*Atsiskaitymo lapas*

MOKINIO ATSISKAITYMO LAPAS

TEMA Medžiagų kiekis organizme

DARBO TIKSLAS Apskaičiuoti ir palyginti kiek reikia medžiagų organizmui.

PRIEMONĖS Virtualios svarstyklės sverti, mokinių figūrėlės.

HIPOTEZĖ…………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………….

REZULTATŲ LENTELĖ

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Eil. Nr. | Mergaitės | | Berniukai | | Reikalingas maisto medžiagų kiekis | | |
| Baltymai | Riebalai | Angliavandeniai |
| Vardas | Svoris | Vardas | Svoris |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

**Medžiagų rekomenduojama paros norma:**

* Baltymų – 1,5 – 2,5 g baltymų 1 kg kūno svorio.
* Riebalų – tiek pat kiek ir baltymų.
* Angliavandenių ir augantiems, ir suaugusiems organizmams reikia daugiausiai, t.y. keturis kartus daugiau nei baltymų ar riebalų.

IŠVADA .......................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................

ĮVERTINIMAS .......................................................................................................................................................

(pildo mokytojas)

PASTABOS ....................................................................................................................................................................................................................................................................................................................

(pildo mokytojas)