

# Egészség- és sportnap

## Természettudományos munkaközösség helyszínei

2021. szeptember 24. (péntek)

8:00-12:00

MEGOLDÁSOK

E1-es helyszín

1. csoport

TAPINTÁS

Ismerd fel a száraz  
terméseket, magokat  
tapintás alapján!

A: kukorica



B: rizs



C: lencse



D: hajdina



E: Chia mag



2. csoport

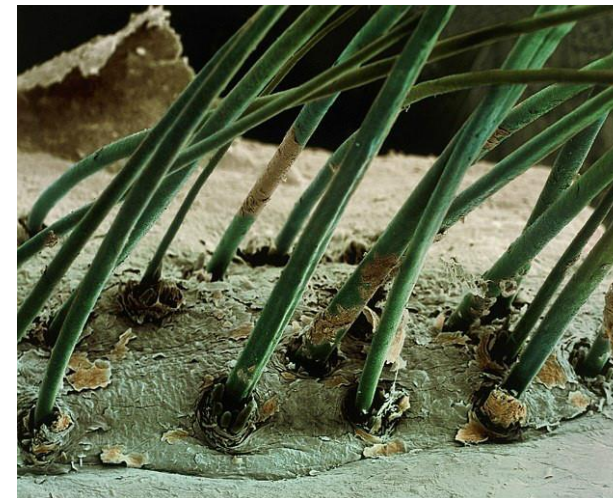
LÁTÁS

A világ mikroszkóp alatt.

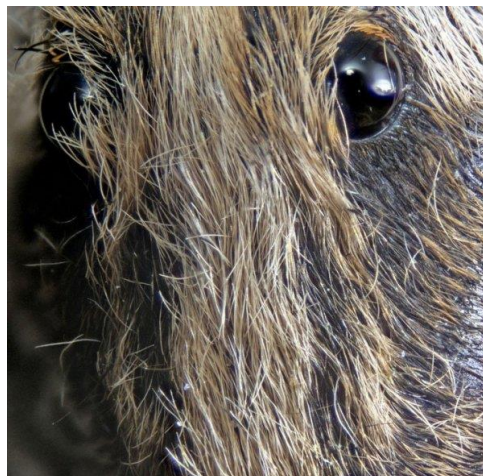
A: pagodakarfiol



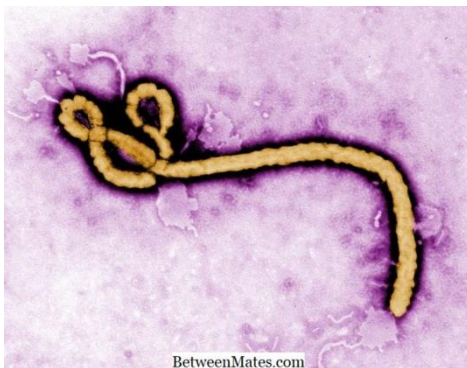
B: emberi szempilla



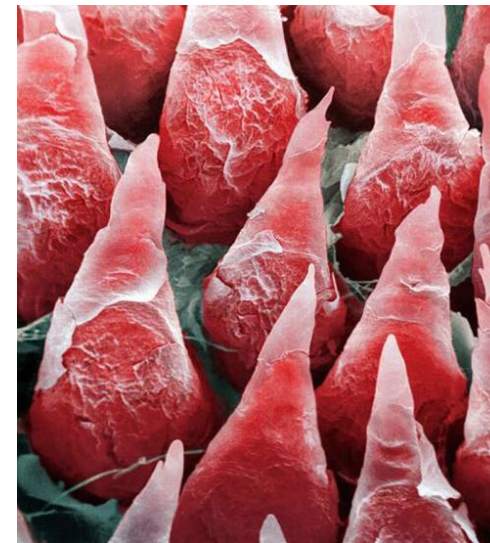
C: pók szeme



E: ebola vírus



D: emberi nyelv



### 3. Feladat

#### SZAGLÁS

Ismerd fel a fűszereket illatuk alapján!

- A: szegfűszeg
- B: kömény
- C: oreganó
- D: fokhagyma
- E: rozsmaring (friss)

### 4. Feladat

#### ÍZÉRZÉS

Ismerd fel, milyen ízesítésű a gyógynövény tartalmú cukorka!

- A: Gyömbér
- B: Bodza
- C: Csipkebogyó
- D: Levendula (áfonya)
- E: Hársfavirág

E2-es helyszín

1. feladat

Rakd ki a táplálékpiramist!



Zsírok, olajok, édességek



Tej, tejtermékek, hal, hús



gyümölcs



zöldség



teljes kiőrlésű  
gabonából készült  
kenyér, tészta és rizs

## 2. feladat

Csoportosítsd a kémiai elemeket az élő anyagban való gyakoriságuk alapján!

Nagy mennyiségben  
szükséges elemek

P  
(foszfor)

S  
(kén)

Kis mennyiségben  
szükséges elemek

Cu  
(réz)

Fe  
(vas)

Csak egyes fajok  
számára szükséges  
elemek

Si  
(szilícium)



### 3. feladat

Párosítsátok a vitaminokat a hiányukban kialakuló betegséggel!

C-vitamin

skorbut

A-vitamin

szürkületi vakság

D-vitamin

angolkór

B-vitamin

zavartság,  
memóriavesztés,  
bénulás

K-vitamin

vérzékenység

## 4. feladat

Párosítsátok a vitaminokat azokkal a táplálékokkal, amikben nagyobb mennyiségben előfordulnak!

C-vitamin

friss gyümölcsök,  
zöldségek

A-vitamin

sárgarépa, sütőtök, tej,  
tojássárgája

D-vitamin

tejtermékek, tojás, máj

B-vitamin

teljes kiőrlésű lisztből  
készült ételek, máj,  
hús, bab, tojás

K-vitamin

káposztafélék, spenót,  
tej, máj