



evropský  
sociální  
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,  
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání  
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

# FYZIKA

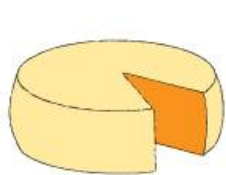
8.ročník

inovace a zkvalitnění výuky prostřednictvím ICT

## ENERGETICKÁ HODNOTA POTRAVIN

využití poznatků o vzájemných přeměnách různých forem energie  
vl.znak: ČaP I.

# ENERGETICKÁ HODNOTA POTRAVIN



# MICHAL TUČNÝ - PRODAVAČ



Pojďte všichni dovnitř, pozvěte si všechny známé,  
my vám dobrou radu dáme, neboť právě otvíráme,  
prodáváme, vyděláváme, co kdo chcete, tak to máme,  
co nemáme objednáme, všechno známe, všechno víme,  
poradíme, posloužíme.

Stál krámek v naší ulici, v něm párky, buřty s hořčicí  
a bonbóny a sýr a sladký mák.  
Tam chodíval jsem potají, tak jak to kluci dělají  
a ochutnával od okurek lác  
a pro mou duši nevinnou pan vedoucí byl  
hrdinou, když po obědě začal prodávat:  
Měl jazyk mírný jako bič a já byl z něho celý pryč a  
toužil jsem se prodavačem stát.

Pět deka, deset deka, dvacet deka, třicet deka, kilo chleba, kilo cukru,  
jeden rohlík, jedna veka, všechno máme, co kdo chcete,  
čtyři kilo, deset kilo, dvacet kilo, třicet kilo,  
oběhodu kvete, jen si račte říci.  
navážíme, zabalíme, klaníme se, to by bylo,

prosím pěkně, mohu nechat o jedenáct deka víc.



## OTÁZKY K PÍSNÍČCE:

1. VYPIŠ POTRAVINY, KTERÉ PRODAVAČ PRODÁVAL:

2. KTERÁ Z TĚCHTO POTRAVIN MÁ NEJVĚTŠÍ  
ENERGETICKOU HODNOTU?

3. JAKOU CELKOVOU HMOTNOST MĚL NÁKUP?  
(od "4kila")

4. CO OCHUTNÁVAL ZPĚVÁK JAKO KLUK?



## OTÁZKY K PÍSNIČCE :

1. VYPIŠ POTRAVINY, KTERÉ PRODAVAČ PRODÁVAL:

PÁRKY, BUŘTY S HOŘČICÍ, BONBÓNY, SÝR, SLADKÝ  
MÁK, OKURKY, CHLEBA, CUKR, VEKA

2. KTERÁ Z TĚCHTO POTRAVIN MÁ NEJVĚTŠÍ  
ENERGETICKOU HODNOTU?

3. JAKOU CELKOVOU HMOTNOST MĚL NÁKUP?

(od "4kila")

64,11 kg


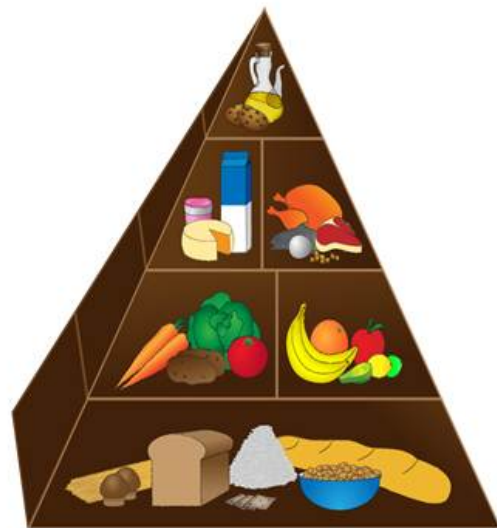
4. CO OCHUTNÁVAL ZPĚVÁK JAKO KLUK?

od okurek lák

ENERGETICKÁ HODNOTA POTRAVIN SE OBVYKLE  
VYJADŘUJE V **KALORIÍCH** NEBO **JOULECH**.

1 cal = 4,2 J

1 kcal = 4,2 kJ



Vlep do sešitu obal potraviny s údajem o energetické hodnotě výrobku. Snaž se najít potravinu s co nejvyšší (nejmenší) energetickou hodnotou.





TABULKA  
ENERGETICKÝCH  
HODNOT  
(VEPIŠ NÁZEV  
VÝROBKU A JEHO  
ENERGETICKOU  
HODNOTU)



POTRAVINA	ENERGETICKÁ HODNOTA VE 100g (kJ)	POTRAVINA	ENERGETICKÁ HODNOTA VE 100g (kJ)



TABULKA  
ENERGETICKÝCH  
HODNOT  
(VEPIŠ NÁZEV  
VÝROBKU A JEHO  
ENERGETICKOU  
HODNOTU)



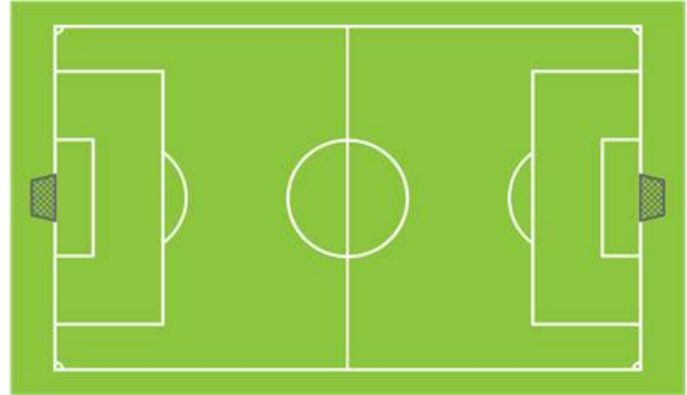
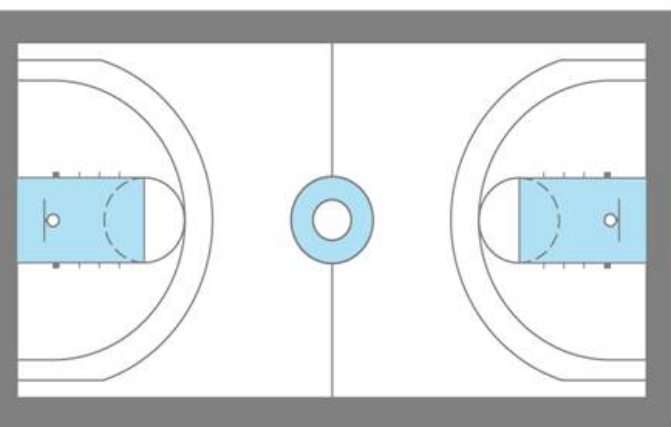
POTRAVINA	ENERGETICKÁ HODNOTA VE 100g (kJ)	POTRAVINA	ENERGETICKÁ HODNOTA VE 100g (kJ)





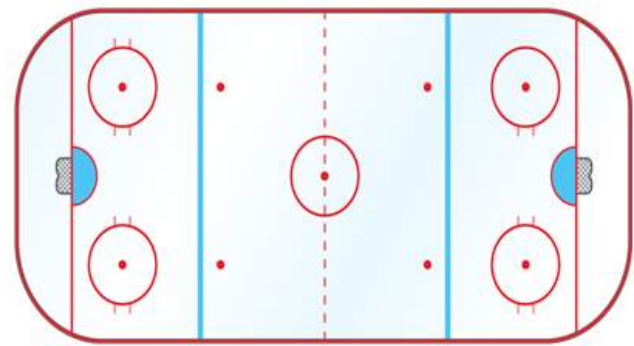
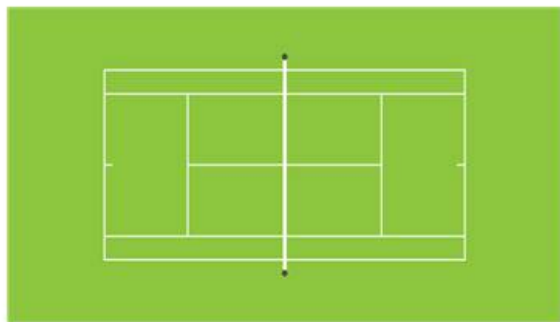
# VYHODNOCENÍ TABULKY

POTRAVINA S NEJVĚTŠÍ ENERGETICKOU HODNOTOU	POTRAVINA S NEJMENŠÍ ENERGETICKOU HODNOTOU



## **ENERGETICKÝ VÝDEJ**

**PŘI SPRÁVNÉ  
ŽIVOTOSPRÁVĚ BY SE  
DENNÍ ENERGETICKÝ  
PŘÍJEM NEMĚL OD  
ENERGETICKÉHO VÝDEJE  
PŘÍLIŠ LIŠIT.**





# TABULKA ENERGETICKÉHO VÝDEJE

<b>PROVÁDĚNÁ ČINNOST(60 min)</b>	<b>VÝDEJ V kJ</b>
<b>SEZENÍ</b>	<b>480 kJ</b>
<b>JÍZDA NA ROTOPEDU</b>	<b>1 000 kJ</b>
<b>CHŮZE PO ROVINĚ 4 KM/H</b>	<b>1 150 kJ</b>
<b>TANEC SPOLEČENSKÝ RYCHLÝ</b>	<b>1 820 kJ</b>
<b>PLAVÁNÍ</b>	<b>1 820 kJ</b>
<b>BRUSLENÍ</b>	<b>2 350 kJ</b>
<b>BĚH 9 KM/H</b>	<b>2 680 kJ</b>



Zdroje: <http://www.obcare.cz/ob-fit/148-pohybove-aktivity>[cit.2012-08-15]