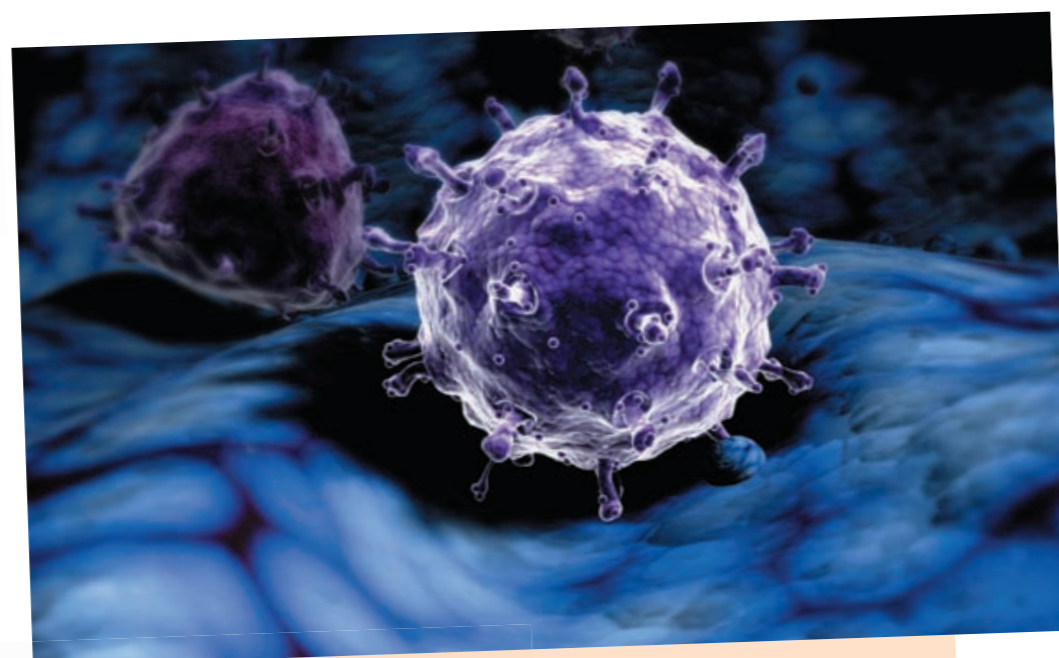


## ZDRAVLJE

**1** Brineš li se o svome zdravlju? Kako?



**2** Pravilna prehrana i redovito održavanje osobne čistoće pomažu u očuvanju **zdravlja**. Bavljenjem športom također čuvamo zdravlje. Cijepljenjem stječemo otpornost na neke bolesti. Različiti virusi i bakterije uzrokuju različite **zarazne bolesti**.



Virus

Najčešće su dječje bolesti: vodene kozice, ospice, angina, gripa, prehlada i bronhitis. Znakovi (simptomi) po kojima prepoznajemo bolest različiti su. Znak bolesti može biti povišena temperatura, umor, kašalj ili bolno grlo i sl. Osjetimo li znakove bolesti, potrebno je otići na liječnički pregled. Liječnik odlučuje o našem **liječenju**.



Voće – izvor vitamina

Lijek treba uzimati točno prema uputama liječnika i uz nadzor roditelja. Virus se vrlo lako prenosi zrakom, dodiranjem ili slinom. Kišeš li ili kašlješ, rupčićem pokrij usta i nos. Ako si bolesna/bolesan, ne idi u školu dok ne ozdraviš da ne zaraziš ostale učenike.

**3**

- Što najčešće uzrokuje bolest u djece?
- Navedi neke dječje bolesti.
- Jesi li bolovala/bolovao od neke bolesti? Opiši simptome bolesti i liječenje.
- Jesi li bila/bio na liječničkom pregledu? Ispričaj.
- Što je bitno prilikom uzimanja nekog lijeka?



Ako padneš i pritom razbiješ koljeno, rana će boljeti. No jače od rane na koljenu boli ruganje i ismijavanje ili namjerno tjelesno ozljeđivanje. Osoba koja vrijeđa drugoga, zlostavljač je. Prepoznaš li takvu situaciju u školi ili kod kuće, ne smiješ o tome šutjeti. Odmah ispričaj nekome koga poznaješ, u koga imaš povjerenja.

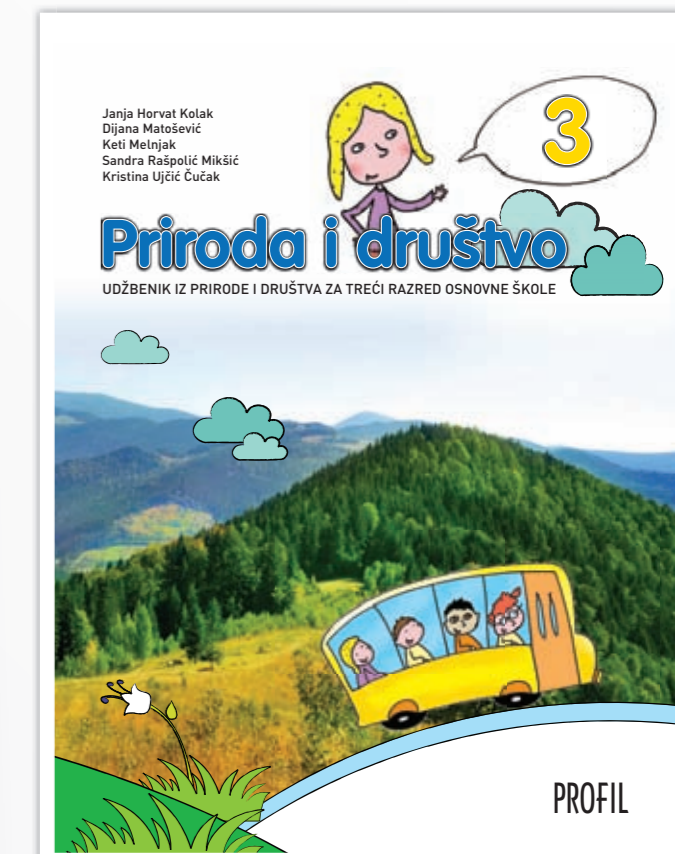
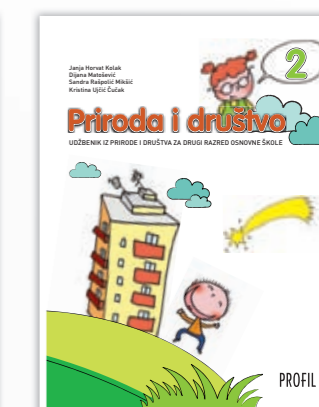
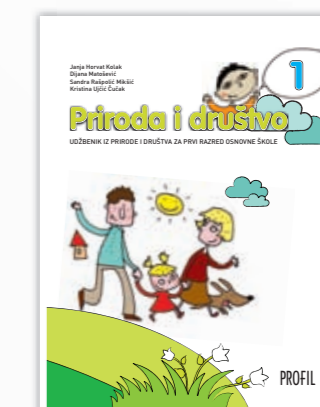


Od nekih bolesti bolujemo samo jedanput u životu, kao na primjer od ospice. U krvi postoje bijela zrnca, krvne stanice koje su zadužene za borbu protiv bolesti. Ona imaju dobro „pamćenje“. Ako virus ospice ponovno pokuša napasti organizam, bijela ga krvna zrnca prepoznaju, okruže i unište.



### Ključne riječi

- briga za osobno zdravlje
- zarazne bolesti
- liječenje

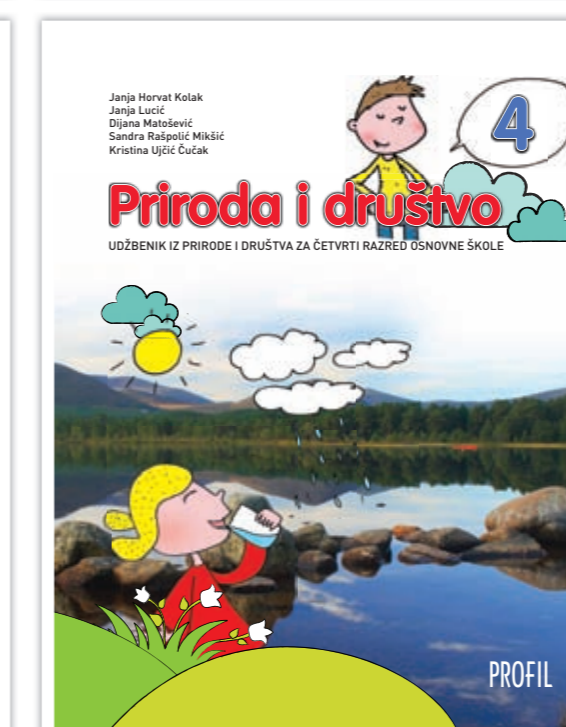
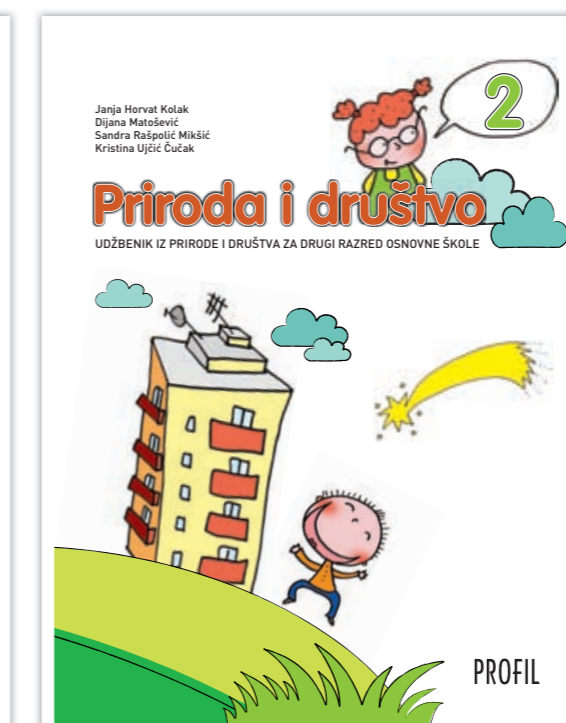


udžbenici i radne bilježnice prirode i društva od 1. do 4. razreda osnovne škole

## NAŠE OMILJENE NAMIRNICE

Kroz rupice provucite konac na koji ćete pričvrstiti crtež ili fotografiju omiljene namirnice.

udžbenici i radne bilježnice prirode i društva od 1. do 4. razreda osnovne škole – NOVO



Priroda i društvo 3

Drage učiteljice, dragi učitelji!

Ovaj vam plakat može koristiti pri obradi nastavne teme *Zdravlje*. Naputci koji prate dijelove metodološkoga instrumentarija mogu vam biti putokaz pri odabiru nastavnih aktivnosti i utvrđivanju tjeka nastavnoga sata. Uživajte u radu s Vašim učenicima.

Uvodno pitanje i ilustracija pomodi će vam motivirati učenike za usvajanje sadržaja nove nastave jedinice ili potaknuti učenike na povezivanje vlastitoga iskustva i znanja s temom nastave jedinice.

Tekst i fotografije poslužit će učenicima kao izvor znanja pri usvajanju sadržaja nastavne jedinice. U tekstu su istaknute ključne riječi.

Ovo je dodatni sadržaj. Služi učenicima koji žele znati više, izbornoga je karaktera (nije obavezan).



Ovaj dio vodit će učenike pri vježbanju i ponavljanju sadržaja nastavne jedinice. Zadnje pitanje potiče učenika na povezivanje sadržaja nastavne jedinice sa životom.

Odgovorne poruke imaju iznimnu vrijednost. Prenesite ih učenicima s ciljem da ih trajno usvoje i ugrade u svoje stavove te ih ponesu sa sobom u život kao osobne vrednote.

Ključne riječi istaknute su pod znakom ključa. Mogu poslužiti učenicima (i roditeljima) kao podsjetnik.

PROFIL