

NARAVOSLOVNI DAN

ZDRAVE NAVADE PRI NAS DOMA

1. ZJUTRAJ TEMELJITO PREZRAČI SOBO. (S tem zamenjamo iztrošeni, nečisti in vlažni zrak s svežim).

V enakomernih časovnih intervalih (npr. vsake tri ure) odpremo za kratek čas (5 –10 minut) okna na stežaj.



2. UMIJEM SI OBRAZ, ZUBE, ČEZ DAN PA ROKE VEČKRAT.

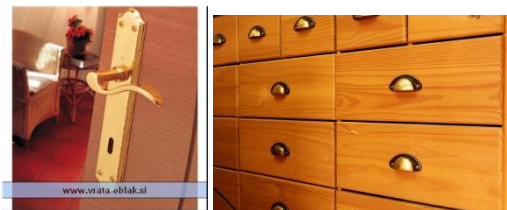


3. KO SE TVOJA POSTELJA OHLADI, JO POSTELJI. POSPRAVI TUDI SOBO. Če svoje sobe nimaš, pomagaj bratu, sestri ali staršem.



4. OČISTI DELOVNE POVRŠINE IN PREDMETE, KI SE JIH POGOSTO DOTIKATE.

Čisti z običajnim čistilom za površine ali z vodo navlaži krpo: kljuke in druge ročaje, mizo, računalniško miško in tipkovnico. Za pomoč poprosi starše.





SEDAJ SMO ŽE MALCE LAČNI.

PRIPRAVILI SI BOMO SADNO MALICO.



SADNA MALICA

Potrebuješ:

1 banano

1 pomarančo

1 jabolko (sadje je lahko tudi drugo, kar imaš doma)

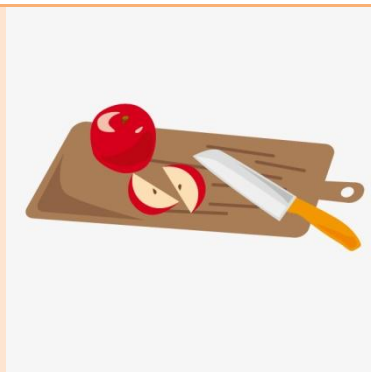
1 dl navadnega jogurta

1 žlico cvetličnega medu

desko za rezanje

nož

žlico



**UMIJ IN OLUPI
SADJE**



**NAREŽI GA NA
KOCKE.**



**STRESI V
PRIMERNO
SKLEDO.**



**V SKLEDO DODAJ
ŽLICO MEDU IN
JOGURT.**



**PREMEŠAJ
IN**



POSTREZI.

DOBER TEK!

NALOGA:

V ZVEZEK ZA SPO NARIŠI TVOJ RECEPT ZA ZDRAVO SADNO MALICO.

Naslov: **ZDRAVA MALICA**

Pa še nekaj predlogov, da bo sadje bolj okusno:



VSAK DAN POMAGAJ PRI DOMAČIH OPRAVILIH PO SVOJIH MOČEH.