**PL  matematika 7. D**

1. **Do každého číselného radu doplň ďalších päť nasledujúcich čísel.**

640, 636, 632, \_\_\_\_\_ , \_\_\_\_\_ , \_\_\_\_\_ , \_\_\_\_\_ , \_\_\_\_\_

257, 277, 293, \_\_\_\_\_ , \_\_\_\_\_ , \_\_\_\_\_ , \_\_\_\_\_ , \_\_\_\_\_

225, 325, 425, \_\_\_\_\_ , \_\_\_\_\_ , \_\_\_\_\_ , \_\_\_\_\_ , \_\_\_\_\_

1. **Vypočítaj súčin. 3. Vypočítaj podiel**

6 . 8 = \_\_\_\_ 8 . 7 = \_\_\_\_ 32 : 8 = \_\_\_\_42 : 6 = \_\_\_\_

9 . 7 = \_\_\_\_ 5 . 6 = \_\_\_\_ 54 : 9 = \_\_\_\_ 63 : 7 = \_\_\_\_

1. **Vypočítaj súčet a doplň chýbajúce číslo**.

255 + 300 = \_\_\_\_\_ 680 + = 710 240 + 90 = \_\_\_\_\_

374 + 9 = \_\_\_\_\_ 400 + = 720 323 + 160 = \_\_\_\_\_

5 + 504 = \_\_\_\_\_ 817 + = 822 40 + 697 = \_\_\_\_\_

1. **Porovnaj čísla znakmi > alebo < .**

583\_\_\_ 538 295\_\_\_1 846 3 366\_\_\_ 6 633 295\_\_\_ 259

401\_\_\_ 410 536\_\_\_ 806 845\_\_\_ 5 048 714\_\_\_ 741 6..

1. **Brat má na účte 146 €, sestra 320 € a ja 58 €. Koľko eur máme na účte všetci ?**

**Výpočet**: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Odpoveď**:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ .

1. **Vypočítaj rozdiel a doplň chýbajúce číslo**.

552 - 400 = \_\_\_\_\_ 750 - = 610 450 - 310 = \_\_\_\_\_

371 - 7 = \_\_\_\_\_ 210 - = 120 923 - 60 = \_\_\_\_\_

596 - 61 = \_\_\_\_\_ 819 - = 804 670 - 7 = \_\_\_\_\_

1. **Porovnaj čísla znakmi > , = , < ,**

32 504 ....... 325 504 16 804........ 61 804 100 000 ..... 999 999

5 104 ........ 51 104 12 937 ........ 12 397 16 329 ........ 16 329

23 405 ....... 235 504 18 604........ 81 408 100 000....... . 99 999

4 105 ....... 41 105 21 739 ....... 21 937 17 329 ....... 17 329

1. **Dopíš čísla do postupnosti:**

6 700, 7 000, 7300, \_\_\_\_\_\_\_ , \_\_\_\_\_\_\_ , \_\_\_\_\_\_\_ ,

909 070, 909 080, 909 090, \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ , \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ , \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ ,

58 004, 58 003, 58 002, \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ , \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ , \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ ,

7 700, 7 900, 8 100, \_\_\_\_\_\_\_ , \_\_\_\_\_\_\_ , \_\_\_\_\_\_\_ ,

209 050, 209 060, 209 070, \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ , \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ , \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ ,

85 003, 85 002, 85 001, \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ , \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ , \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ ,

1. **K číslam dopíš číslo, ktoré sa v číselnom rade nachádza tesne pred ním a za ním:**

a) 12 594 \_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

b) 25 493 \_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

c) 16 304 \_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

d) 6 832 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Občianska náuka 7. D**

**Starostlivosť o zdravie**

**K starostlivosti o zdravie patrí:**

* pravidelná prehliadka u lekára,
* hygiena,
* zdravá strava a pohyb,
* otužovanie,
* pohyb na čerstvom vzduchu
* Chorobám predchádzame pravidelnými preventívnymi prehliadkami u lekárov / detský, zubný/.
* Ľudia navštevujú ordinácie lekárov v zdravotníckych strediskách alebo nemocniciach.
* ordinácie lekárov nájdeme v zdravotných strediskách alebo nemocniciach,

****

**Dôležité telefónne čísla**

****

**150**

****

**155**

****

**158**

**Od 1. júna 2003 bolo zriadené európske jednotné tiesňové číslo volania.**

**Možno ho využiť pri hlásení úrazu, požiaru, nehody**

****

****

1. **Doplň do viet.**



Začala nám horieť stodola. **Vytočím telefónne číslo ............**



Uja Borisa uštipol had. **Vytočím telefónne číslo ...............**



Babke ukradli peňaženku. **Vytočím číslo .....................**

* **Pravidelná prehliadka u lekára**









* **Hygiena**

Úlohou hygieny je zabezpečovať v živote a v práci človeka také podmienky, ktoré zaručujú uchovanie zdravia a znemožňujú vznik choroby alebo úrazov. **Zdravie je oddávna považovane ľuďmi za najcennejší poklad.**

Ochorenie sa nemusí prejaviť okamžite ale môže mať dlhú prípravnú dobu. Je to stav, keď je z rôznych príčin porušená rovnováha. Na organizmus nepriaznivo pôsobia vplyvy fyzikálne, chemické, biologické a vplyvy sociálne. Pohoda prostredia je vždy závislá na celom súbore faktorov.

Správnym umývaním rúk predchádzame chorobám .

Aj ústna hygiena má svoje pravidlá. 



Na vši platí hygiena a disciplína.

* **Zdravá strava a pohyb**

# Zdravá strava: Úloha na celý život



****

**Nezdravé jedlo, nepravidelná strava a málo pohybu. To sú hlavné dôvody neustáleho nárastu počtu civilizačných ochorení akými sú vysoký krvný tlak, obezita, diabetes či rakovina. Zdravie človeka je totiž zo šesťdesiatich percent ovplyvňované prostredím a podiel výživy z toho tvorí približne štyridsať percent.**

* **Pohyb**

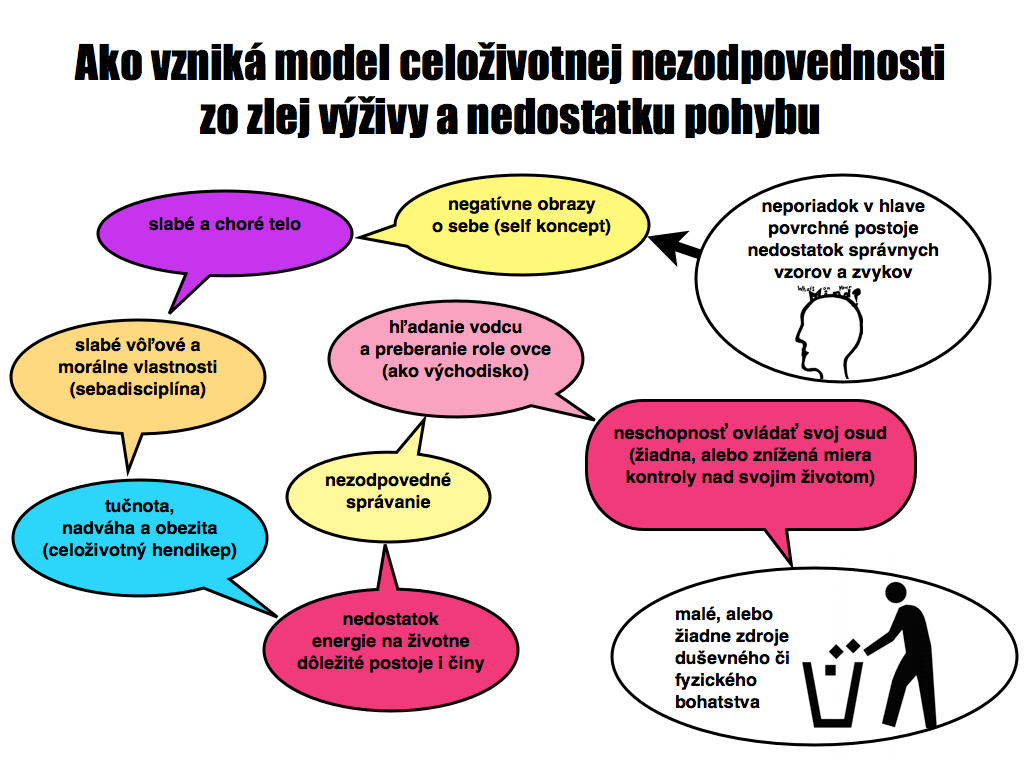


**** 

Pohyb je dôležitou súčasťou života každého z nás. Evolúciou je naše telo predurčené na fyzickú záťaž a našou úlohou je nájsť pre seba i svoje deti taký druh pohybu, ktorý nám prinesie radosť i zdravotný úžitok zároveň.

Model celoživotnej nezodpovednosti, na ktorej začiatku je nedostatok pohybu. Ako táto "špirála" nezodpovednosti a nevedomosti vyzerá, vám znázorňuje nasledovný graf:



* **Otužovanie**

****

### Čo vám otužovanie prinesie?

* Posilnenie imunity, zvýšenie obranyschopnosti organizmu,
* pozitívny vplyv na psychiku,
* zníženie pocitu aj vplyvu stresu,
* zvýšenie sebavedomia, spoznanie svojho tela,
* pocit zdravia, sily, odolnosti,
* zlepšenie telesnej zdatnosti, fyzickej kondície ,
* zvýšenie odolnosti voči chladu a nepriaznivému počasiu
* pozitívny prínos pre cievy, zvýšenie ich pružnosti, vďaka opakovanému striedaním chladu a tepla vzniká „masáž“ tela a ciev,
* zlepšenie činnosti termoregulačného systému,
* priaznivé pôsobenie na zápalové a degeneratívne ochorenie kĺbov, šliach a na reumatické problémy  
    
  Nezabúdajte však, že pri otužovaní treba počúvať najmä vlastné telo.

***SKLOŇOVANIE PODSTATNÝCH MIEN***

Ak napíšeme podstatné meno vo všetkých pádoch v singulári i v pluráli, hovoríme, že sme podstatné meno **VYSKLOŇOVALI.**

Skloňovanie podstatných mien **stredného rodu : *MESTO***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Pádové otázky | Singulár (jednotné číslo) | | Plurál (množné číslo) | |
| Kto? Čo? | **N** | mest**o** | **N** | mest**á** |
| Od koho? Od čoho? | **G** | (od) mest**a** | **G** | (od) miest |
| Komu? Čomu? (dám) | **D** | mest**u** | **D** | mest**ám** |
| Koho? Čo? (vidím) | **A** | mest**o** | **A** | mest**á** |
| O kom? O čom? (rozprávam o) | **L** | (o) mest**e** | **L** | (o) mest**ách** |
| S kým? S čím? | **I** | (s) mest**om** | **I** | (s) mest**ami** |

Vyskloňuj slovo ***OKNO***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Pádové otázky | Singulár (jednotné číslo) | | Plurál (množné číslo) | |
| Kto? Čo? | **N** |  | **N** |  |
| Od koho? Od čoho? | **G** | (od) | **G** | (od) |
| Komu? Čomu? (dám) | **D** |  | **D** |  |
| Koho? Čo? (vidím) | **A** |  | **A** |  |
| O kom? O čom? (rozprávam o) | **L** | (o) | **L** | (o) |
| S kým? S čím? | **I** | (s) | **I** | (s) |

Skloňovanie podstatných mien **ženského rodu : *ŽENA***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Pádové otázky | Singulár (jednotné číslo) | | Plurál (množné číslo) | |
| Kto? Čo? | **N** | žen**a** | **N** | žen**y** |
| Od koho? Od čoho? | **G** | (od) žen**y** | **G** | (od) žien |
| Komu? Čomu? (dám) | **D** | žen**e** | **D** | žen**ám** |
| Koho? Čo? (vidím) | **A** | žen**u** | **A** | žen**y** |
| O kom? O čom? (rozprávam o) | **L** | (o) žen**e** | **L** | (o) žen**ách** |
| S kým? S čím? | **I** | (so) žen**ou** | **I** | (so) žen**ami** |

Vyskloňuj slovo ***ŠKOLA***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Pádové otázky | Singulár (jednotné číslo) | | Plurál (množné číslo) | |
| Kto? Čo? | **N** |  | **N** |  |
| Od koho? Od čoho? | **G** | (od) | **G** | (od) |
| Komu? Čomu? (dám) | **D** |  | **D** |  |
| Koho? Čo? (vidím) | **A** |  | **A** |  |
| O kom? O čom? (rozprávam o) | **L** | (o) | **L** | (o) |
| S kým? S čím? | **I** | (so) | **I** | (so) |

Skloňovanie podstatných mien **mužského rodu : *CHLAP***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Pádové otázky | Singulár (jednotné číslo) | | Plurál (množné číslo) | |
| Kto? Čo? | **N** | chlap | **N** | chlap**i ! (tí) !** |
| Od koho? Od čoho? | **G** | (od) chlap**a** | **G** | (od) chlap**ov** |
| Komu? Čomu? (dám) | **D** | chlap**ovi** | **D** | chlap**om** |
| Koho? Čo? (vidím) | **A** | chlap**a** | **A** | chlap**ov** |
| O kom? O čom? (rozprávam o) | **L** | (o) chlap**ovi** | **L** | (o) chlap**och** |
| S kým? S čím? | **I** | (s) chlap**om** | **I** | (s) chlap**mi** |

Vyskloňuj slovo ***ŽIAK***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Pádové otázky | Singulár (jednotné číslo) | | Plurál (množné číslo) | |
| Kto? Čo? | **N** |  | **N** |  |
| Od koho? Od čoho? | **G** | (od) | **G** | (od) |
| Komu? Čomu? (dám) | **D** |  | **D** |  |
| Koho? Čo? (vidím) | **A** |  | **A** |  |
| O kom? O čom? (rozprávam o) | **L** | (o) | **L** | (o) |
| S kým? S čím? | **I** | (s) | **I** | (s) |

Skloňovanie podstatných mien **mužského rodu : *DUB***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Pádové otázky | Singulár (jednotné číslo) | | Plurál (množné číslo) | |
| Kto? Čo? | **N** | dub | **N** | dub**y ! (tie) !** |
| Od koho? Od čoho? | **G** | (od) dub**a** | **G** | (od) dub**ov** |
| Komu? Čomu? (dám) | **D** | dub**u** | **D** | dub**om** |
| Koho? Čo? (vidím) | **A** | dub | **A** | dub**y** |
| O kom? O čom? (rozprávam o) | **L** | (o) dub**e** | **L** | (o) dub**och** |
| S kým? S čím? | **I** | (s) dub**om** | **I** | (s) dub**mi** |

Vyskloňuj slovo ***SUD***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Pádové otázky | Singulár (jednotné číslo) | | Plurál (množné číslo) | |
| Kto? Čo? | **N** |  | **N** |  |
| Od koho? Od čoho? | **G** | (od) | **G** | (od) |
| Komu? Čomu? (dám) | **D** |  | **D** |  |
| Koho? Čo? (vidím) | **A** |  | **A** |  |
| O kom? O čom? (rozprávam o) | **L** | (o) | **L** | (o) |
| S kým? S čím? | **I** | (s) | **I** | (s) |

V texte vyhľadaj a podčiarkni **podstatné mená**. Vypíš ich do tabuľky. Urči ich **rod, číslo a pád**. Predložky ti pomôžu.

VZOR: *S babičkou som bola v divadle.*

S babičkou som bola v divadle. Jeho starobylá budova sa nachádza uprostred mesta. Cestovali sme tam električkou. V divadle sme si kúpili program. Divadelná hra bola o adoptovaných deťoch. Po predstavení sme sa taxíkom vrátili až ku domu.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Podstatné meno | rod | číslo | pád | Podstatné meno | rod | číslo | pád |
| **s babičkou** | **žen. r.** | **sg.** | **I** |  |  |  |  |
| v |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | o |  |  |  |
|  |  |  |  | po |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| v |  |  |  | ku |  |  |  |

