

# Gospodinjstvo za 6. razred O.Š.

Vsebina predmeta : Vprašanja

[www.otroci.org](http://www.otroci.org)

Otrokom in staršem prijazna  
stran na internetu

---

## O PREHRANI

**VPRAŠANJE:** Zakaj je hrana ključna za preživetje ljudi?

---

**VPRAŠANJE:** Kaj pomeni uravnotežena prehrana?

---

**VPRAŠANJE:** Katere hranilne snovi so pomembne za delovanje telesa?

---

**VPRAŠANJE:** Kakšna je vloga ogljikovih hidratov v telesu?

---

**VPRAŠANJE:** Kje najdemo ogljikove hidrate?

---

**VPRAŠANJE:** Kakšna je vloga maščob v prehrani?

---

**VPRAŠANJE:** Kje najdemo zdrave maščobe?

---

**VPRAŠANJE:** Zakaj so beljakovine pomembne za telo?

---

**VPRAŠANJE:** Kje lahko dobimo beljakovine?

---

---

Več kot **200 strani** vprašanj skupaj z odgovori za Gospodinjstvo 6. razred vam je na voljo v naši spletni trgovini: [trgovina.otroci.org](http://trgovina.otroci.org)

# Gospodinjstvo za 6. razred O.Š.

Vsebina predmeta : Vprašanja

[www.otroci.org](http://www.otroci.org)

Otrokom in staršem prijazna  
stran na internetu

---

**VPRAŠANJE:** Zakaj so vitamini in minerali pomembni?

---

**VPRAŠANJE:** Kako pravilno razporedimo obroke čez dan?

---

**VPRAŠANJE:** Zakaj je zajtrk pomemben?

---

**VPRAŠANJE:** Kakšno vlogo ima kosilo?

---

**VPRAŠANJE:** Zakaj naj bo večerja lahka?

---

**VPRAŠANJE:** Kako lahko zdrav prigrizek pomaga čez dan?

---

**VPRAŠANJE:** Zakaj so ribe zdravo živilo?

---

**VPRAŠANJE:** Kaj so omega-3 maščobne kisline in zakaj so pomembne?

---

**VPRAŠANJE:** Kateri vitamini in minerali so prisotni v ribah?

---

**VPRAŠANJE:** Kako naj pripravljamo ribe, da ohranimo hranilne snovi?

---

---

Več kot **200 strani** vprašanj skupaj z odgovori za Gospodinjstvo 6. razred vam je na voljo v naši spletni trgovini: [trgovina.otroci.org](http://trgovina.otroci.org)

# Gospodinjstvo za 6. razred O.Š.

Vsebina predmeta : Vprašanja

[www.otroci.org](http://www.otroci.org)

Otrokom in staršem prijazna  
stran na internetu

**VPRAŠANJE:** Kako nastane moka?

---

**VPRAŠANJE:** Kako nastane kruh?

---

**VPRAŠANJE:** Zakaj je pomembno poznati hranilne snovi v živilih?

---

**VPRAŠANJE:** Kateri vir beljakovin lahko najdemo v mesu?

---

**VPRAŠANJE:** Kateri hranilni snovi najdemo v sadju in zelenjavi?

---

**VPRAŠANJE:** Kakšen je postopek pridelave žita?

---

**VPRAŠANJE:** Zakaj je pomembno, da zaužijemo obrok, ki vsebuje ogljikove hidrate?

---

**VPRAŠANJE:** Kako lahko oreščki prispevajo k zdravi prehrani?

---

**VPRAŠANJE:** Kaj so glavni viri maščob v prehrani?

---

**VPRAŠANJE:** Kako pravilno načrtujemo uravnotežen obrok?

---

Več kot **200 strani** vprašanj skupaj z odgovori za Gospodinjstvo 6. razred vam je na voljo v naši spletni trgovini: [trgovina.otroci.org](http://trgovina.otroci.org)

# Gospodinjstvo za 6. razred O.Š.

Vsebina predmeta : Vprašanja

[www.otroci.org](http://www.otroci.org)

Otrokom in staršem prijazna  
stran na internetu

---

**VPRAŠANJE:** Kateri vitamini so pomembni za zdravje imunskega sistema?

---

**VPRAŠANJE:** Kako lahko prigrizki, kot so jogurt ali sadje, pomagajo ohranjati energijo čez dan?

---

**VPRAŠANJE:** Zakaj je pomembno, da ne preskočimo obroka?

---

**VPRAŠANJE:** Kakšna je vloga vitaminov pri delovanju telesa?

---

**VPRAŠANJE:** Kako prehrana vpliva na naše zdravje in odpornost proti boleznim?

---

**VPRAŠANJE:** Kaj moramo storiti, preden začnemo jesti?

---

**VPRAŠANJE:** Ali je dovoljeno jesti z rokami?

---

**VPRAŠANJE:** Zakaj ni priporočljivo govoriti s polnimi usti?

---

**VPRAŠANJE:** Kako je pravilno žvečiti hrano?

---

**VPRAŠANJE:** Kdaj in kako uporabljamo prtiček pri mizi?

---

---

Več kot **200 strani** vprašanj skupaj z odgovori za Gospodinjstvo 6. razred vam je na voljo v naši spletni trgovini: [trgovina.otroci.org](http://trgovina.otroci.org)

# Gospodinjstvo za 6. razred O.Š.

Vsebina predmeta : Vprašanja

[www.otroci.org](http://www.otroci.org)

Otrokom in staršem prijazna  
stran na internetu

---

**VPRAŠANJE:** Kako se obnašamo po končanem obroku?

---

**VPRAŠANJE:** Zakaj je pravilna prehrana pomembna?

---

**VPRAŠANJE:** Kaj so hranilne snovi in zakaj jih potrebujemo?

---

**VPRAŠANJE:** Kako lahko hrano primerjamo z gorivom?

---

**VPRAŠANJE:** Katere organe v telesu podpira energija iz hrane?

---

**VPRAŠANJE:** Zakaj je pomembno uživanje hrane tudi med spanjem?

---

**VPRAŠANJE:** Kakšno vlogo imajo beljakovine v telesu?

---

**VPRAŠANJE:** Kje najdemo beljakovine?

---

**VPRAŠANJE:** Zakaj so beljakovine pomembne za otroke in mladostnike?

---

**VPRAŠANJE:** Kako lahko pomagamo svojemu prebavnemu sistemu med jedjo?

---

---

Več kot **200 strani** vprašanj skupaj z odgovori za Gospodinjstvo 6. razred vam je na voljo v naši spletni trgovini: [trgovina.otroci.org](http://trgovina.otroci.org)

# Gospodinjstvo za 6. razred O.Š.

Vsebina predmeta : Vprašanja

[www.otroci.org](http://www.otroci.org)

Otrokom in staršem prijazna  
stran na internetu

---

**VPRAŠANJE:** Zakaj je pomembno upoštevati pravila lepega vedenja za mizo?

---

**VPRAŠANJE:** Kako z uživanjem hrane zagotavljamo energijo za vsakodnevne aktivnosti?

---

**VPRAŠANJE:** Zakaj moramo biti previdni pri pogovarjanju med jedjo?

---

**VPRAŠANJE:** Zakaj je priporočljivo, da po obroku pomagamo pri pospravljanju?

---

**VPRAŠANJE:** Kako lahko pravilna prehrana vpliva na naše zdravje?

---

**VPRAŠANJE:** Zakaj so vitamini in minerali ključni za telo?

---

**VPRAŠANJE:** Kako lahko s hrano podpiramo rast mišic?

---

**VPRAŠANJE:** Zakaj je pomembno, da uravnotežimo vnos vseh hranilnih snovi?

---

**VPRAŠANJE:** Katera živila vsebujejo največ ogljikovih hidratov?

---

**VPRAŠANJE:** Kako vpliva dobra prehrana na naš imunski sistem?

---

---

Več kot **200 strani** vprašanj skupaj z odgovori za Gospodinjstvo 6. razred vam je na voljo v naši spletni trgovini: [trgovina.otroci.org](http://trgovina.otroci.org)

# Gospodinjstvo za 6. razred O.Š.

Vsebina predmeta : Vprašanja

[www.otroci.org](http://www.otroci.org)

Otrokom in staršem prijazna  
stran na internetu

---

**VPRAŠANJE:** Zakaj je pomembno, da jeste redne obroke?

---

**VPRAŠANJE:** Kaj je primer zdravega prigrizka?

---

**VPRAŠANJE:** Kakšno vlogo imajo maščobe v prehrani?

---

**VPRAŠANJE:** Kako lahko telo dobi energijo, ko ogljikovi hidrati niso na voljo?

---

**VPRAŠANJE:** Zakaj je pomembno, da zaužijemo dovolj vode?

---

**VPRAŠANJE:** Kako pravilna prehrana prispeva k boljšemu počutju?

---

**VPRAŠANJE:** Kaj se zgodi, če ne dobimo dovolj hranilnih snovi?

---

**VPRAŠANJE:** Kako lahko z uravnoreženo prehrano preprečimo debelost?

---

**VPRAŠANJE:** Kaj so ogljikovi hidrati in zakaj so pomembni za naše telo?

---

**VPRAŠANJE:** V katerih živilih najdemo ogljikove hidrate?

---

---

Več kot **200 strani** vprašanj skupaj z odgovori za Gospodinjstvo 6. razred vam je na voljo v naši spletni trgovini: [trgovina.otroci.org](http://trgovina.otroci.org)

**VPRAŠANJE:** Zakaj so kompleksni ogljikovi hidrati boljši od enostavnih?

---

**VPRAŠANJE:** Kaj je glukoza in kakšna je njena vloga v telesu?

---

**VPRAŠANJE:** Kako telo uporabi maščobe, ko nima na voljo dovolj ogljikovih hidratov?

---

**VPRAŠANJE:** Kje najdemo zdrave maščobe?

---

**VPRAŠANJE:** Zakaj moramo omejiti uživanje nasičenih maščob?

---

**VPRAŠANJE:** Katere so glavne vloge vitaminov in mineralov v telesu?

---

**VPRAŠANJE:** Kateri vitamin krepi imunski sistem?

---

**VPRAŠANJE:** Zakaj je vitamin D pomemben?

---

**VPRAŠANJE:** Kateri vitamin podpira zdravje oči in kože?

---

**VPRAŠANJE:** Kje najdemo kalcij in zakaj ga telo potrebuje?

---

Več kot **200 strani** vprašanj skupaj z odgovori za Gospodinjstvo 6. razred vam je na voljo v naši spletni trgovini: [trgovina.otroci.org](https://trgovina.otroci.org)



# Gospodinjstvo za 6. razred O.Š.

Vsebina predmeta : Vprašanja

[www.otroci.org](http://www.otroci.org)

Otrokom in staršem prijazna  
stran na internetu

---

**VPRAŠANJE:** Zakaj je železo pomembno za telo?

---

**VPRAŠANJE:** Kateri minerali so ključni za zdravje?

---

**VPRAŠANJE:** Zakaj je voda bistvena za življenje?

---

**VPRAŠANJE:** Koliko vode moramo zaužiti dnevno?

---

**VPRAŠANJE:** Kakšni so simptomi dehidracije?

---

**VPRAŠANJE:** Kakšna je vloga vode v telesu?

---

**VPRAŠANJE:** Zakaj je pomembno uživati zdravo in uravnoteženo prehrano?

---

**VPRAŠANJE:** Kako lahko pravilno načrtovani obroki prispevajo k zdravju?

---

**VPRAŠANJE:** Katere so posledice prekomernega uživanja sladkorja in nezdravih maščob?

---

**VPRAŠANJE:** Zakaj je pomembno uživati raznolike obroke?

---

---

Več kot **200 strani** vprašanj skupaj z odgovori za Gospodinjstvo 6. razred vam je na voljo v naši spletni trgovini: [trgovina.otroci.org](http://trgovina.otroci.org)

# Gospodinjstvo za 6. razred O.Š.

Vsebina predmeta : Vprašanja

[www.otroci.org](http://www.otroci.org)

Otrokom in staršem prijazna  
stran na internetu

---

**VPRAŠANJE:** Kaj pomeni, da je neka hrana polnozrnata?

---

**VPRAŠANJE:** Zakaj je treba omejiti predelano hrano?

---

**VPRAŠANJE:** Kako lahko v prehrani uravnotežimo vnos maščob?

---

**VPRAŠANJE:** Kakšne so koristi uživanja polnozrnatih živil?

---

**VPRAŠANJE:** Katere so glavne vrste hranilnih snovi, ki jih telo potrebuje?

---

**VPRAŠANJE:** Zakaj so nenasičene maščobe bolj zdrave?

---

**VPRAŠANJE:** Kako vitamini in minerali pomagajo telesu?

---

**VPRAŠANJE:** Kakšna je povezava med prehrano in energijo za vsakodnevne aktivnosti?

---

**VPRAŠANJE:** Zakaj je vitamin C pomemben za imunski sistem?

---

**VPRAŠANJE:** Kaj se zgodi, če telesu primanjkuje ključnih hranil?

---

---

Več kot **200 strani** vprašanj skupaj z odgovori za Gospodinjstvo 6. razred vam je na voljo v naši spletni trgovini: [trgovina.otroci.org](http://trgovina.otroci.org)

© Stran za Otroke <https://www.otroci.org> – Vse pravice pridržane. Izdelek je avtorsko delo in je zaščiten z zakonom o avtorskih pravicah. Nepooblaščen kopiranje in uporaba v komercialne namene je PREPOVEDANA. Avtor B. Rakovec.

POZOR ! Učni listi so namenjeni samo kot pomoč pri utrjevanju že osvojenega znanja in ne nadomeščajo klasičnega učenja v osnovni šoli. Za eventualne slabe ocene in napake pri izdelavi učnih listov ne odgovarjamo. Uporaba na lastno odgovornost.