

PREDMET :Biologija

RAZRED: IX. (deveti)

VREMENSKO RAZDOBLJE: 11.05.-15.05.

NASTAVNA JEDINKA: 2. Ponavljanje gradiva (Izmjena tvari, protok energije i
pravilna prehrana)

Danas će te kroz zadatke ponoviti gradivo navedene nastavne jedinice.

Zadatke prepisati u bilježnicu i riješiti.

1. Oksidacijom (izgaranjem) ugljikohidrata, masti, i bjelančevina oslobađa se energija potrebna za sve životne procese. Energetska vrijednost 1 g masti iznosi 40 kJ ,1 g bjelančevina 21 kJ, a 1 g šećera 17 kJ. Usporedimo li brzinu oksidacije, ugljikohidrati oksidiraju najbrže.
 - a) Kojim spojevima trebaju biti bogate namirnice tvog doručka ako nakon njega planiraš redoviti jutarnji trening, trčanje rute od 2 km ?
 - b) Zašto mužjak carskog pingvina može preživjeti 65 dana bez hrane, za vrijeme dok leži na jajima da bi ih grijao?
 - c) Prisjeti se uloge srca i mozga. Koji će organ kao glavni izvor energije koristiti glukozu, a koji slobodne masne kiseline? Obrazloži svoj odgovor.

2. Tanjur pravilne prehrane je napravljen prema novijim smjernicama za uravnoteženu i pravilnu prehranu. To je ujedno i odgovor na pitanje što bismo trebali jesti svakog dana kako bismo u organizam unijeli sve što nam je potrebno.
 - a) Koje su namirnice najzastupljenije na tanjuru pravilne prehrane?
 - b) Obrazloži što su zdrave masnoće.
 - c) Razvrstaj namirnice pravilne prehrane u svoje dnevne obroke.
Zajutrak _____
Doručak _____
Ručak _____
Užina _____
Večera _____
 - d) O čemu treba ovisiti količina namirnica na našem tanjuru?

3. Napiši kemijsku jednadžbu procesa staničnog disanja i objasni njegovu svrhu? Kako se reaktanti ovog procesa dostavljaju do mjesta gdje se on odvija?

