**Volný čas – pracovní list**

(kdo má možnost, můžete si text vytisknout a vlepit do sešitu, kdo nemá tyto možnosti opsat do sešitu - známka).

1. Rozliš aktivní a pasivní odpočinek.
2. Vyjmenuj alespoň 3 způsoby aktivního a 3 pasivního odpočinku.
3. Kdo by měl více odpočívat pasivně a kdo aktivně?
4. Vyjmenuj vhodné a nevhodné způsoby odpočinku z hlediska zdraví.
5. Vyplň křížovku:

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |   |   |   |  |  |  |  |  |  |   | SOBOTA A NEDĚLE |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |   |  | ROČNÍ OBDOBÍ |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |   | MÍSTO, KDE ODPOČÍVÁME |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |  |  | DOLNÍ KONČETINA |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |   |   | ANGLICKY TĚLO  |  |  |
|   |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   | LETNÍ MĚSÍC |  |  |  |
|  |  |   |  |  |  |  |  |  |  |   |   |   | ČLEN RODINY |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |   |   |   | PŘEDMĚT ZABÝVAJÍCÍ SE HISTORIÍ |
|  |  |  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |  |  |  |   |  |  |