

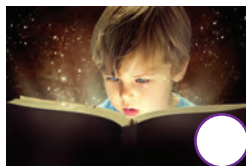
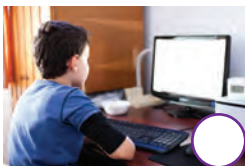
3. Alege câte trei alimente preferate din fiecare categorie (exercițiul 5, pagina 56, manual).

a) fructe

b) produse lactate

c) legume

4. Bifează ilustrațiile ce reprezintă activități care ajută la întărirea mușchilor și a oaselor omului.



5. Alege, prin încercuire, variantele potrivite care completează enunțurile.

• Ne spălăm mâinile

- a) înainte de servirea mesei.
- b) înainte de a face temele.
- c) când plecăm de acasă.

• Aerisim camera

- a) o dată pe săptămână.
- b) zilnic.
- c) uneori.

• Spălăm fructele înainte de a le consuma

- a) uneori.
- b) totdeauna.
- c) niciodată.

• Facem mișcare

- a) când ne plictisim.
- b) uneori.
- c) zilnic.

6. Rezolvă rebusul și vei descoperi pe verticala A-B denumirea unui aliment care nu trebuie să lipsească din alimentația ta zilnică.

a) Pentru sănătatea organismului este necesar ca zilnic să facem exerciții

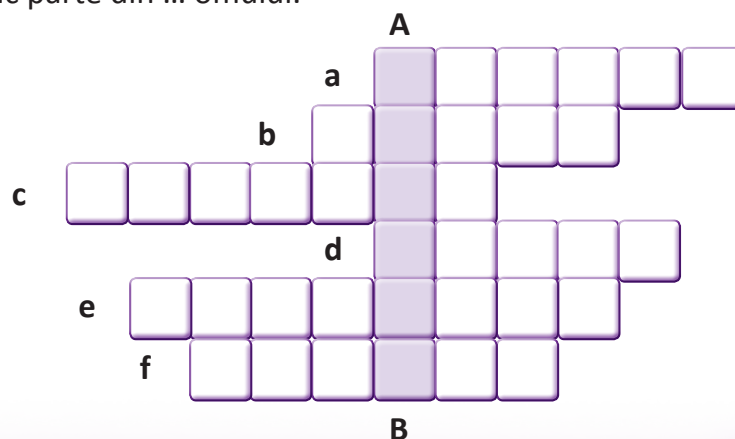
b) Produsele vegetale și animale fac parte din ... omului.

c) Produsele lactate conțin ... necesar întăririi sistemului osos.

d) Produsele din ... și ouăle întrețin funcționarea mușchilor.

e) Legumele și ... conțin vitamine care ne ajută să luptăm împotriva bolilor.

f) La păstrarea sănătății contribuie și ... corporală, a locuinței, a spațiului de lucru și a alimentelor.



1. Completează tabelul cu denumirile unor plante cunoscute de tine.

plante anuale	plante bienale	plante perene

2. Scrie care sunt mijloacele de adaptare la mediu a ursului polar.

3. Completează tabelul cu informațiile cerute despre animalele preferate.

	ANIMAL DOMESTIC	ANIMAL SĂLBATIC
durata aproximativă a vieții		
timpul necesar pentru a deveni adult		
numărul de pui pe care îi poate avea într-un an		

4. Observă imaginile de la exercițiul 10, pagina 59, manual, și notează cel puțin trei exemple de lanțuri de hrănire cu câte 3-4 verigi.

5. Alege cuvintele potrivite din casete și completează spațiile punctate.

Factorii care influențează dezvoltarea armonioasă a copilului sunt: alimentația, exercițiul, bolilor, respectarea unui program echilibrat de și

echilibrată

odihnă

fizic

combaterea

muncă

6. Notează meniul tău dintr-o zi obișnuită. Grupează alimentele conform sugestiilor de mai jos. Discută cu colegii tăi despre consumul de fructe și legume proaspete.

ALIMENTE		ALIMENTE	
de origine vegetală	de origine animală	prelucrate	neprelucrate

7. Notează câteva reguli de igienă pe care trebuie să le respecti:

a) la școală;

b) când ești în excursie pentru o zi;

c) la ora de educație fizică.

8. Numește cel puțin o plantă folosită în alimentația omului, de la care se consumă:

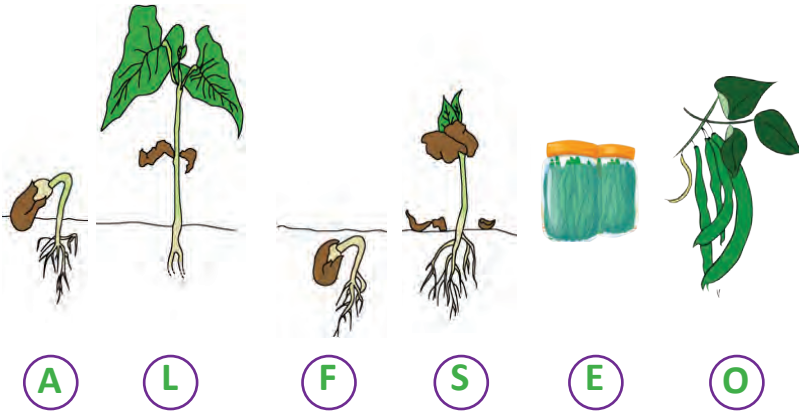
a) rădăcina; _____

b) frunza; _____

c) floarea. _____

9. Realizează o prezentare a lucrurilor pe care le-ai învățat de când te-ai născut (mersul, vorbitul, autoservirea etc.). Roagă-i pe părinți să te ajute, spunându-ți la ce vârstă s-au petrecut aceste schimbări.

1. Ordonând imaginile în funcție de etapele dezvoltării plantei în timp, vei obține un cuvânt cunoscut.



A **L** **F** **S** **E** **O** _____

2. Realizează corespondența între etichete și imaginile corespunzătoare.



OU

LARVĂ

PUPĂ

ADULT

3. Realizează corespondența între imagini și etichete.



COPIL

ADOLESCENT

ADULT

BĂTRÂN

4. Scrie denumirile activităților care contribuie la menținerea sănătății omului, din exemplele de la exercițiul 4, pagina 61 din manual. Cu ajutorul acestora realizează apoi un text. Pune titlul corespunzător.

5. Indică ordinea imaginilor pentru a obține un lanț de hrănire.



6. Realizează un lanț de hrănire.
