**8. razred: BIOLOGIJA – *pouk na daljavo***

Ponedeljek, 18. 5. 2020 Zaporedna ura: 14./49.

Začenjamo z novim organskim sistemom, to so prebavila.

Nova snov: **Prebavila**

**Učni cilj:**

* *Učenci razumejo, da za delovanje človeškega organizma niso dovolj samo maščobe, beljakovine in ogljikovi hidrati, ampak mora s hrano dobiti tudi druge snovi – vitamine, rudninske snovi, razumejo tudi pomen uravnotežene prehrane.*
* V današnji uri boš ponovil o hranilnih snoveh. Odpri učbenik iRokus+, poglavje HRANIM SE, preberi in si oglej filme od naslova 1 do 7 (*Hranim se/poglavja: Hrana, Hrana in energija, Ogljikovi hidrati, Vitamini, minerali in vlaknine, Beljakovine, Maščobe, Voda).* Veliko tega že znaš, saj smo se učili že pri gospodinjstvu.
* Zapiši v zvezek:

Človeško telo pridobiva iz hrane **energijo in snovi** potrebne za rast in obnovo telesa.

Osnovne skupine hranilnih snovi, ki jih vsebuje hrana so:

**- OGLJIKOVI HIDRATI (OH)**

**- BELJAKOVINE**

**- MAŠČOBE**

**- VITAMINI**

**- MINERALNE (RUDNINSKE) SNOVI**

OH in maščobe so glavni vir energije.

Beljakovine telo oskrbujejo z energijo, so pa tudi osnovni gradbeni material za izgradnjo celic.

Vitamini in mineralne snovi so nujno potrebni za odpornost in pravilno delovanje telesa.

Voda je pomembna za raztapljanje nekaterih snovi in za transport teh snovi do celic (po krvi).

* V zvezek odgovori na vprašanje: Kaj je uravnotežena prehrana?
* Na spletu poišči novo prehransko piramido in ponovi, kam uvrščamo posamezna živila, kaj je v spodnjem najširšem delu piramide. Nariši jo v zvezek.

<https://www.zdravstvena.info/preventiva/o-vitaminih-in-mineralih-vitamin-in-minerali-kaj-so-vitamini-kaj-so-minerali.html/nova-prehranska-piramida>

* V DZ na strani 47, reši 3. nalogo.

To je za danes vse, naslednjič pa o zgradbi in nalogah prebavne poti.