

Navodila za delo za učence 7. razreda

Ponedeljek, 20. april 2020

1. učna ura - MAT

Vsi, ki ste mi prejšnji teden poslali **rešitve 20. naloge** iz učbenika (str. 146), ste dobili povratno informacijo in rešitve. Ostali najdete rešitve v spletni učilnici. Še vedno pa mi lahko rešene naloge pošljete v vpogled.

Danes nadaljujemo z **utrjevanje znanja o trapezu**.

V učbeniku na strani 145 reši 12., 13. in 15. nalogo.

Primer č 15. naloge reši kdor želi.

Kdor želi lahko reši tudi 16. nalogo v učbeniku na strani 146.

Naloge reši v šolski zvezek in jih fotografiraj. Fotografije pošlji do srede, 22. aprila, na mail katka.krnc@gmail.com.

Želim ti uspešno reševanje nalog in prijeten dan!

2. učna ura - TJA

1. Preberi strip v učbeniku na strani 48 in reši naloge 2,3a in 3b ter 4a na strani 49
2. [Odpri knjigo na strani 52 in poslušaj posnetek, ki sem ti ga poslala na e-mail naslov.](#)

3. učna ura - NAR

Pozdravljeni učenci.

Danes imam za vas prav posebno nalogo.

Najprej poišči list, kjer so zapisani cilji, ki smo jih skupaj sestavili v šoli (Zgradba in delovanje živali). Obkljukaj tiste cilje, ki smo jih že obravnavali.

Sedaj pa AKCIJA.

Sestavi test z različnimi nalogami (slike, tabele, vprašanja, opisi ...), kjer boš dokazal, da si obkljukane cilje usvojil. Nalog naj bo vsaj 10.

Test mora vsebovati tudi rešitve.

Pošlji ga na moj mail (franja.murn@os-bostanj.si) do 24. 4. 2020.

4. učna ura - SLJ

Tako! Smo že v 6. tednu pouka na daljavo. Kdo bi misli, da bo to tako dolgo trajalo. Še ta teden zdržite, potem pa so prvomajske počitnice.

In upam, da se po počitnicah res kmalu vidimo.

Nekaj je še vedno takšnih učencev, ki mi niste poslali poročila. Čakam!

Danes boš NADALJEVAL/-A z reševanjem nalog v **ZELENEM DZ**, str. 74, 75.

REŠI OBE STRANI (74 IN 75).

7. NALOGO JE POTREBNO NAREDITI V ZVEZEK.

Prelistaj zvezek, ponovi BESEDNE VRSTE (samostalnik, pridevnik, glagol, osebni in svojilni zaimek).

Jutri, **v torek, 21. 4. 2020, ob 10.30** bomo imeli video-konferenco. Izvedli bomo uro slovenščine. Vam pošljem povezavo. Bodite, prosim, točni.

Lep pozdrav, učiteljica Silva

6. učna ura - ŠPO

- Sprehod; vmes vsaj **10 minut teka** (hitrost teka prilagodi svoji pripravljenosti)
- Nato si izberi eno od naslednjih dejavnosti: rolanje, kotalkanje, badminton, vadba z žogo

Pred začetkom sprehoda in takoj po končanem teku si **izmeri srčni utrip** (število udarcev v eni minuti). Kaj ugotoviš? **Rezultat vpiši pod preglednico, ki te čaka v spletni učilnici!**

ŠE MALO TEORIJE... PREBERI, JE POUČNO IN ZANIMIVO:

Srce je eden najpomembnejših organov za življenje. V telesnem mirovanju vsako minuto prečrpa pet litrov krvi po naših žilah in tako omogoči celicam v telesu dostop do hranilnih snovi in kisika.

Srčni utrip ali pulz je število udarcev srca na minuto.

Normalen srčni utrip se spreminja od človeka do človeka, odvisen je od njegove starosti, obsega telesa, od tega, ali se oseba giblje ali sedi, zdravil, ki jih morda jemlje, celo od temperature zraka. Načeloma velja, da je normalen utrip za odraslega med 60 in 100 udarci srca na minuto, pri otrocih od 6. do 15. leta znaša v mirovanju med 70 in 100 udarci na minuto, nekateri športniki z zelo natreniranim srcem pa imajo lahko pulz v mirovanju tudi samo 40.

Srčni utrip narašča z gibanjem, delovanje srca pa lahko pospešijo tudi čustva, nervoza, stres, pretiravanje ali dehidracija. Zaradi hitrega pulza je telesna temperatura višja, žile razširjene. Srce moramo takrat umirjati postopoma, z globokim dihanjem, hojo, raztezanjem mišic. Če bi srce skušali prehitro umiriti, bi nam namreč lahko postalo slabo ali bi celo omedleli.

MERJENJE SRČNEGA UTRIPA:

Srčni utrip merite tako, da drugi, tretji in četrti prst leve roke položite tik nad palčno stran desnega zapestja ali ob mišico na vratu.

Število utripov na minuto dobimo tako, da ob tipanju utripajoče arterije štejemo število udarcev:

- merimo 10 sekund in dobljeni rezultat pomnožimo s 6 ali
 - merimo 15 sekund in dobljeni rezultat pomnožimo s 4.
- Tako dobiš število udarcev v 1 minuti.

V spletni učilnici te čaka naloga za ta teden!!!