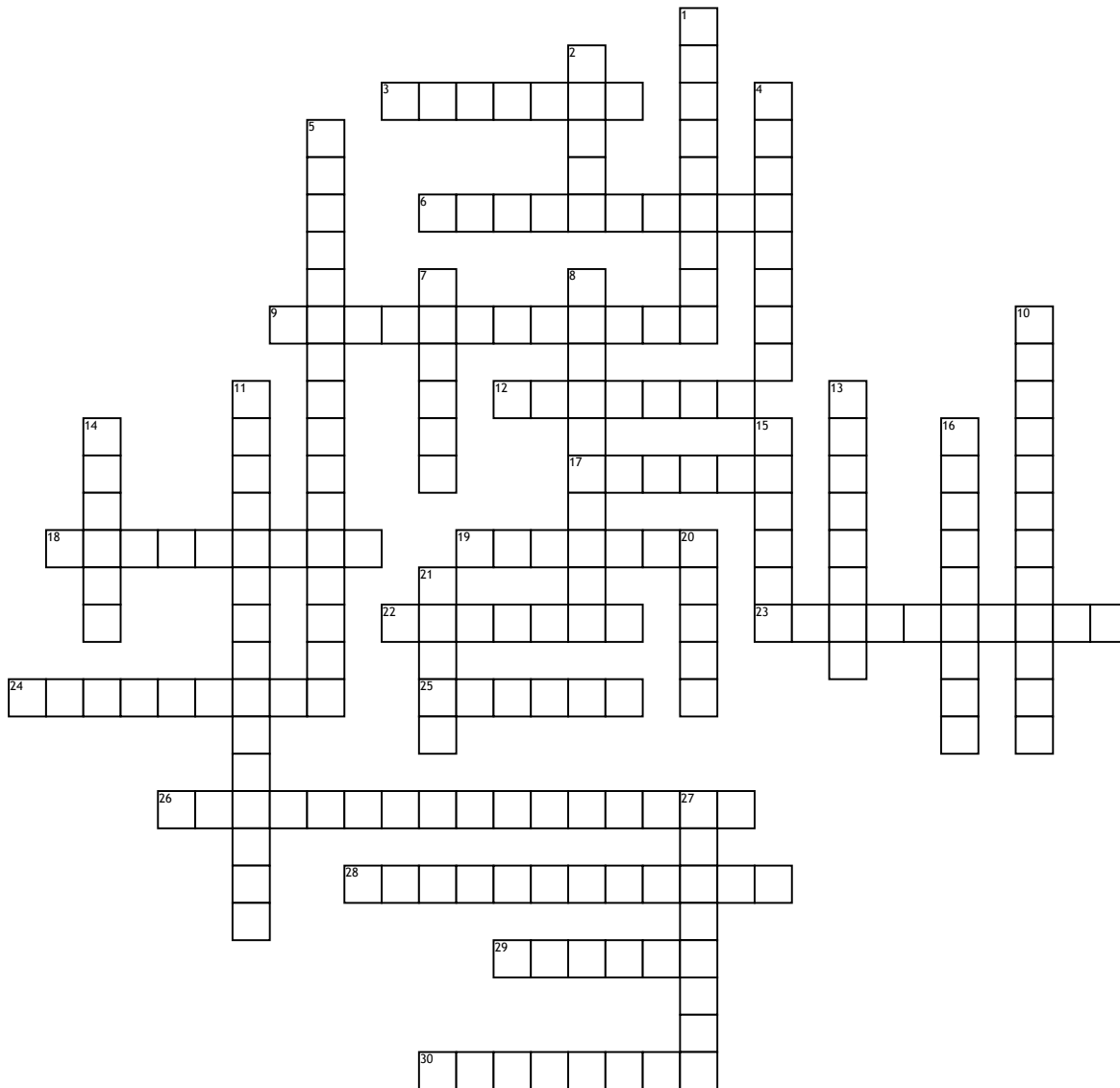


Name: _____

Date: _____

Sportas ir sveika gyvensena



Across

3. Maisto grupė, įskaitant bananus, obuolius ir apelsinus.

6. Valgymo sutrikimas, kai žmogus badaudamas sąmoningai mažina ir/ar palaiko maža kūno svorį.

9. Lengvosios atletikos šaka, kurioje atletai mēto sunkų diską.

12. Labai seniai egzistuojantis rakečių sportas, jį žaidžia 2 arba 4 žaidėjai.

17. Mums reikia visapusiškos priežiūros tam, jog liktume....

18. Sporto šaka, populiariausia Lietuvoje.

19. Greitas judėjimas, priešingai nei vaikščiojimas

22. Žirgo valdymas bei treniravimas raiteliui sėdint ant žirgo nugaros.

23. Sportuojant mes ... raumenis.

24. Olimpinė komandinė sporto šaka, kurioje žaidžia dvi komandos sudarytos iš šešių žaidėjų

25. Šis mineralas yra svarbus mūsų kaulams ir dantims.

26. Sporto šaka, apimanti ėjimo, bėgimo, metimų, suolių rungtis.

28. Populiari žiemos sezono sporto šaka.

29. Skystas gėrimas, kuris padeda atsigauti po judrios veiklos.

30. Veikla, kurią turime daryti raumenims prieš ir po sporto.

Down

1. Veikla, kurią turime atlikti ruošdamiesi daryti pratimus.

2. Norint likti sveikiems, reikia nepamiršti būti ... ir kvėpuoti grynu oru.

4. Figūra, kurioje sudėlioti maisto produktai pagal svarbą yra maisto ...

5. Mėsainiai, bulvių traškučiai yra šio dalyko pavyzdys.

7. Kovinio sporto šaka, kurioje kovojama tik kumščiais.

8. Sporto šaka, kurioje reikia atlikti pratimus, reikalaujančius jėgos, grakštumo, lankstumo ir koordinacijos

10. Jei negersi daug vandens, Tu būsi...

11. Maisto medžiaga, kuri yra pagrindinis žmogaus energijos šaltinis.

13. Daugiau siūloma valgyti ... nei nesveiko maisto.

14. Nebūtinas maisto produktas, kurio reikėtų vengti, tačiau be jo negalima iškepti pyrago ar pagardinti kavos.

15. Šio dalyko mums reikia daugiausiai, jog vėl gautume energijos.

16. Sporto šaka vandenyje.

20. Mums reikia šio natūralaus šaltinio, jog mūsų organizmas gautų vitamino D.

21. Maisto produktas, naudingas akims dėl jame esančio vitamino A.

27. Daiktas, kuris reikalingas tinkliniui, krepšiniui ar futbolui.