

Vaše tělo a jeho orgány

Orgány jsou části těla, které potřebujeme k životu. Každý orgán hraje důležitou roli a má přesně stanovenou funkci.

Játra odpovídají za odstraňování toxinů. Vybarvěte je fialově!

Tenké střevo je dlouhé až 6 metrů. Právě zde probíhá většina trávicích procesů. V tenkém střevě se živiny vstřebávají do krve. V tlustém střevě se z potravy odstraňuje voda a nepotřebné zbytky jsou následně vyloučeny. Střeva vybarvěte růžově!

Plíce nezbytně potřebujeme k dýchání – jejich prostřednictvím se do našeho těla dostává kyslík. Vybarvěte je modře!

Srdce zásobuje krví orgány a tkáně. Můžeme si ho představit jako pumpu, která zajišťuje oběh krve v celém těle. Srdce tlučne přibližně stokrát za minutu. Vybarvěte ho červeně!

V žaludku se začíná zpracovávat potrava a vzniká zde kaše. Vybarvěte ho oranžově!

Hádkanky pro malé experty

Na hřbetu hada se skrývají názvy 6 orgánů! Dokážete je najít?

Co je dobré mít na paměti

Každodenní inhalace patří mezi základní léčebné procedury – nezapomínejte na ně!

Staňte se expertem!

Co je to buňka?

Každý živý organismus je postaven z malých buněk. Můžeme si je představit jako nespočet stavebních prvků, které připomínají kostky nebo cihličky. Lidské tělo se skládá až ze 100 bilionů buněk – to je jednička se 14 nulami.

VERTEX

CZ-02-2400028

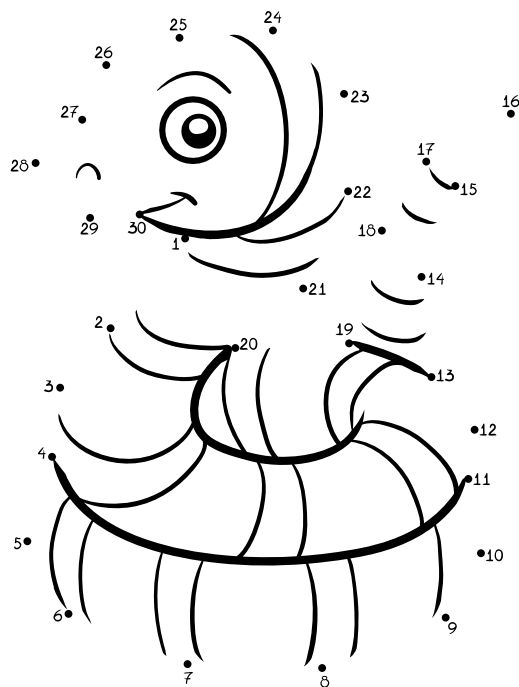
10/2024

Můj léčebný plán

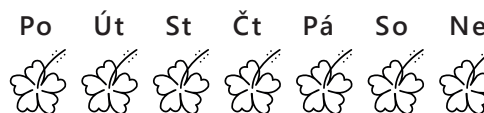
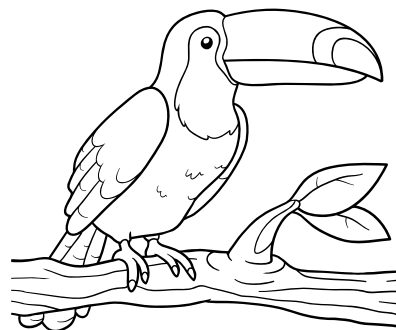
Je velmi důležité dodržovat veškeré léčebné pokyny. Každý den (poté, co jste splnili všechny plánované prvky léčebného plánu dohodnutého s lékařem) vybarvěte obrázek vedle daného dne v týdnu.

Pokud jste splnili všechny plánované prvky léčebného plánu pro daný týden, můžete vybarvit velký obrázek, a tím celý týden uzavřít!

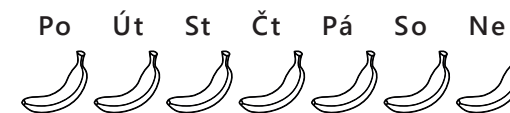
Vybarvili jste už všechny týdny? Skvěle! Nyní si zrekapitulujte celý měsíc a podívejte se, co se skrývá níže – spojte jednotlivé tečky! Hodně štěstí!



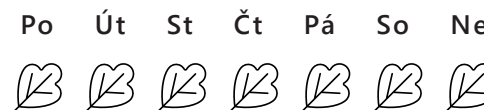
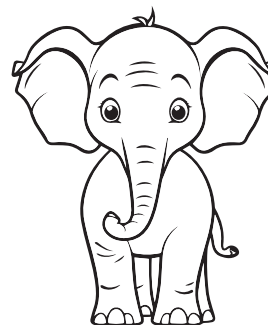
1. týden



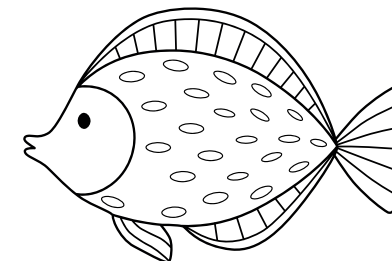
2. týden



3. týden

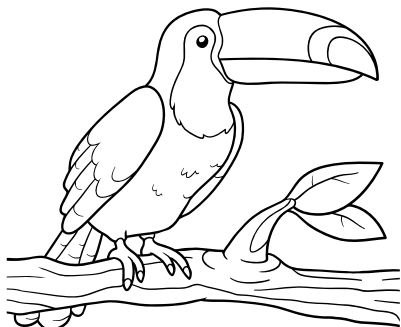


4. týden



Můj léčebný plán

1. týden



Po Út St Čt Pá So Ne



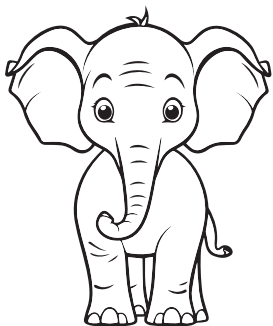
2. týden



Po Út St Čt Pá So Ne



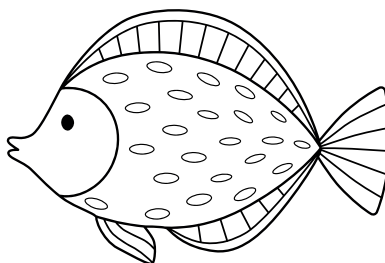
3. týden



Po Út St Čt Pá So Ne



4. týden



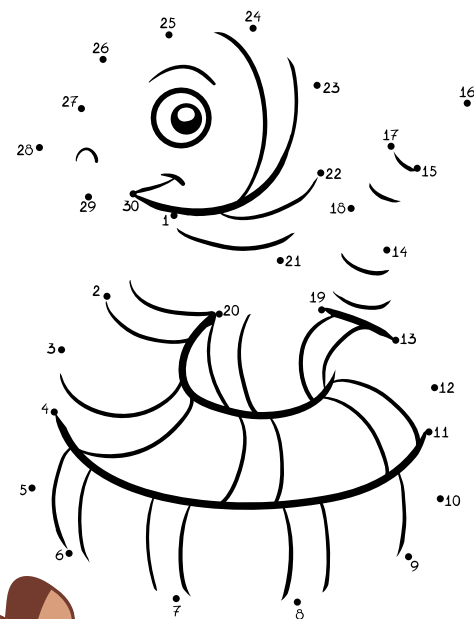
Po Út St Čt Pá So Ne



Je velmi důležité dodržovat veškeré léčebné pokyny. Každý den (poté, co jste splnili všechny plánované prvky léčebného plánu dohodnutého s lékařem) vybarvěte obrázek vedle daného dne v týdnu.

Pokud jste splnili všechny plánované prvky léčebného plánu pro daný týden, můžete vybarvit velký obrázek, a tím celý týden uzavřít!

Vybarvili jste už všechny týdny? Skvěle! Nyní si zrekapitulujte celý měsíc a podívejte se, co se skrývá níže – spojte jednotlivé tečky!



VERTEX

CZ-02-2400028

10/2024

Sladký pokus

Měli jste někdy možnost sledovat, jak den po dni rostou vaše vlastní barevné krystalky cukru? Ne?

Pak je nejvyšší čas na vlastní pokus!



Co budete potřebovat:

-  480 ml vody
-  1 350 g bílého cukru
-  hrnec
-  talíř
-  dřevěnou lžičku
-  4–5 čistých skleniček (např. od marmelády)
-  čisté dřevěné špejle (např. na špízy)
-  4–5 kolíčků na prádlo
-  papírový ručník
-  potravinářská barviva
-  tekuté potravinářské aroma (např. vanilkové)

Tip

Zkontrolujte, kolik ml vody se vejde do sklenic, a poproste rodiče, aby podle toho upravili množství cukru.

Průběh experimentu

1. den

Dřevěné špejle obalujeme v cukru

Dřevěné špejle namočte do poloviny a poté je obalte v cukru. Nechte je na talíři přes noc uschnout.

2. den

1. Ohříváme sklenice

Pozor! Pro vaši bezpečnost je lepší požádat rodiče, aby vám u sporáku pomohli!

Sklenice od marmelády naplňte horkou vodou, aby vám nepraskly, až do nich nalijete horký sirup. Takto naplněné sklenice dejte stranou, dokud nebudete mít hotový sirup.

2. Připravujeme sirup

Nyní v hrnci uvařte vodu. Do stále vroucí vody postupně přidávejte jednu lžici cukru po druhé. Míchejte dřevěnou lžicí, dokud se cukr nerozpustí a nevznikne sirup.

3. Nyní vylijte vodu ze sklenic od marmelády a pomalu do nich nalijte hotový sirup.

(Pozor – budou velmi horké, požádejte rodiče o pomoc!)

4. Aby byly krystalky hezčí, můžete do každé sklenice přidat 15–20 kapek potravinářského barviva a 5 kapek aromatu. Sklenice nechte 5 minut mírně vychladnout.

5. Pěstujeme krystaly

Na každou špejli připněte kolíček na prádlo, který pak položíte přes otvor sklenice od marmelády. Špejle se nesmí dotýkat stěny ani dna sklenice!

6. Poté sklenice přikryjte papírovým ručníkem a dejte je stranou.



2.–10. den

Necháváme krystaly růst

Nyní nechte krystalky růst, dokud se na špejlích nevytvoří skutečné cukrové tyčinky. To potrvá asi týden. Poté vyjměte špejle ze sklenice a nechte je na talíři oschnout. Jakmile vyschnou, můžete pozvat hosty na čaj s cukrovými tyčinkami. Určitě budou nadšení!



Procházka v lese

Výlet do lesa může být skutečným dobrodružstvím!

Uvažovali jste někdy o tom, co všechno můžete v lese objevit? Zde najdete několik tipů na společné poznávání přírody s rodiči nebo přáteli.

Mimochodem: Věděli jste, že procházky po lese prospívají vašim plicím?



Lesní tvorové pod lupou

S pomocí dobré lupy si můžete zblízka prohlédnout i ty nejmenší obyvatele lesa.

Víte, jak vypadá pod velkým zvětšením třeba mravenec?

A prohlíželi jste si někdy zblízka žížalu?



Hádkanky pro malé experty

Anička a Tadeáš putují po lese,
krásné je počasí, každý na to těší se.

Najednou se vlevo něco mihne,
běží po pěšince, kamínku se vyhne.

Tvoreček je krásné hnědé barvy,
složené oči po obou stranách hlavy.

Břemena přenáší vytrvale,
těžká, či lehká, na lesní stezce malé.

Denně pročesává naše lesy,
pomáhá přírodě, zásoby si nosí.

Domeček z dřivek má a z jehličí,
poznáš ho zdáli už, nikdo tam nekřičí.

Všichni si tu pomáhají
a rádi se přitom mají.

Jaké zvířátko vás to vítá v lese?

Hádkanky pro velké experty

Jak nazýváme oči mravence?
Řešení najdete na druhé straně.

Pozor na jedovaté rostliny! Rulík zlomocný (*Atropa belladonna*)



Rulík zlomocný patří mezi nej-jedovatější rostliny. Jeho plody velmi připomínají borůvky, ale jak plody, tak listy jsou prudce jedovaté. Víte, na které fotografii je jedovatý rulík zlomocný?

Řešení najdete na druhé straně.





Lesní skládky

Z přírodních materiálů můžete na louce nebo v lese vytvořit překrásnou skládku. Z nalezených lesních pokladů, jako jsou listy, kamínky nebo větvičky, můžete snadno vytvořit fantastické vzory.

Lesní pexeso

Při výletě do lesa nasbírejte s rodiči nebo kamarády spoustu listů z různých stromů. **Vždy sbírejte po dvou stejných listech, abyste měli ze všech listů jeden pár.** Poté tyto listy nalepte na stejně velké výřezy z krabice. S takto připravenými kartičkami si můžete zahrát pexeso. Kartičky můžete také zalaminovat, což prodlouží jejich životnost.

Ve volném čase se rádi procházíme po lese!

Co je dobré mít na paměti

Chůze a pravidelný pohyb na čerstvém vzduchu mají pozitivní vliv na naši pohodu!

Řešení

1. Jaké zvířátko vás vítá v lese? *Odpověď: mravenec.*
2. Jak nazýváme oči mravence? *Odpověď: složené oči.*
3. Na které fotografii je jedovatý rulík zlomocný? *Odpověď: 1.*