

3. naloga

- a) Kaj je **najprej** treba storiti po zmerno intenzivni in dlje trajajoči športno gibalni aktivnosti, pri kateri se zelo potimo?

Obkroži črko pred pravilnim odgovorom.

- A Preobleči majico.
- B Pojesti sendvič.
- C Popiti čim več mrzle vode.
- D Počivati v leže 30 min.

- b) Napiši en primer človekove **razvade**, ki slabo vpliva na njegovo **vzdržljivost**.

Odgovor napiši na črto.

	2
--	---

Navodila za vrednotenje:

- a) A 1 točka
b) Kajenje; čezmerno uživanje hrane ali alkohola 1 točka
Skupaj 2 točki

Parametri mrežnega diagrama

a)

Področje: šport, zdravje in prosti čas

Učni cilj: Razumeti vpliv posledic športnega udejstvovanja na zdravje.

Kognitivna stopnja po Bloomu: I./znanje

Tip naloge: naloga obkroževanja

Predvidena težavnost: lahka naloga

b)

Področje: šport, zdravje in prosti čas

Učni cilj: Razumeti vpliv posledic športnega udejstvovanja na zdravje.

Kognitivna stopnja po Bloomu: II./razumevanje

Tip naloge: naloga kratkega odgovora

Predvidena težavnost: lahka naloga