, który trwa około 2,5 minut, podaję link

<https://www.youtube.com/watch?v=ZzYZFbO0CAY> następnie odpowiedz na pytania lub uzupełnij zdania ( przepisz wszystko do zeszytu i prześlij zdjęcie na adres [renata.limiszewska.spgrodziec@gmail.com](mailto:renata.limiszewska.spgrodziec@gmail.com)):

Warzywa i owoce to podstawa ………, ponieważ zawierają bogactwo ………….. i składników ……………………., które są konieczne do prawidłowego ………………. i zachowania …………….

1. Ile porcji warzyw i owoców należy jeść dziennie?
2. Czego powinno się jeść więcej w ciągu dnia owoców czy warzyw? Napisz dlaczego.
3. Jakie kolory mogą mieć warzywa i jakie właściwości zdrowotne posiadają określone barwy warzyw?

Jeżeli po pierwszym wysłuchaniu nie potrafisz udzielić odpowiedzi to odtwórz drugi raz, filmik możesz zatrzymać, cofnąć tyle razy ile będziesz potrzebował, aby udzielić prawidłowych odpowiedzi. POWODENIA!!!