|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ПРЕДМЕТ: **БИОЛОГИЈА** | | | | |
| УЏБЕНИК: **Биологија за 5. разред основне школе** | | | ИЗДАВАЧ: **Дата Статус** | |
| НАСТАВНИК**:** | | | | |
| ЧАС БРОЈ**: 67** | | ОДЕЉЕЊЕ**:** | | ДАТУМ**:** |
| Наставна тема: | ЧОВЕК И ЗДРАВЉЕ | | | |
| Наставна јединица: | **Здрава исхрана и правилан унос воде** | | | |
| Тип часа: | Утврђивање | | | |
| Циљ часа: | * Ученици утврђују знања у вези правиле исхране и уношења довољне количине воде | | | |
| Очекивани исходи: | На крају часа ученик ће бити у стању да:   * Објасни како човек треба правилно да се храни * Објасни последице неправилне исхране | | | |
| Облик рада: | Фронтални, индивидуални | | | |
| Наставне методе: | Монолошко-дијалошка, метода писања | | | |
| Наставна средства: | Уџбеник, радни лист | | | |
| Међупредметне компетенције | Компетенција за учење, комуникација, сарадња | | | |
| **ВРЕМЕНСКА СТРУКТУРА ЧАСА (ТОК ЧАСА)** | | | | |
| **Уводни део (5 минута ):**  Наставник у разговору са ученицима обнавља у кратким цртама шта је правилна исхрана.  **Главни део (30 минута):**  Наставник дели ученицима радни лист (у прилогу). Ученици решавају задатке индивидуално, затим једни друге проверавају како су урадили. Када заврше наставник фронтално проверава и поставља додатна питања након сваког урађеног задатка.  **Завршни део (10 минута):**  Наставник оцењује ученике који су се истакли својим знањем и активношћу и образлаже оцену. | | | | |
| **ЗАПАЖАЊА О ЧАСУ И САМОЕВАЛУАЦИЈА** | | | | |
| Проблеми који су настали и како су решени: | | | | |
| Следећи пут ћу променити/другачије урадити: | | | | |
| Општа запажања: | | | | |

**Радни лист:**

1. ****На слици обележи како се која група намирница зове и у односу на запремину коју заузима на тањиру сложи групе намирница од оних које би требало највише да користиш до оних које би требало најмање користитиш у исхрани.

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

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

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

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

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

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

1. Са леве стране слике наведи неке од узрочника гојазности, а са десне стране слике наведи неке од последица гојазности:



1. Најчешћи поремећаји у исхрани су гојазност, анорексија и булимија. У табели упиши узрок и последицу ових поремећаја.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Поремећаји у исхрани** | **Узрок поремећаја** | **Последица поремећаја** |
| Гојазност |  |  |
| Анорексија |  |  |
| Булимија |  |  |

|  |
| --- |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |

1. Шта се на дну ове пирамиде налази и објасни зашто је то тако

