

Eelmisest korrast ...

[Kuidas käituvad?](#) Palju sõltub mõtlemisest?

[Tervislik toitumine.](#) [Toiduained](#) ja [toitained](#).

Minu toiduvalik ja mis seda mõjutab.

Lüümikud.

Tervisliku toitumise [põhimõtted](#). [foto](#)

[Toidupüramiid](#)

Hammaste [hooldamine](#) ja [kaaries](#).

Tund [arvutiklassis](#).

Ülesanne: Minu tervislik päevamenüü.

Nädala toitumine. *Värvipliatsid*

Katsed: * Nähtavad ja nähtamatud toidurasvad.

* Mis toimub?

Videofilm: [Söömise masinavärk](#)

Kodune ülesanne – ristsõna või test

[Hot Potatoes](#) [Näide](#)

Kehaline aktiivsus.

Ülesanded:

1. Nädala sport.

2. Toitumise ja kehalise aktiivsuse seos.

3. Sportlikud tegevused [rühi](#) kujundajana.

[Kehaline aktiivsus tervise tugevdajana.](#)

Erinevad elundkonnad ja positiivsed muutused füüsilise tegevuse tulemusena.

- Südame-vereringe elundkond - *pulsisagedus*
- Närvisüsteem
- Tugi-liikumisaparaat
- Hingamiselundid
- Seedeelundkond
- Suguelundkond
- Sisesekretsioon

Kehalise aktiivsuse vormid. Tippsport. Reklaam.

www.trimm.ee

Energiakulu liikumisel

http://www.terviseleht.ee/199941/41_energiakulu.php

Ristsõna

www.koolielu.ee õppematerjalid.

Seksuaalkasvatus

Õnnetused ja esmaabi. Haigused.

Keskkond ja tervis.