

Vārds

uzvārds

klase

datums

GREMOŠANA

1. variants

1. uzdevums (4 punkti)

Pieraksti pie katra jēdziena ciparu, ar kuru apzīmēts tā skaidrojums!

Sekrēti	
Enzīmi (fermenti)	
Vitamīni	
Tauki	

1. Vielas, kas paātrina bioķīmiskās reakcijas organismā.
2. Vielas, kas izdalās no sekrēcijas dziedzeriem.
3. Bagātīgākais enerģijas avots organismā.
4. Bioloģiski aktīvas organiskās vielas, kuras jāuzņem nelielā daudzumā.
5. Galvenā uztura sastāvdaļa, kuru bagātīgi satur maize un kartupeļi.

2. uzdevums (7 punkti)

Aplūko cilvēka gremošanas orgānu sistēmu!



- Ar bultiņām norādi barības vielu ceļu no to uzņemšanas līdz izvadišanai!
- Iepunktē attēlā gremošanas orgānu sistēmas sastāvdaļas, kuras tieši nesaskaras ar barību, bet izdala sekrētus!
- Iekrāso to gremošanas sistēmas daļu, kurā notiek ūdens uzsūkšana, un pieraksti tās nosaukumu!
- Apvelc gremošanas orgānu, kura funkciju traucējumu dēļ cilvēki slimo ar cukura diabētu!

3. uzdevums (4 punkti)

Izlasi tekstu!

1. jūlijā apaļīgais 9. klases skolnieks Romualds nolēma mainīt ēšanas paradumus. Brokastīs zēns ēda auzu pārslu biežputru ar ievārījumu, lielu porciju gaļas salātu, uzdzerot saldu kafiju ar pienu. Līdz pusdienām zēns spēlēja datorspēles un apēda tikai 2 speķa pīrādziņus. Pusdienās Romualds ēda kartupeļus, kotletes un lielu tortes gabalu, kas bija atlicis no vakardienas svētku mielasta. Tad zēns dažas stundas nosnaudās. Pamoies Romualds devās uz tirgu iepirkties un nopirka zemenes, kuras sāka ēst, jau ejot mājup.

- a) Kādu sabalansēta uztura pamatprasību neievēroja Romualds?

.....

- b) Ar kādiem parazitiskajiem tārpiem dienas gaitā riskēja invadēties Romualds? Kurā situācijā?

.....

.....

- c) Nosauc vienu „tradīciju”, ko varētu mainīt mūsu skolā skolēnu ēšanas paradumos, lai mazinātu risku saslimt ar gremošanas orgānu sistēmas slimībām!

.....

4. uzdevums (6 punkti)

Izpēti uz „Bārbekjū kartupeļu čipsu” iesaiņojuma atrodamo informāciju par produkta saturu un sastāvdaļu daudzumu (%), ko cilvēks var iegūt no šī produkta, ja viņam diennaktī nepieciešams uzņemt 2000 kcal!

Bārbekjū kartupeļu čipsi			
Razotājvalsts Polija			
1 iesaiņojums		198g	
Uzturvērtība pirms atvēršanas			
Kilokalorijas kopā	972	Kalorijas no taukiem	558
% no diennaktī vajadzīgā daudzuma			
Tauki	64g		99%
Piesātinātie tauki	16g		80%
Na	1485mg		62%
Ogļhidrāti	105g		35%
Olbaltumvielas	15g		
Vitamins A	9%	Vitamins C	112%
Ca	10%	Fe	21%
Diennaktī nepieciešamais daudzums ir rēķināts no 2000 kcal. Jums nepieciešamais daudzums var atšķirties.			
©www.NutritionData.com			

Kuru uzturvielu dotie čipsi satur visvairāk?

.....

Kuru uzturvielu šis produkts satur vismazāk?

.....

Kura vitamīna šajā produktā ir visvairāk?

.....

Pamato, kāpēc kartupeļu čipsus tu neieteiktu kā pilnvērtīgu C vitamīna avotu!

.....

Pamato, vai visiem cilvēkiem diennaktī pietiek ar enerģijas daudzumu, kas rodas no 2000 kcal!

.....

Kāda pircējam svarīga un pārtikas produktiem obligāta informācija trūkst šajā informatīvajā materiālā?

.....

5. uzdevums (6 punkti)

Izlasi tekstu un atbildi uz jautājumiem!

Jānis veica mājas darbu bioloģijā. Trīs glāzēs zēns savāca vienādu siekalu daudzumu, pievienoja nelielu daudzumu cietes un pusstundu turēja glāzes atšķirīgā temperatūrā. Tad katrā glāzē iepilināja 1 pilienu joda spirta šķīduma un iegūtos rezultātus apkopoja tabulā.

Glāzes nr.	Eksperimenta apstākļi	Šķīduma krāsa pēc joda piepilināšanas
1.	legremdē bļodā ar ūdeni, kura temperatūra ir 30–40 °C	Bezkrāsains
2.	Novieto saldētavā	Zils
3.	legremdē bļodā ar verdošu ūdeni	Zils

a) Formulē pētāmo problēmu Jāņa eksperimentā!

.....

.....

b) Formulē pieņēmumu, kuru apstiprina iegūtie dati!

.....

.....

c) Uzraksti datu reģistrēšanas tabulas nosaukumu!

.....