

<b>Школа: Основна школа „ Братство-јединство“ <u>Банатска Топола</u></b>	
Наставни предмет: Биологија, Фитичко и здравствено васпитање	<b>Датум реализације: 15.9.2021.</b>
Разред: V;VI, VII, VIII	<b>Аутор/реализатор: Јелена Михајловић-наставник биологије, Милан Бубуљ-наставник физичког и здравственог васпитања и Драгана Керкез-наставник хемије</b>

<b>Наставна тема:</b>	Човек и здравље
<b>Наставна јединица:</b>	Брза храна и енергетска пића
<b>Тип часа:</b>	Обрада, вежба
<b>Трајање часа:</b>	45 минута
<b>Циљ часа:</b>	Ученик/-ца на основ угледа процењује вредност брзе хране и енергетских пића.
<b>Кључне речи</b>	Брза храна, енергетски напаци
<b>Очекивани исходи</b>	<i>Ученик/-ца ће бити у стању да:</i> • Докаже огледом хранљиву вредност брзе хране и енергетских пића
<b>Образовни стандарди</b>	БИ.1.5.3.
<b>Облици наставног рада и системи учења</b>	– <i>Облици рада:</i> индивидуални, фронтални (целоодељење), рад у групи – <i>систем учења:</i> смислено, практично, учење уз помагала – <i>врста наставе:</i> егземпларна, проблемска, програмирана, информатичко-развијајућа
<b>Наставне методе</b>	– <i>вербално-текстуалне:</i> усмено излагање – монологи дијалог, читање и рад на тексту, разговор, писање – <i>метода практичног рада:</i> активности
<b>Наставна средства</b>	Плитак тањир, дашчица, ножић, неколико етикета са газираних безалкохолних пића, енергетских и спортских пића, шест пластичних кеса за замрзивач, 5 фломастера, 5 супених кашика, 5 чаша, килограм шећера и 25 листова папира, свеска, оловка, листићи чипса, жу-жупециво, кроасан, сува кифла, свеже воће, парче сира (млад сир/качкаваљ), парче свеже печеног меса...
<b>Наставни објекат</b>	учионица
<b>Корелација са истим или другим предметима</b>	Биологија, хемија и Физичко и здравствено васпитање
<b>Обавезна и додатна литература и остали извори података за ученике/це и наставнике/це</b>	Гордана Субаков Симић, Марина Дрндарски, <i>Биологија 5, уџбеник за пети разред основне школе (I. део)</i> , Логос, Београд, 2018.
<b>Напомене:</b>	Унапред припремити сав потребан материјал. Када ученици донесу храну, исецкати воће на коцкице, сир и месо. У чаше измерити по 200 шећера.

---

## Уводни део часа (10 минута)

### Активности наставника

- Проверити да ли су ученици донели сав потребан материјал за оглед.
- Проверити да ли су и како су ученици урадили домаћи задатак , урадили истраживање о навикама у исхрани.

### Решења:

1. Ученици 5, 6, 7, 8. разреда.
  2. Повећава се број деце с лошим навикама.
- Зависиће од ученика до ученика

### Активности ученика:

- Читају одговоре и дискутују.

---

## Главни део часа (35 минута)

### Истицање циља часа:

Истаћи како се огледом може испитати количина масноће у брзој храни и количина шећера у енергетским пићима.

### Са ученицима водити разговор:

- Шта је брза храна – „fastfood“?
- Колико је потребно физичке активности да би се потрошиле калорије?
- Базални метаболизам

Како би назвали храну која промовише домаћу храну и традиционално кување? („slow food“).

Поделити ученике у три групе. Поделити им материјал и задати да ураде оглед „Колико је храна масна?“

Продискутовати закључке које су групе извеле након огледа, Поделити свакој групи по једну етикету напитка (газирано безалкохолно, енергетско или спортско пиће), једну кесу за замрзивач, фломастер,супену кашику и чашу са 200 г шећера,

Задати им да ураде оглед

На табли нацртати ленту како би групе могле да уписују резултате истраживања, Продискутовати закључке које су групе извеле након огледа, тј. „Да ли су за употребу газираних безалкохолних енергетских напитака или против ње.“

### Активности ученика (индивидуални рад и рад у пару)


- слушају,бележе и активно учествују, посматрају, анализирају, истражују, мере, одмеравају, пореде, закључују, одговарају на питања, дискутују.

## Завршни део часа (5 минута)

### Активности наставника и ученика

- оцењује ученике на основу резултата њиховог рада

ВЕЖБЕ: БРЗА ХРАНА И ЕНЕРГЕТСКА	
Најмање масноће	Највише масноће
<input type="text"/>	<input type="text"/>
Најмање шећера	Највише шећера
<input type="text"/>	<input type="text"/>
КЉУЧНЕ РЕЧИ: брза храна, енергетска пића	



Комплетно реализовану активност можете погледати на <https://ostopola.edu.rs/dani-zdravlja/>



