

SPÁNEK

pracovní list k videu

Na základě poslechu videa odpověz písemně do sešitu Vko na níže uvedené otázky. Pracuj pečlivě a bez chyb, odpovídej celými větami. Nezapomeň na podpis rodičů.

1. Vede dlouhý spánek o odstranění únavy? Nebo naopak k jejímu zvýšení?
2. S čím je spojen nadbytek spánku? Uveď více negativ.
3. Co narušuje spánek? Uveď 5 příkladů.
4. Zvyšuje dlouhý spánek riziko úmrtí?
5. Lze chybějící spánek „dohnat“?

