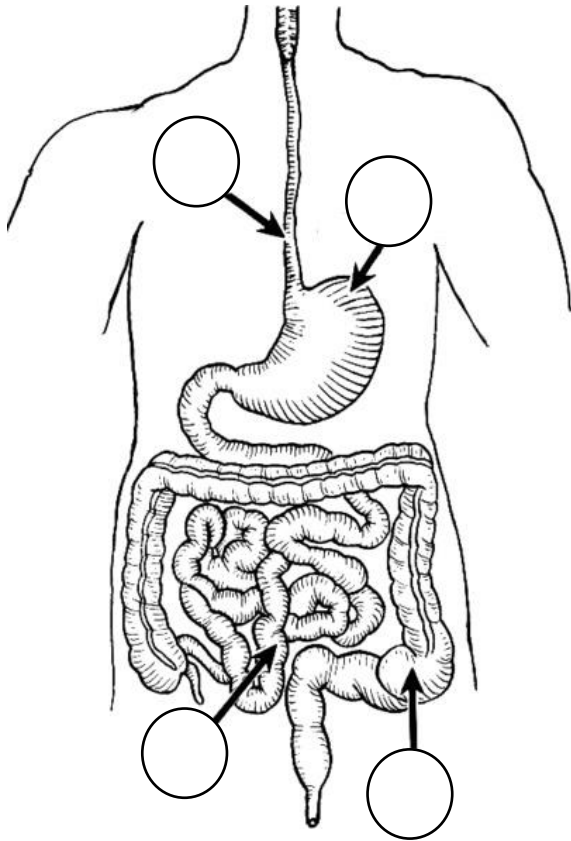


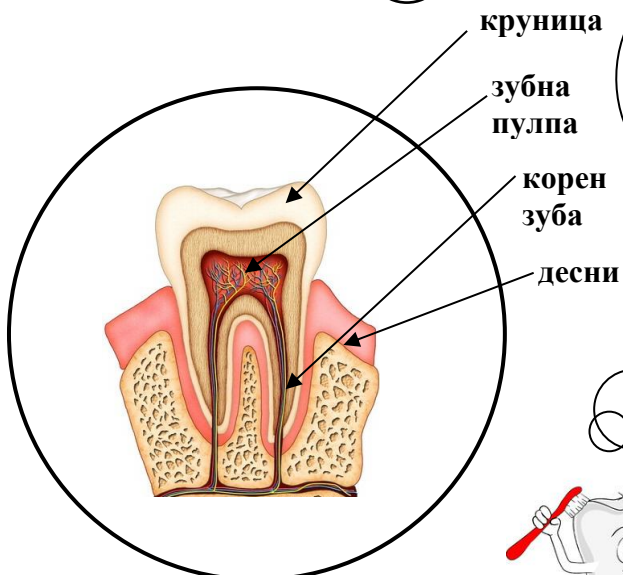
ТЕМА III - НАУКА О ЧОВЕКУ - Систем органа за варење - основна грађа и улоге; нега и заштита; болести као последица неправилне исхране; правилна исхрана;

Варење хране се обавља у неколико фаза у различитим деловима система органа за варење.



У кружиће упишите слово које одговара делу система органа за варење хране: **а**-дебело црево, **б**-једњак, **в**-желудац, **г**-танко црево

?Зашто сваки залагај треба добро сажвакати пре него што се прогута?
Због чега није препоручљиво да се прича приликом гутања залагаја хране?



Да бисте имали здраве зубе потребно је свакодневно одржавање личне хигијене зуба и усне дупље.

Пожељно је:

- прати зубе након сваког оброка,
- да прање зуба траје око 2-3 минута,
- редовна стоматолошка контрола здравља зуба најмање два пута годишње!



Повежите стрелицама намирнице са њиховим местом у пирамиди правилне исхране.



Уље и остале масноће



Месо и месне прерађевине



Поврће



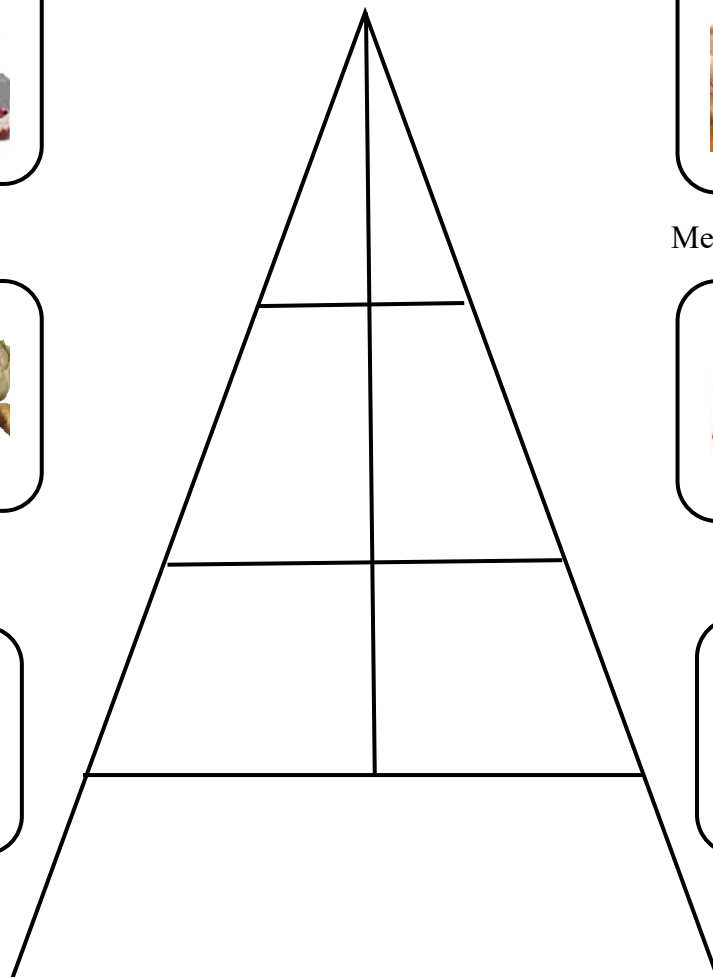
Слаткиши



Млеко и млечни производи



Воће



Хлеб и тестенина

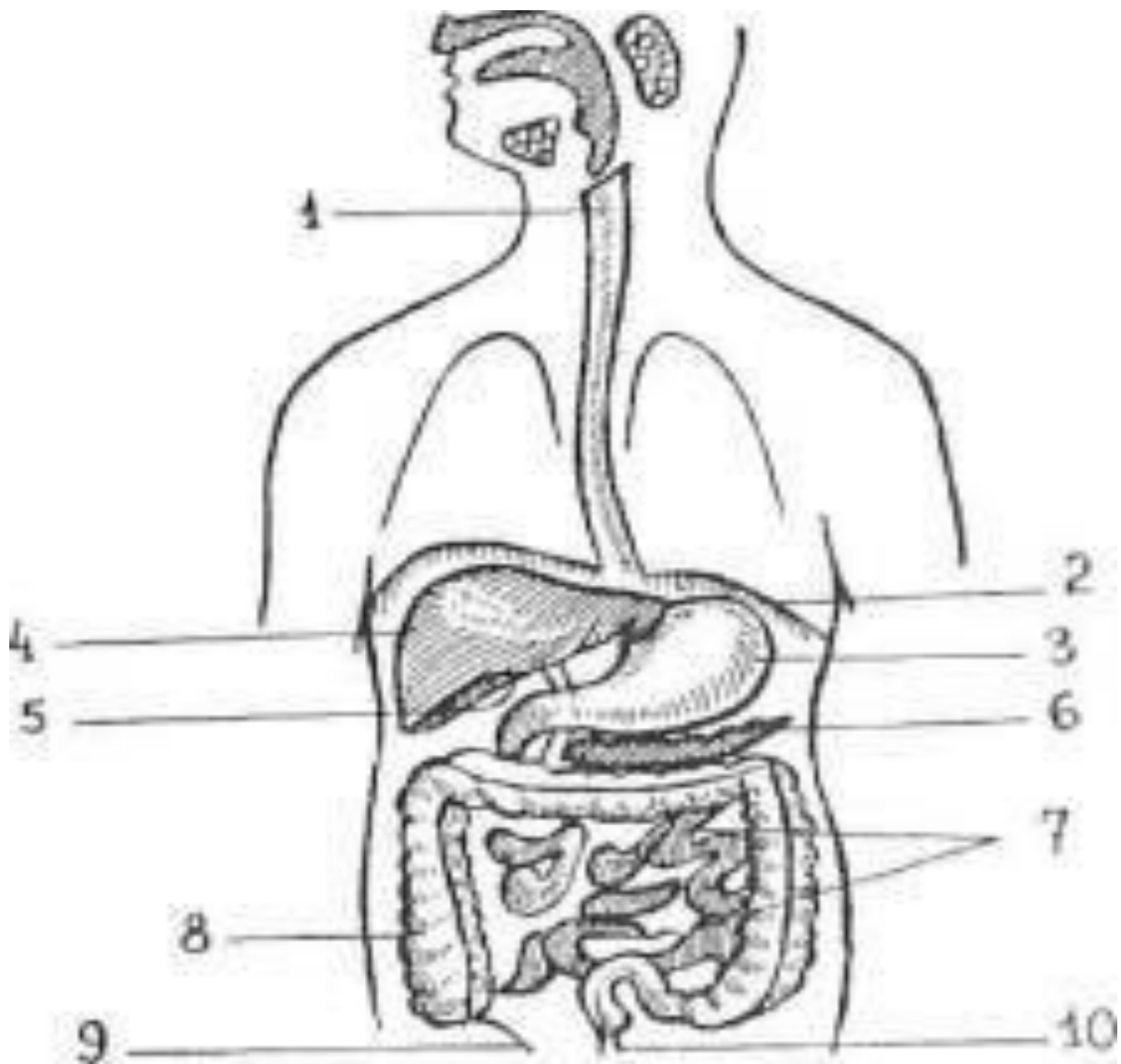


Вода

СИСТЕМ ОРГАНА ЗА ВАРЕЊЕ

име и презиме

Обележи органе за варење.



Име и презиме

Наставни листић

Таблица правилне исхране

Задатак: На основу шеме пирамиде исхране и намирница за здраву исхрану (као подсетник), попуните таблицу здраве исхране (недељну /дневну) са пет дневних оброка.

Таблица здраве исхране

	Доручак	Ужина	Ручак	Ужина	Вечера
Понедељак					
Уторак					
Среда					
Четвртак					
Петак					
Субота					
Недеља					

ЗАДАТАК ЗА САМОЕВАЛУАЦИЈУ

Због растуће температуре, мучнине и јаког бола у горњем делу стомака, који се ширио и спуштао на десну ногу, Мика је потражио хитну лекарску помоћ. После детаљног прегледа пацијента, лекар је установио да Мика има упалу слепог црева.

Знаком X означи положај слепог црева на слици.

