

Dijana Arbanas • Gordana Podobnik • Silvana Šebalj-Mačkić • Vesna Trope

MOJA PRIRODA I MOJE DRUŠTVO



radna bilježnica Prirode i društva
za 4. razred osnovne škole

prvo izdanje
Zagreb, 2022.



Za izdavača

Darko Simić

Urednica izdanja

Đurđica Salamon Padjen, dipl. ing.

Autorice

Dijana Arbanas, učitelj savjetnik
Gordana Podobnik, učitelj savjetnik
Silvana Šebalj-Mačkić, učitelj savjetnik
Vesna Trope, učitelj savjetnik

Lektorica

Magdalena-Megi Pavlović, mag. educ. philol. croat. et ling.

Ilustrator

Marinko Lebović, graf. dizajner

Grafička urednica

Eleni Papulkas

ISBN 978-953-294-xxx-x

Izdavač

Alka script d.o.o.

Zagreb, Nehajska 42

tel. 01/30 135 30

www.alkascript.hr

LJUDSKO TIJELO – KREĆEMO SE

1.

Ako misliš da je tvrdnja točna, zaokruži DA, a ako misliš da nije točna, zaokruži NE.



Ljudsko tijelo sastavljeno je od mnogo organa koji su međusobno usklađeni.

DA NE

Sustave organa čine svi organi koji djeluju zajedno.

DA NE

Zdravlje čovjeka ne ovisi o zdravlju svih organa.

DA NE

Pojedini organi važniji su od drugih.

DA NE

Moramo se jednako brinuti o zdravlju svih organa.

DA NE

2.

Oboji **plavom** bojom organe koji čine sustav organa za kretanje.



mozak

srce

kosti

mišići

pluća

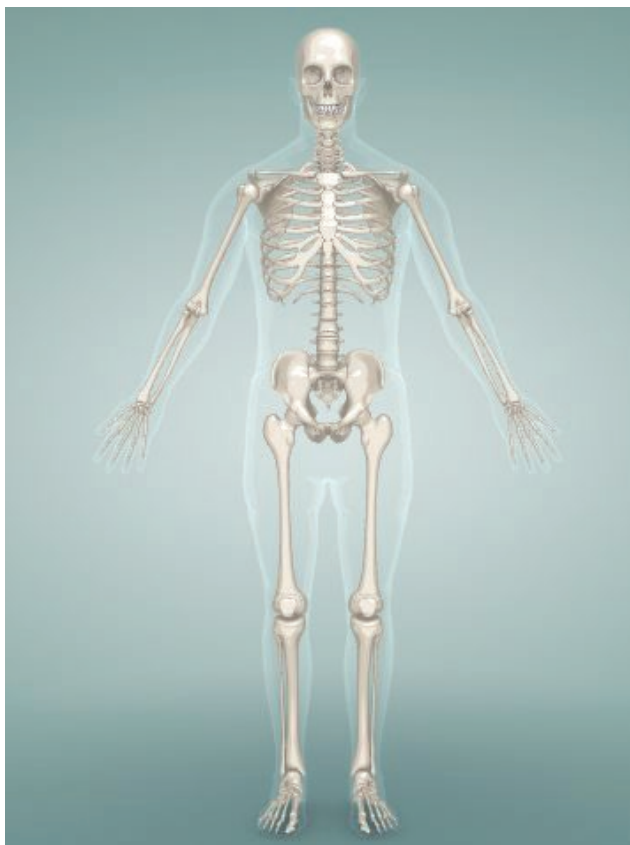
živci

3.

Oboji:



kosti nogu **crvenom bojom**,
kosti ruku **plavom bojom**,
kosti glave **zelenom bojom**,
kralježnicu **žutom bojom**.



4.

Dopuni i odgovori.



Da bismo se kretali, mišiči nogu moraju se _____ i _____.

Što je potrebno za pravilan rast i razvoj kostiju?

Mišiče je potrebno jačati. Navedi kako to možemo činiti.

PROBAVNI SUSTAV

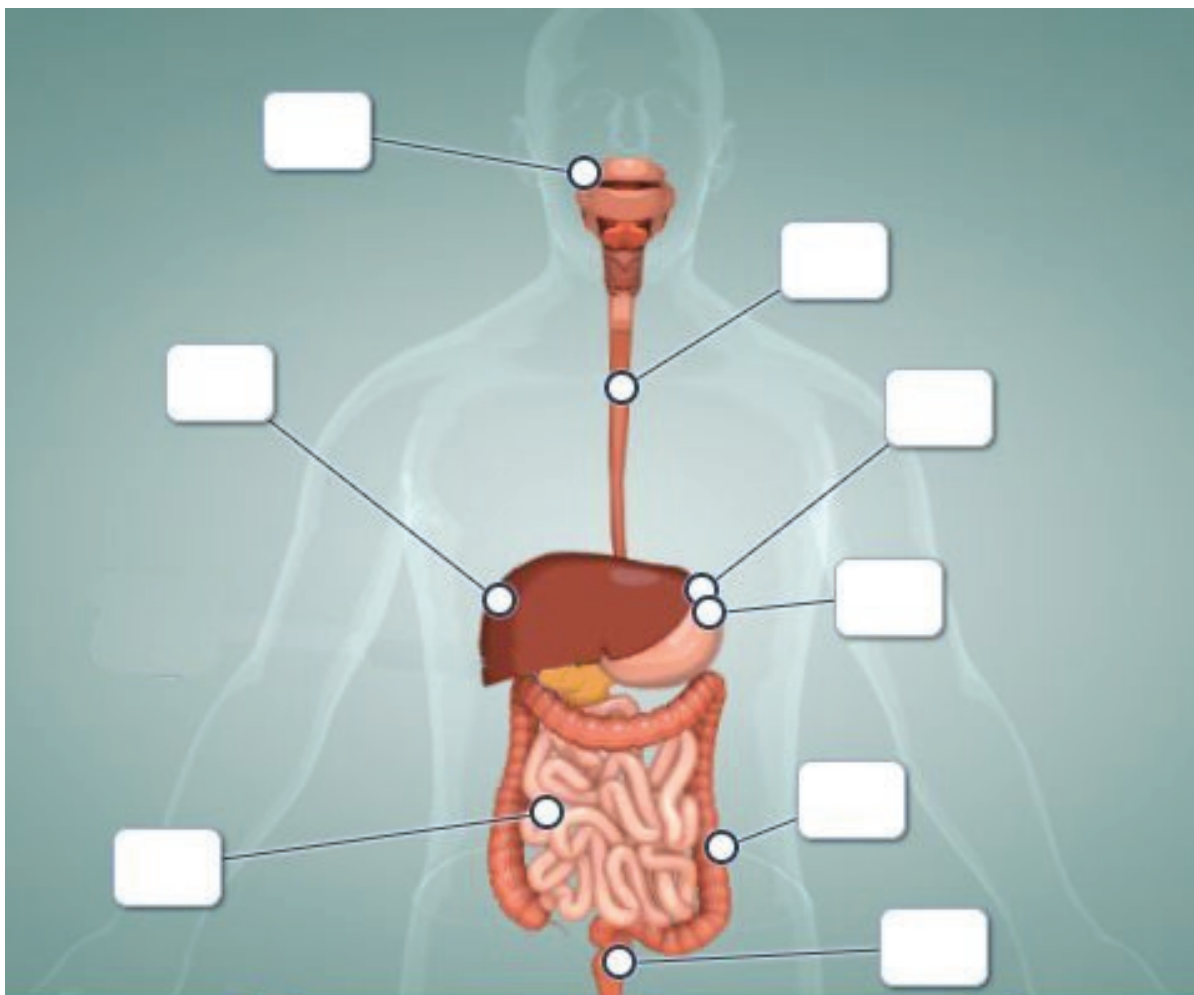
1.

Navedi organe koji čine sustav organa za probavu.



2.

Na crtež napiši brojeve navedene uz organe za probavu.



1.
tanko crijevo

2.
usna šupljina

3.
debelo crijevo

4.
želudac

5.
jetra

6.
jednjak

7.
izmetni otvor

3.

Označi kvačicom točnu tvrdnju.



Zubi i jezik u ustima:

miješaju hranu sa slinom.

usitnjuju hranu.

miješaju sa slinom i usitnjuju hranu.

4.

Dopuni i odgovori.



→ Omekšana i usitnjena hrana odlazi u želudac kroz _____.

→ Koju ulogu ima želudac u probavi hrane?

5.

Spoji crtom početak rečenice s lijeve strane s nastavkom na desnoj strani tako da tvrdnja bude točna.



Hranjivi sastojci iz želuca odlaze

Neprobavljeni dijelovi hrane odlaze

Iz tankog crijeva probavljena hrana

Jetra izdvaja štetne tvari

Neprobavljeni se dijelovi hrane

u debelo crijevo.

prelazi u krv.

i tako štiti organizam.

u tanko crijevo.

izbacuju kroz izmetni otvor.

6.

Objasni zašto je važno dobro prožvakati hranu prije gutanja.



PREHRAMBENE NAVIKE I ENERGIJA

1.

Dopuni rečenice.



Energiju za svakodnevne obveze dobivamo iz _____.

Hrana koju jedemo mora biti _____ i _____.

Namirnice koje sadrže mnogo šećera _____ zdrave za naš organizam.

Voće i povrće sadrži mnogo _____ i _____.

Nepravilnom prehranom ugrožavamo svoje _____.

2.

Objasni zašto je važno zdravo se hraniti.



3.

Trebamo li konzumirati istu hranu ljeti i zimi? Objasni.



4.

U koliko bi dnevnih obroka bilo najbolje podijeliti dnevnu količinu hrane? Navedi ih.



5.

Što se događa ako jedemo prekomjerne količine hrane?



6.

Istraži i napiši u tablicu koje zdrave sastojke sadrže navedene namirnice.



NAMIRNICA	SASTOJAK
mlijeko	
jaja	
riba	
jabuka	
grožđe	
špinat	
mrkva	
crni kruh	

SUSTAV ORGANA ZA DISANJE

1.

Oboji **plavom bojom** organe koji čine sustav organa za disanje.



pluća

srce

nos

živci

mišići

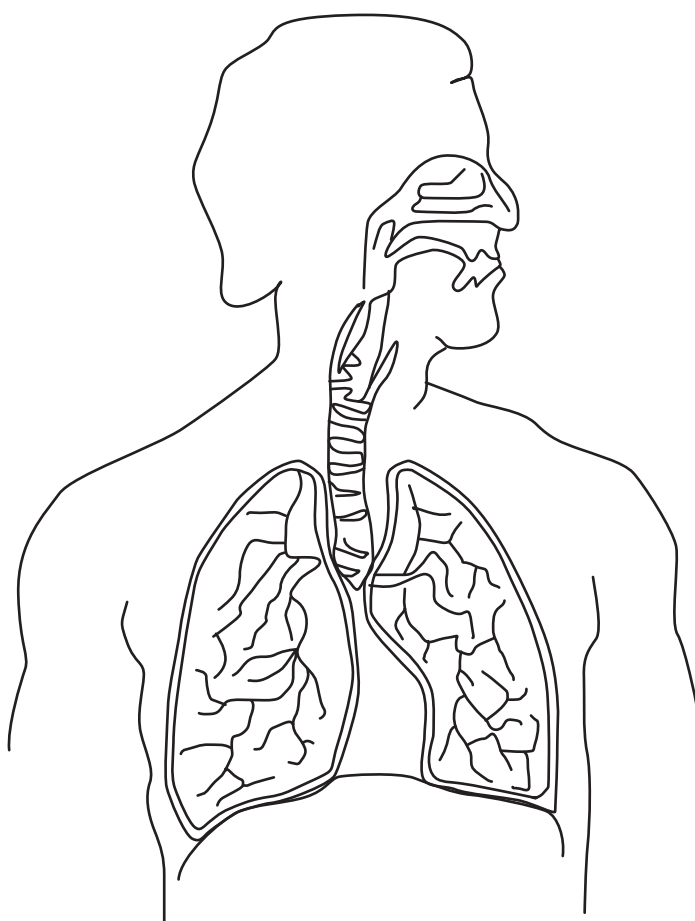
dušnik

želudac

dušnice

2.

Na crtežu oboji pluća **crvenom bojom**,
a dušnik i dušnice **zelenom bojom**.



3.

Dopuni rečenice.



Zrak udišemo kroz _____ ili _____. Nakon toga zrak kroz _____

dolazi do _____ iz kojih ulazi u _____.

4.

Zašto je bolje udisati na nos nego na usta? Objasni.



5.

Kako kisik iz pluća dolazi u sve druge dijelove tijela?



6.

Označi kvačicom točnu tvrdnju.



Pluća štiti:

lubanja.

prsni koš.

kralježnica.

7.

Što trebaš učiniti ako se nađeš u zadimljenoj prostoriji? Zašto?