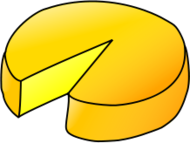
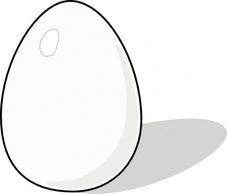
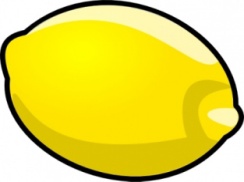
**Trávicí soustava – prac.list**

**1a) K jednotlivým složkám naší potravy přiřaď vyobrazené potraviny podle toho, která složka je v nich nejvíce zastoupena.**

****



**TUKY**

**CUKRY**

**BÍLKOVINY**

**VITAMÍNY**

**VLÁKNINA**

**1b) Ke každé složce vymysli ještě alespoň jednu potravinu.**

**2) Sestav svůj vlastní jídelníček, který by odpovídal zásadám zdravé výživy.**

**SNÍDANĚ**

**SVAČINA**

**OBĚD**

**SVAČINA**

**VEČEŘE**

**3) Vyber si jeden den v týdnu a zapisuj si všechno, co během dne sníš. Později se pokus vypočítat hodnotu energie přijaté z potravy. Pokus se zamyslet a zhodnotit, jaké jsou tvoje stravovací návyky.**

**4) Najdi ve skrývačkách důležité živiny v potravě.**

a) Koberec u krbu je příliš barevný. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

b) Albert ukradl chleba v obchodě. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

c) Pravit a mínit jsou slovesa nedokonavá. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**5) Spoj šipkami oba sloupce podle toho, jaké vitamíny jsou nezbytné pro některé orgány. Na volné řádky vypiš zdroj těchto vitamínů.**

kosti E \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

oči D \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

pohlavní orgány A \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

nervy B1 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_