

Gospodinjstvo (5. razred)

Navodila za sredo, 24. 11. 2021

Do sedaj ste:

- se seznanili, kako poskrbimo zase z gibanje, počitkom, spanjem in higieno,
- se seznanili, kako zbolimo in kako se zaščitimo pred virusi in bakterijami,
- izdelali miselni vzorec o tem.

Danes se bomo še ukvarjali s temo Skrb zase. Seznanili se boste s temo **Hrana in prehrana**. Današnja navodila so razdeljena na 2 dejavnosti: **branje in dokončanje miselnega vzorca**.

1. Branje:

- V učbeniku si preberi str. 22 in 23 (Hrana in prehrana)
- Za lažje razumevanje ustno odgovori na ta vprašanja:
 - Kaj potrebujemo za življenje?
 - Kaj je hrana?
 - Kdo potrebuje več energije in kdo manj?
 - Kdaj se zrediš in kdaj hujšaš?
 - Kako merimo energijo, ki jo dobimo s hrano?
 - Kako delimo hranilne snovi?
 - Kdaj je naša prehrana uravnotežena?
 - Kaj pomeni redno prehranjevanje?
 - Kdo so vegetarijanci?
 - Kaj je to bonton? Česa se moramo držati pri jedi?

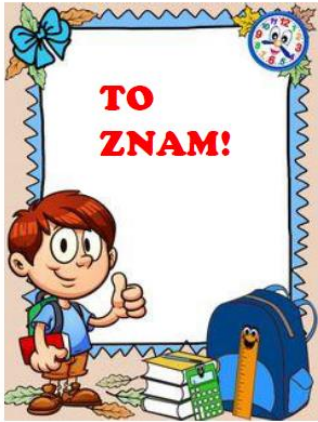
2. Dopolnjevanje miselnega vzorca:

- V zvezku že imaš del miselnega vzorca.
- Preveri, ali si do sedaj napisal vse ključne besede.
- Ključne besede o prehrani vpiši pod točko 5.

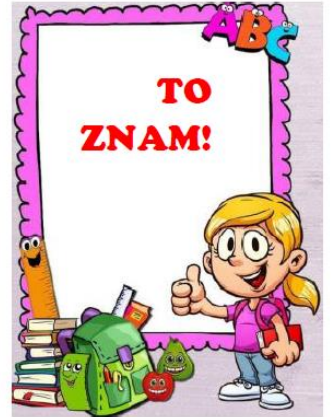


3. Kaj pričakujem, da boš znal do naslednjič. To bom tudi preverjala in ocenjevala.

Pričakujem, da boš znal:



- povedati, na kakšen način skrbiš zase (točke od 1 do 5)
- razložiti, zakaj je pomembna športna dejavnost
- povedati, zakaj sta počitek in spanje pomembna
- našteti 3 vrste higiene in jih ponazoriti s primeri
- povedati, kako ali zakaj zbolíš in kaj vse narediš, da ne zbolíš
 - našteti, kako delimo hranilne snovi,
 - pojasniti, kdaj se rediš in kdaj hujšaš ter
 - razložiti, kdaj je naša prehrana uravnotežena
- povedati nekaj o bontonu pri mizi



Svoje znanje utrjuj tudi za nazaj, ker bom naslednjič ocenjevala.

Lep pozdrav,

učiteljica Tamara Ogorevc