18.5.2020.

PRIRODA I DRUŠTVO

Ponovimo kako mozak i živci upravljaju tijelom.

Riješite zadatke u RB na str. 92. i 93. Sigurna sam da ćeš uspješno i s lakoćom riješiti zadatke.

Uz pomoć roditelja potraži nekoliko svojih fotografija iz prošlosti. Jesi li se promijenila/o? Primjećuješ li promjene na sebi? Koje promjene primjećuješ?

Narasli ste. Masa tijela se povećala. Dobili ste stalne zube . Primjećujete li još neke promjene?

Vi ste sada u razdoblju brzog rasta i razvoja. Događaju se promjene na tijelu i u ponašanju. Često mijenjate raspoloženje. Brzo se naljutite. Često plačete. Često se gledate u ogledalu. Brinete o svom izgledu. Neki su već i zaljubljeni. Što se to događa?

Pubertet? Što je to?

Nakon devete godine života počinju važne promjene u tijelu djevojčica i dječaka. Vrijeme u kojemu se događaju te promjene naziva se pubertet.

Na početku puberteta promjene se najprije vide u tjelesnom izgledu. Koje su to promjene?

Pročitajte tekst u udžbeniku na str. 66.i 67.

Što si već znala/o o pubertetu?

Što si novo naučila/o o pubertetu?

Sigurna sam da ste o pubertetu već razgovarali sa svojim roditeljima.

Što bi još voljela/volio znati?

Prepiši u bilježnicu plan ploče.

Ispod plana ploče napiši (pitanje/pitanja na koja bi voljela/volio dobiti odgovore). **Nije obavezno.**

Poigraj se i provjeri svoje znanje. <https://wordwall.net/hr/resource/2177776/priroda-i-dru%c5%a1tvo/pubertet>

Riješi RB. str. 94.

**PLAN PLOČE**

18.5.2020.

Put do zrelosti – promjene u pubertetu

***PUBERTET***( od 10. do 14. godine ) je vrijeme u kojemu se događaju promjene u tijelu dječaka i djevojčica; put od dječaka do mladića i od djevojčice do djevojke.

Događaju se i promjene u ponašanju.

U tom periodu posebno je važna čistoća i njega tijela, čistoća odjeće i rublja.

Pravilna prehrana, svakodnevna tjelovježba i pravilan odnos rada i odmora pridonose zdravlju.