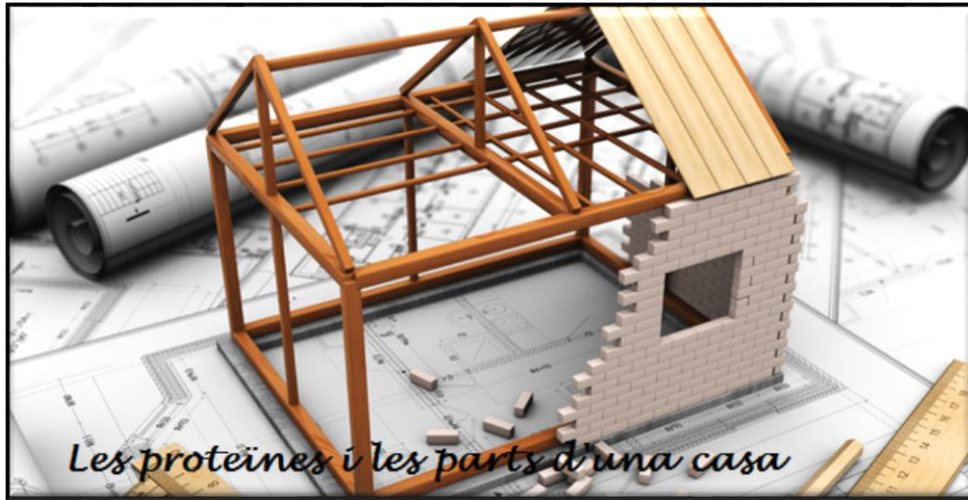


Les proteïnes i les parts d'una casa

Per a què servixen les proteïnes?

Orientacions per al docent



MATÈRIES: CIÈNCIES DE LA NATURALES, DESTRESSES LINGÜÍSTIQUES (COMPRESIÓ LECTORA, EXPRESSIÓ ORAL I ESCRITA)

EDAT: 6É PRIMÀRIA (11-12)

Quina funció tenen les proteïnes en el nostre organisme i quins aliments n'aporten? En què s'assemblen les diferents parts d'una casa amb les funcions de les proteïnes en l'organisme?

Els òrgans i els teixits del nostre cos estan formats per proteïnes, necessàries especialment en etapes de creixement: col·lagen, elastina i hemoglobina. En educació nutricional per a xiquets s'utilitza com a exemple la construcció, indicant que les proteïnes són, per a l'organisme, com els fonaments, les rajoles, les portes i les claus que s'utilitzen per a construir una casa forta i sòlida que ens done recer i protecció.

Utilitzant com a fil conductor les diferents parts que té una casa, podem explicar alguna de les funcions de les proteïnes en l'organisme. Este joc de similituds, els pot ajudar a entendre més bé la necessitat de portar una alimentació variada, amb aliments de tots els grups. I, en concret, per a cobrir les necessitats de proteïnes, amb aliments d'origen animal i vegetal.

Treball individual

Quina funció tenen les proteïnes en l'organisme?

Quins aliments aporten proteïnes?

Fitxa de treball individual:

Comprensió lectora del text "Les proteïnes i les parts d'una casa. En què s'assemblen?"

Classificació dels aliments que aporten proteïnes en funció de l'origen: animal o vegetal.

Pots ampliar informació sobre este tema en este [enllaç](#)

Treball en equip

Les proteïnes i les parts d'una casa. En què s'assemblen?

Què passaria si faltara alguna de les parts de la casa? I si alguna de les funcions de les proteïnes en l'organisme no es porta a terme de manera correcta?

Fitxa de treball en equip

1

Per equips, completen un quadre en el qual han d'explicar breument quina funció tenen les diverses parts d'una casa i quina funció tenen les proteïnes en l'organisme.

Conceptes que en acabant han d'unir amb fletxes, determinant en què s'assemblen les funcions de les proteïnes i les parts d'una casa.

2

Per equips reflexionen sobre què passaria si a una casa li faltara una de les parts. Quins inconvenients li suposaria? Com podria danyar la resta de la casa?

D'altra banda, reflexionen sobre què passaria en termes generals si una de les funcions de les proteïnes en l'organisme no es portara a terme correctament.

És interessant arribar a la conclusió que la manera d'alimentar-nos determina en part el nostre nivell de salut i com funciona el nostre organisme. Una alimentació saludable és important per a créixer sans i forts.

Solucionari fitxa de treball individual:



Totes les proteïnes tenen la mateixa funció en el nostre cos? Sí o no: No

Quina funció tenen en l'organisme les proteïnes estructurals? Formar estructures capaces de suportar tensió, connectar teixits com ara tendons o pulmons

I les homeostàtiques? Mantindre certes constants estables, com per exemple el nivell d'aigua o la temperatura.

Quin nom reben les proteïnes que tenen la funció de defensar l'organisme de virus, bacteris i pol·len? Proteïnes de funció defensiva

L'hemoglobina és una proteïna de transport. Què transporta pel torrent sanguini fins a les cèl·lules? Oxigen.



Aliments d'origen vegetal: Cereals integrals, pipes de carabassa, rent de cervesa, alvocat, col, cigrons, cacauets, plàtan, arròs integral, soja, anous, cigrons, bresquilla, espinacs, llentilles.

Aliments d'origen animal: Ous, fetge, salmó, formatge parmesà, costelles de porc, llet, rap, cuixa de pollastre, gambes, bistec de vedella, clòtxines, carn de conill.