PRACOVNÍ LIST

|  |  |
| --- | --- |
| **Název pracovního listu** | Trávicí soustava |
| **Číslo pracovního listu** | SP- A04-PL04-DR |
| **Projekt** | Svět práce v každodenním životě |
| **Číslo projektu** | CZ.1.07/1.1.26/02.0007 |
| **Aktivita** | Biologie pod mikroskopem |
| **Předmět** | Biologie |
| **Třída** | 1. ročníky G/6 |
| **Škola** | Gymnázium, Hranice, Zborovská 293Zborovská 293, 753 11 Hranice |
| **Autor** | Ing. Dušan Rychnovský |
| **Anotace** | Procvičení a upevnění vědomostí a dovedností souvisejících s trávicí soustavou |

Trávicí soustava

Jméno: Datum:

Spolupracoval: Třída:

**Úkoly:**

**Úkol č. 1:** Vitamíny dělíme do dvou skupin – rozpustné v tucích (A, D, E, K) a rozpustné ve vodě (C, B). Vyhledej a zapiš o nich tyto informace:

1. Význam
2. V jaké potravině je jich nejvíce

**Úkol č. 2:** Bílkoviny jsou pro nezbytné pro výstavbu svalové hmoty, ale také pro stavbu jiných tkání a enzymů. Jejich základním stavebním kamenem jsou aminokyseliny, které dělíme na esenciální a neesenciální. Podle obsahu těchto aminokyselin označujeme bílkoviny jako plnohodnotné a neplnohodnotné. Vyhledej, co tyto pojmy znamenají a v jakých potravinách živočišného i rostlinného původu se tyto druhy bílkovin nachází.

**Úkol č. 3:** Tuky jsou nezbytnou složkou látkového i energetického metabolismu. Některé druhy tuků slouží pouze jako zdroj energie, některé mají významný vliv na zdraví člověka. Vyhledej a zapiš informace o nasycených, nenasycených a ztužených pokrmových tucích. Porovnej vhodnost tuků značky „Flora originál“ a „Rama máslová“ pro zdravou výživu.

**Úkol č. 4:***Zjisti, jaký příjem energie za den bys měl mít, a pokus se sestavit si vhodný jídelníček na jeden den.*

**Pomůcky:** encyklopedie, učebnice, internet

**Úkol č. 1:** Vitamíny dělíme do dvou skupin – rozpustné v tucích (A, D, E, K) a rozpustné ve vodě (C, B). Vyhledej a zapiš o nich tyto informace:

1. Význam
2. V jaké potravině je jich nejvíce

**Vypracování:**

**Úkol č. 2:** Bílkoviny jsou pro nezbytné pro výstavbu svalové hmoty, ale také pro stavbu jiných tkání a enzymů. Jejich základním stavebním kamenem jsou aminokyseliny, které dělíme na esenciální a neesenciální. Podle obsahu těchto aminokyselin označujeme bílkoviny jako plnohodnotné a neplnohodnotné. Vyhledej, co tyto pojmy znamenají a v jakých potravinách živočišného i rostlinného původu se tyto druhy bílkovin nachází.

**Vypracování:**

**Úkol č. 3**: Tuky jsou nezbytnou složkou látkového i energetického metabolismu. Některé druhy tuků slouží pouze jako zdroj energie, některé mají významný vliv na zdraví člověka. Vyhledej a zapiš informace onasycených, nenasycených a ztužených pokrmovýchtucích.Porovnej vhodnost tuků značky „Flora originál“ a „Rama máslová“ pro zdravou výživu.

**Vypracování:**

**Úkol č. 4:** Zjisti, jaký příjem energie za den bys měl mít a pokus se sestavit vhodný jídelníček na jeden den.

**Závěr:**

**Zdroje informací:**

1. Černík, V., Bičík, V., Martinec, Z. Přírodopis 3 pro 8. ročník základní školy a nižší ročníky víceletých gymnázií. Praha: Libertas, a. s., 1. vydání. ISBN 80-85937-97-2
2. Jelínek, J., Zicháček, V. Biologie pro gymnázia. Olomouc: Nakladatelství OLOMOUC, 2004. ISBN 80-7182-177-2
3. Vlastní tvorba