Špatné vs. Správné stravovací návyky

Cílem pracovního listu je umožnit žákům rozlišit špatné a správné stravovací návyky. Vyhodnotit, jakým způsobem je vhodné reagovat při špatném stravovacím návyku kamaráda.

[Špatné vs. správné stravovací návyky](https://edu.ceskatelevize.cz/video/1465-spatne-vs-spravne-stravovaci-navyky)

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Uveď, jaké mohou nastat problémy, pokud se děti budou špatně stravovat.

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

1. Navrhni alespoň tři vhodné svačiny do školy.

Pomoct můžeš najít i na stránce <https://vyzivadeti.cz/zdrava-vyziva/potravinova-pyramida/potravinova-pyramida/>

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

Svoji nejoblíbenější svačinu namaluj.

1. Zakroužkuj správnou odpověď.

Když uvidíš, že tvůj spolužák už poněkolikáté vyhazuje do koše svačinu, co uděláš:

1. Až se nikdo nebude dívat, svačinu vytáhnu a sním.
2. Řeknu to učitelce, řediteli, školníkovi i jeho babičce.
3. Po vyučování s ním o tom promluvím. Měl by vědět, že si myslím, že to není správné.

Můj nejlepší kamarád miluje hranolky, nejraději by je jedl od rána do večera, ale je mu už hodně špatně a má bolest břicha. Co mám dělat?

1. Najít si jiného kamaráda, kterému chutná to co mně, a už se s ním nebavit.
2. Všechny hranolky mu sníst, jsem přeci jeho nejlepší kamarád.
3. Zkusit mu domluvit. Kdyby to nepomohlo, tak o jeho problému klidně říct paní učitelce nebo jeho mamince.

Moje kamarádka ve škole omdlela. Já jediný vím, že je to z toho, že chce zhubnout, a nejí vůbec nic. Mám to říct naší učitelce?

1. V tomhle případě je to nejrozumnější řešení. Jde přece o její zdraví, tohle není žalování.
2. V žádném případě, ještě by to vypadalo, že ji navádím, aby nejedla.
3. Ne, kamarádka, to že nejí, tají, nesmím ji shodit.

Co jsem se touto aktivitou naučil/a:

………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………

 Autor: Andrea Tláskalová
Toto dílo je licencováno pod licencí Creative Commons [CC BY-NC 4.0]. Licenční podmínky navštivte na adrese [https://creativecommons.org/choose/?lang=cs].