



Název školy: **Základní škola a Mateřská škola Žalany**

Číslo projektu: **CZ. 1.07/1.4.00/21.3210**

Téma sady: **Přírodověda 4. - 5.**

Název DUM: **VY_32_INOVACE_1C_20_TRÁVICÍ_SOUSTAVA**

Vyučovací předmět: **Přírodověda**

Název vzdělávacího materiálu: **Trávicí soustava**

Autor: **Mgr. Milena Antošová**

Datum vytvoření: **duben 2013**

TRÁVICÍ SOUSTAVA

Anotace: DUM slouží jako interaktivní pomůcka při výuce trávicí soustavy člověka. Žák je postupně seznámen s jednotlivými částmi trávicí trubice. Dále je seznámen se základy správné výživy, při čemž v závěru dostává prostor k diskusi, vedené několika vodícími tématy. Závěr prezentace obsahuje domácí úkol.

Očekávaný výstup: Žák dokáže popsat trávicí soustavu člověka. Říci o ní základní informace spolu se základy zdravé výživy.

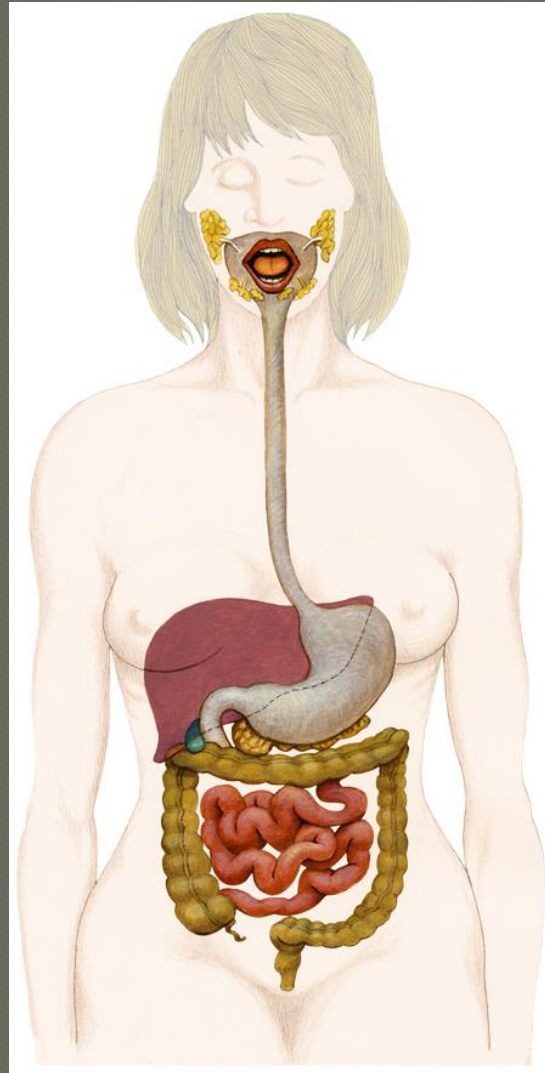
Věková skupina, ročník: ZŠ, 5. ročník

Metodické pokyny: Žáci pracují samostatně a sledují učitelův výklad. Důležité věci si na pokyn učitele poznamenávají do sešitu. Učitel vše názorně ukazuje na obrázcích přiložených v prezentaci. V závěru nastává prostor pro diskusi. Za pomoci 3 vodících témat vede učitel žáky ke společné konverzaci nad danými tématy. Téma je uzavřeno zadáním domácího úkolu.

Pomůcky: Psací potřeby, sešit

Časový harmonogram: 25 – 35 minut

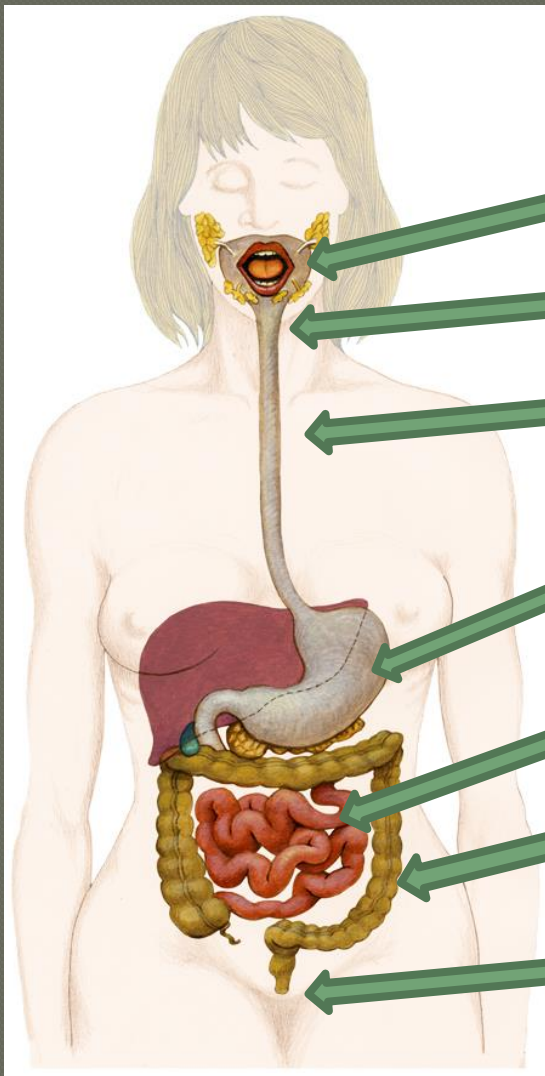
TRÁVICÍ SOUSTAVA



TRÁVICÍ SOUSTAVA

- Aby mohl člověk žít – musí jíst!
- Zpracování potravy umožňuje trávicí soustava.
- Potrava je nejen zdroj energie, ale i stavební materiál.
- Nestrávené zbytky spolu s nepotřebnými látkami odcházejí z těla ven.

TRÁVICÍ SOUSTAVU TVOŘÍ



Dutina ústní

Hltan

Jícen

Žaludek

Tenké střevo

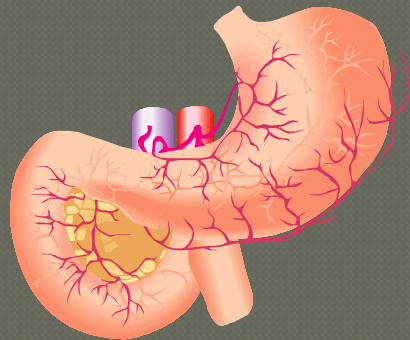
Tlusté střevo

Konečník

DUTINA ÚSTNÍ

- ROZŽVÝKÁNÍ POTRAVY POMOCÍ ZUBŮ A JAZYKA
- Rozmělněná potrava se smísí se slinami.
- Následně prochází hltanem a jícnem
do

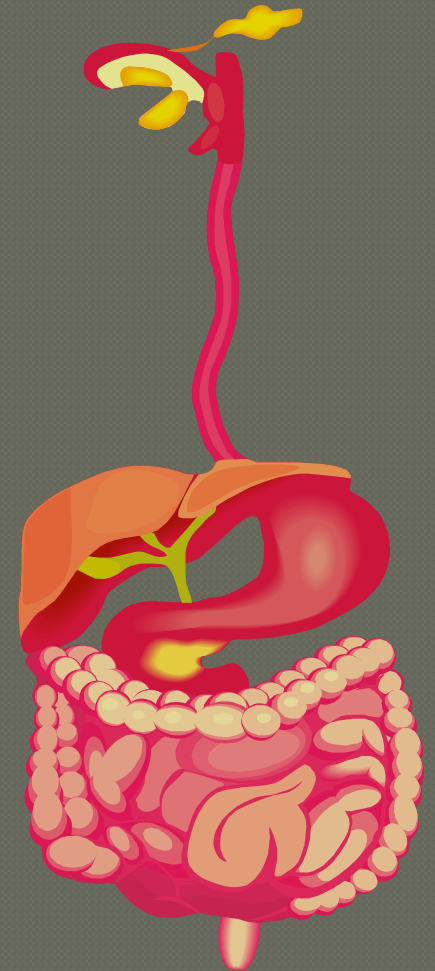
žaludku



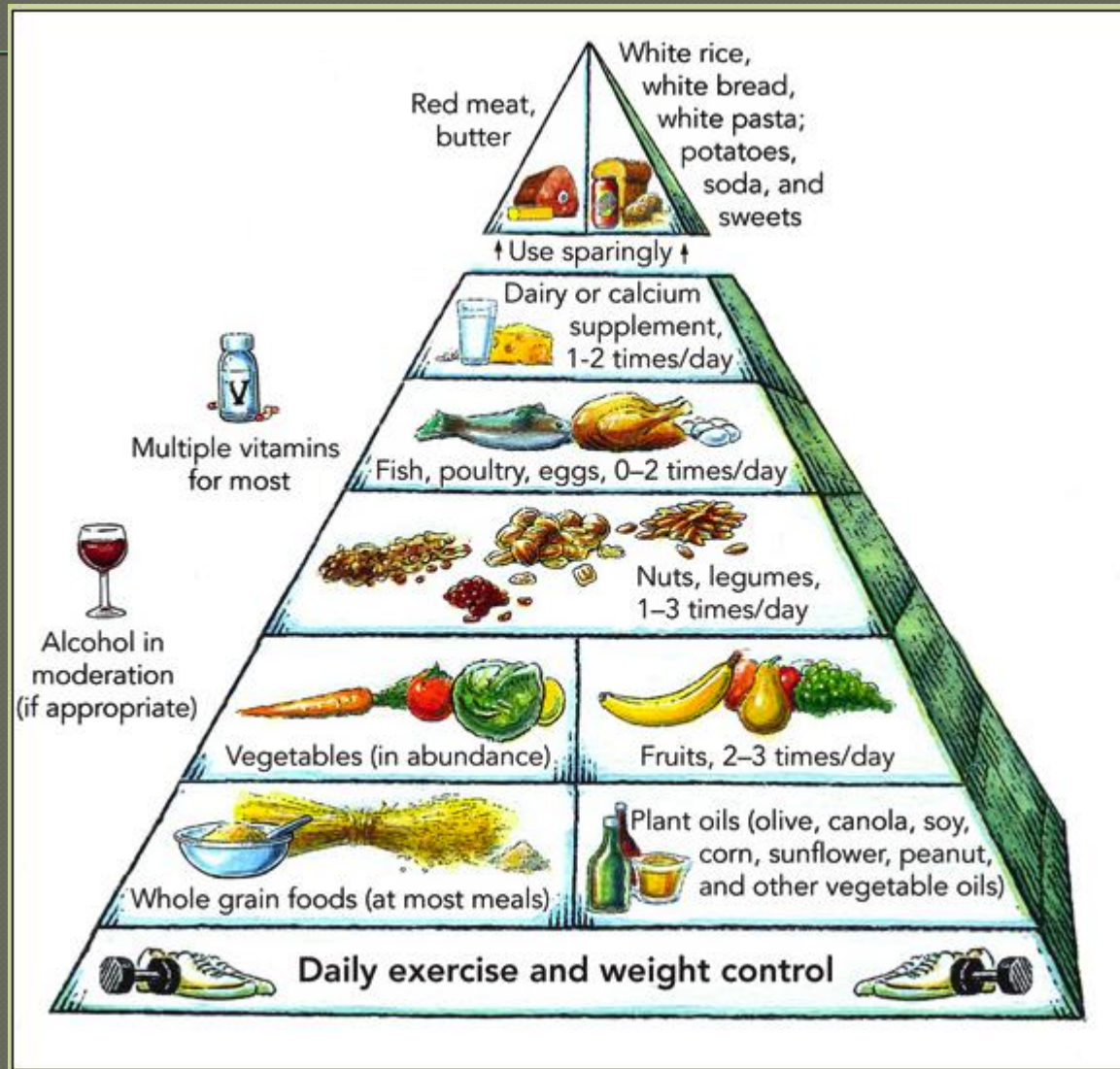
V žaludku se promíchá se žaludečními šťávami a následně rozmělní na kašovitou hmotu

Cesta rozmělněné potravy

- V žaludku se pokračuje částečně rozmělněná potrava do tenkého střeva.
- Za pomoci látek vyloučených játry a slinivkou, se z potravy uvolňují živiny.
 - Živiny se do krve dostávají skrz stěnu tenkého střeva
- Nestrávené zbytky putují do tlustého střeva.
 - Zde se vytvoří stolice.
- Stolice odchází z těla konečníkem.



Jak a co bychom měli jíst?



Zásady správné výživy

- Pestrost
- Smíšenost
- Vyváženost
- Plnohodnotnost
- Porce velká jako pěst = malá porce
- 5 - 8x za den
- Ovoce, zelenina, celozrnné pečivo = vláknina
- Dodržovat pitný režim

a nezapomínat na

POHYB!!!!!!

DISKUSE

- ◉ **Proč je dobré si mýt ruce?**
- ◉ Prevence před onemocněním, především žloutence.
- ◉ **Je dobré volit k hubnutí omezení přísunu potravy?**
- ◉ Ne – tělo neví kdy dostane další jídlo tak si ho začne ukládat. Lepší je jíst velmi často ale malé porce.
- ◉ **Proč v akčních filmech vidím lidi co trénují (posilují) jíst vajíčka?**
- ◉ Protože vajíčka jsou bílkovina a bílkoviny jsou pro lidské tělo něco jako cihly pro zedníka.

Domácí úkol

Proved'te měření přísunu tekutin během 24 hodin.

- **Poznamenávejte si na papír množství tekutiny které za den vypijete.**
 - **Například:**
 - **Ráno:** 1 hrnek čaje = 0,2 l
 - **Poledne:** Polévka 0,2l, coca cola 0,5l
 - **Odpoledne:** Trénink fotbalu – 1,5l vody
 - **Večer:** Džus – 0,5l
 - **CELKEM = 2,9l vody**

Líbila se Vám dnešní hodina?



Zdroje

- **Použitý software:**
 - MS Windows 7, MS Office PowerPoint 2007
- **Použité informace:**
 - Autorem materiálu a všech jeho částí, není-li uvedeno jinak, je Mgr. Milena Antošová.
 - MATYÁŠEK, Jiří, Věra ŠTIKOVÁ a Josef TRNA. *Přírodověda 5: učebnice pro 5. ročník*. Brno: Nová škola, 2004, 91 s. ISBN 80-728-9063-8.
- **Použité obrázky:**
 - DATAKABINET. <http://www.datakabinet.cz/> [online]. [cit. 19.5.2013]. Dostupný na WWW:
http://www.datakabinet.cz/files/documents/dk/dynamik/s_ilo_traviaci_soustava.jpg
 - AUTOR NEUVEDEN. <http://commons.wikimedia.org/> [online]. [cit. 15.5.2013]. Dostupný na WWW:
http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Harvard_food_pyramid.png?uselang=cs
 - Galerie MS Office, www.office.microsoft.com