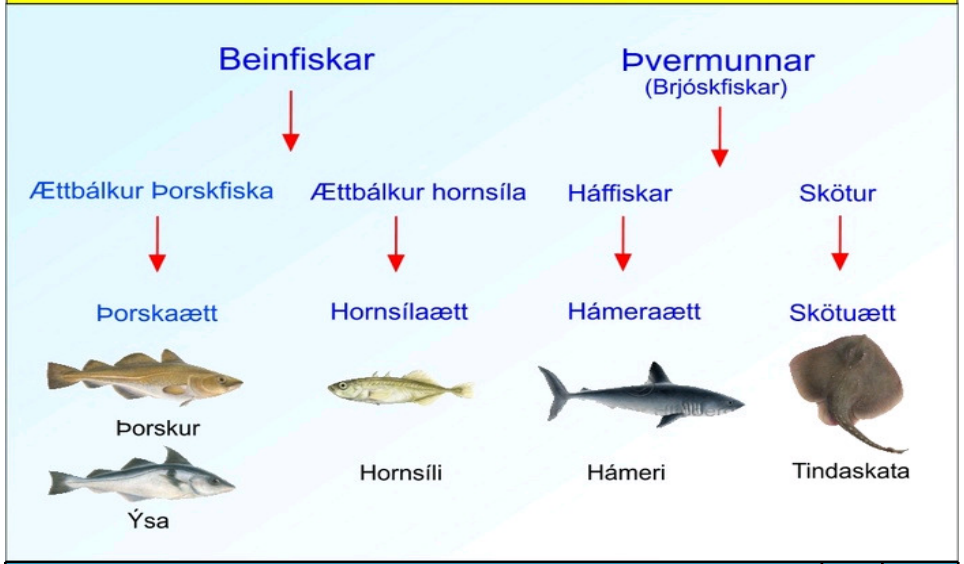
Fagur fiskur í sjó!

Flestir fiskarnir sem við þekkjum teljast til **þvermunna** annars vegar og **beinfiska** hins vegar. **Þvermunnar** eru líka oft nefndir **brjóskfiskar**, en stoðgrind þeirra er að meginhluta úr brjóski. **Beinfiskar** hafa hins vegar stoðgrind úr beini. Myndin sýnir einfaldað dæmi um flokkun nokkurra tegunda íslenskra bein- og brjóskfiska.

Á byggingu fiska má sjá ýmiss konar aðlögun að lífi í vatni. Fiskar eru yfirleitt **straumlínulagaðir** sem gerir þá hæfa til hreyfinga. Við lifum á **hollustu** úr hafinu. Algengustu **matfiskar** eru ýsa, þorskur, langa, keila og steinbítur. Lúða sem er flatfiskur er einnig algeng svo og skelfiskarnir rækjur, humar og hörpuskel. Í fiskifitu eru svokallaðar **ómega-þrjú** fitusýrur sem eru góðar fyrir **hjarta- og æðakerfi.** Prótínin í fiskinum eru **gæðaprótín** og góð við uppbyggingu vöðva.

Dæmi um flokkun nokkurra íslenskra fiska



Spurningar	já	nei
1. Þvermunnar eru líka oft nefndir brjóskfiskar		
2. Beinfiskar hafa stoðgrind úr brjóski		
3. Fiskar eru mjög sjaldan straumlínulagaðir		
4. Við lifum á hollustu úr hafinu		
5. Ýsa, steinbítur, lúða, humar eru algengir matfiskar		
6. Í fiskufitu er ómega – fimm fitusýrur fyrir vöðva		

Kvittun á lestri

© Setrið í Sunnulækjarskóla

Fagur fiskur í sjó!

Í sjónum eru margir fiskar.

Brjóskfiskar eru með stoðgrind úr brjóski.

Beinfiskar hafa hins vegar stoðgrind úr beini.

Getur þú fundið beinfisk og brjóskfisk á myndinni?

Lögun fiska hjálpar þeim að geta lifað í vatni.

Lögun fiska gerir þá hæfa til að hreyfa sig.

Við lifum á **hollustu** úr hafinu.

Algengustu **matfiskar** eru ýsa, þorskur, langa, keila og steinbítur.

Lúða sem er flatfiskur er einnig algeng.

Skelfiskarnir rækjur, humar og hörpuskel eru líka vinsælir matfiskar.

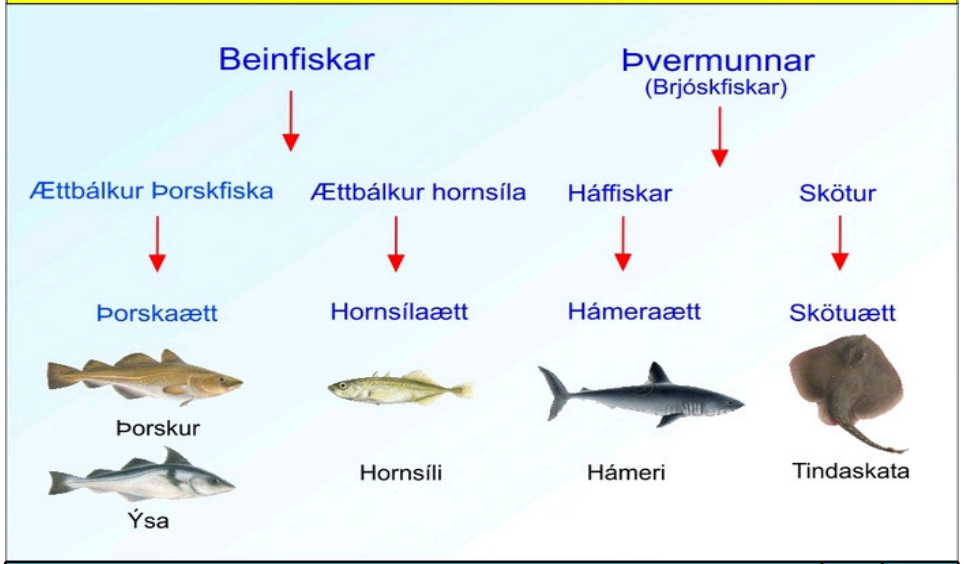
Í fiskifitu eru **ómega-þrjú** fitusýrur.

Þær eru góðar fyrir **hjarta- og æðakerfi.**

Prótínin í fiskinum eru **gæðaprótín.**

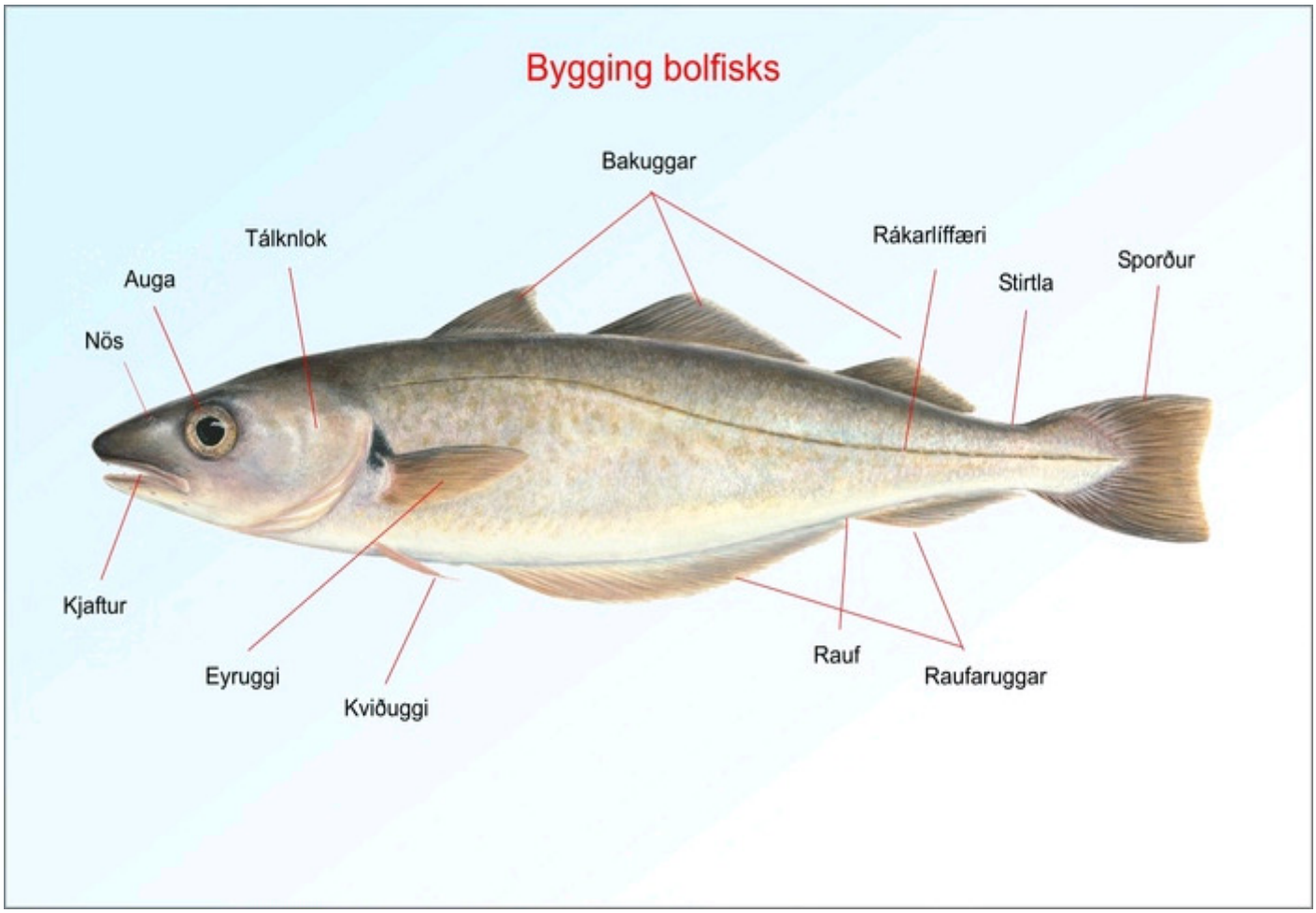
Þau eru góð fyrir vöðva.

Dæmi um flokkun nokkurra íslenskra fiska

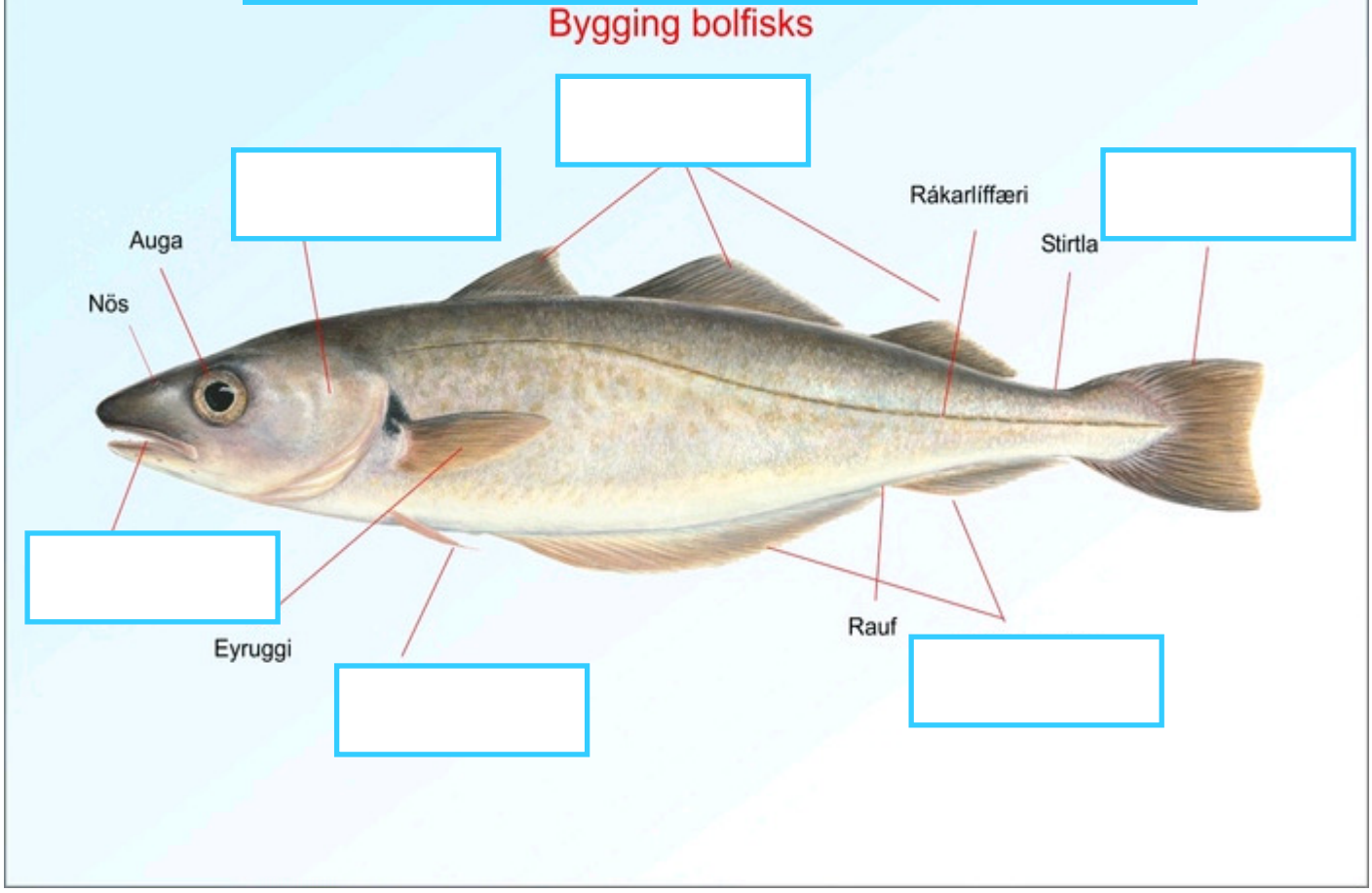


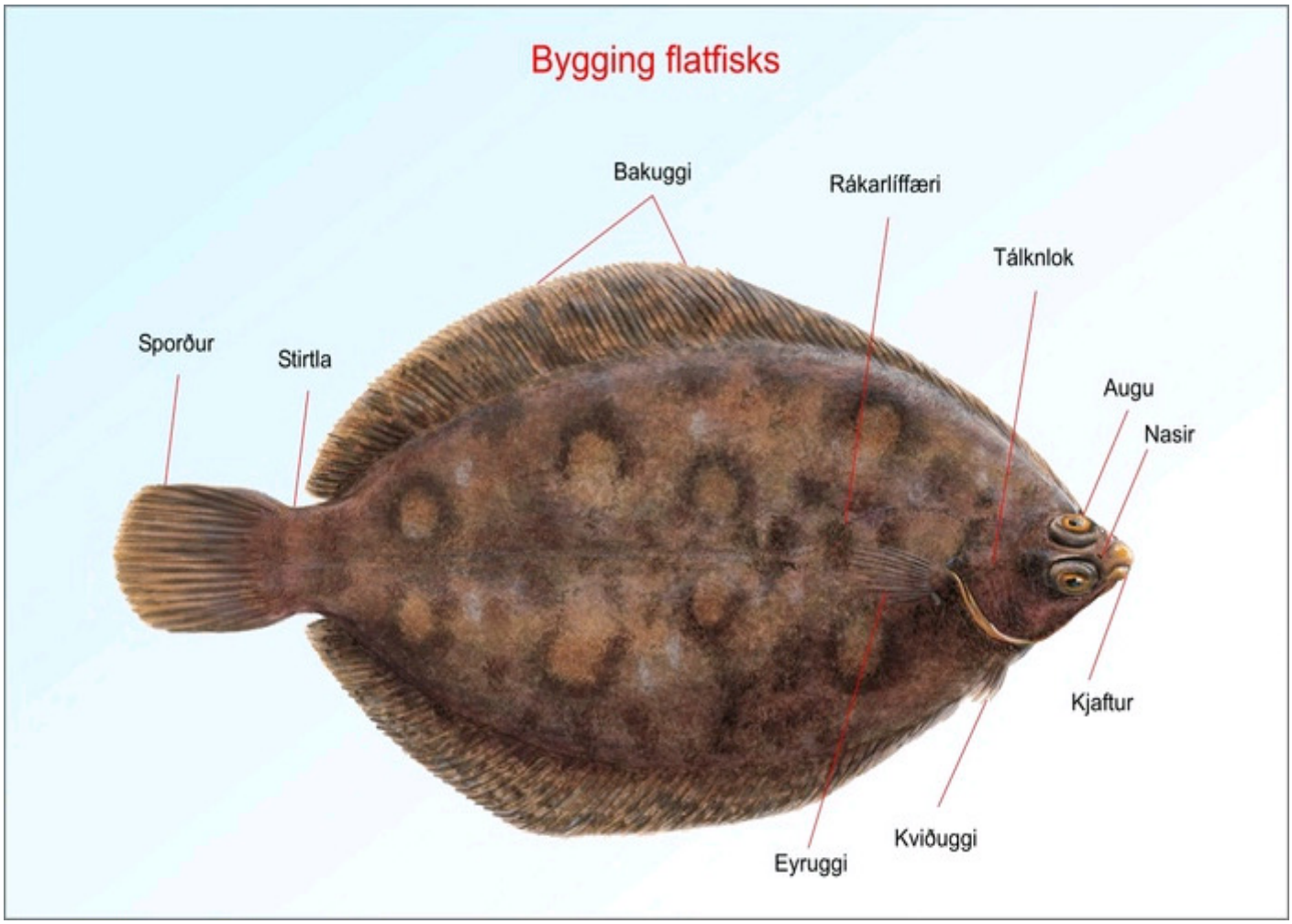
Spurningar	já	nei
1. Í sjónum eru margir fiskar		
2. Beinfiskar hafa stoðgrind úr brjóski		
3. Brjóskfiskar eru með stoðgrind úr brjóski		
4. Við lifum á hollustu úr hafinu		
5. Ýsa, steinbítur, lúða, humar eru algengir matfiskar		
6. Í fiskufitu er ómega – fimm fitusýrur fyrir vöðva		

Kvittun á lestri

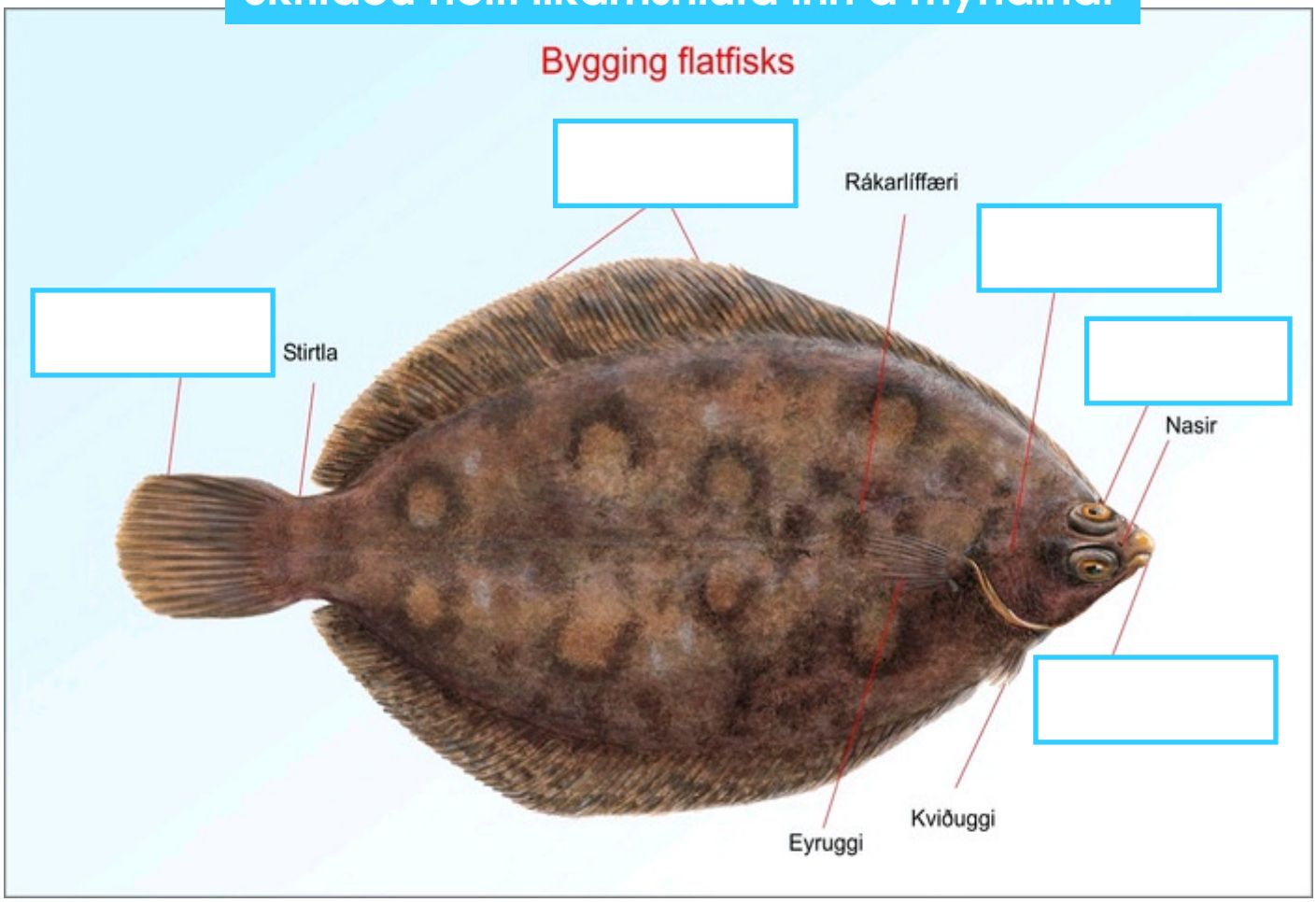


Skrifaðu heiti líkamshluta inn á myndina.





Skrifaðu heiti líkamshluta inn á myndina.



Fagur fiskur í sjó!

Vefverkefni

1. Myndir

Skrifið þessi orð í google og finnið mynd sem lýsir orðinu:

Beinfiskar
Brjóskfiskar
Straumlínulagaðir
Hollusta
Matfiskar:
Ómega – þrjú
Hjarta- og æðakerfi
Prótín

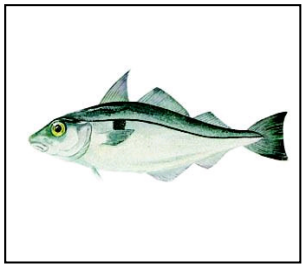
2. Fróðleikur

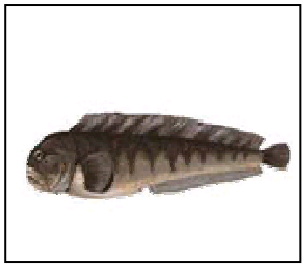
Veljið 2 orð og finnið fróðleik um þau.
Límið texta inn í skjal og skreytið.
Prentið út.
Klippið til og límið í verkefnabók.

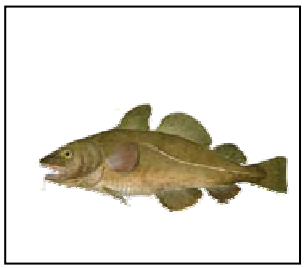
3. Farðu inn á þessa síðu:

http://www.fagurfiskur.is/uppskriftir/

Veldu þér rétt í matinn. Prentaðu uppskriftina út og límdu í verkefnabók.







Sýna: tengja mynd við orð

Steinbítur er með stóran kjaft og miklar tennur.

Ýsan er blágrá að lit með svarta rönd eftir síðunni.

Þorskur er kjaftstór og með skeggþráð á höku.

Lúðan er með smáar en beittar tennur.

Prófa: skrifa án forskriftar

Fagur fiskur í sjó!

Raðaðu orðunum í setningu

er | svarta | Ýsan | síðunni. | að

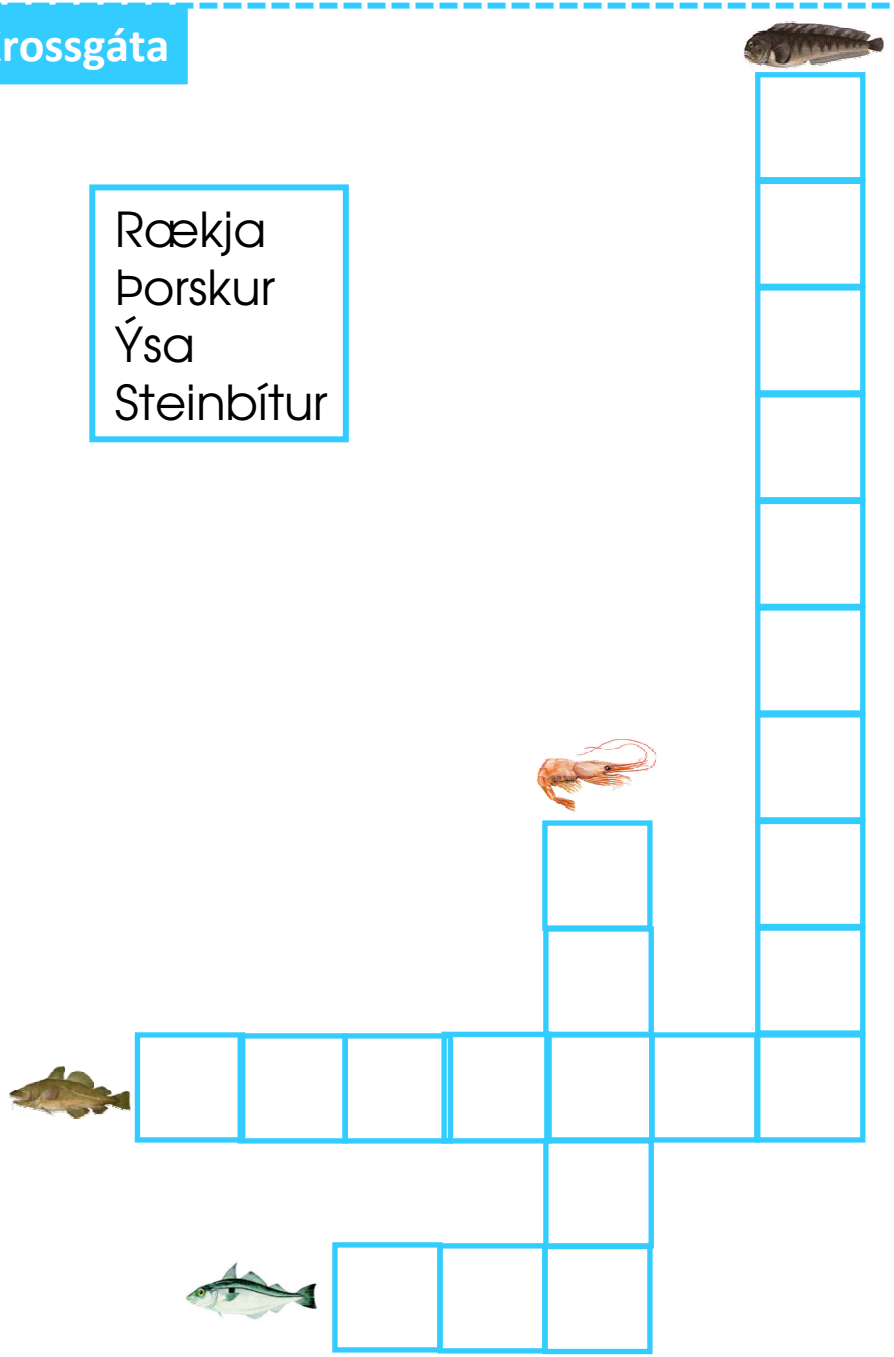
rönd | blágrá | eftir | lit | með

beittar | Lúðan | með

en | smáar | er | tennur.

Krossgáta

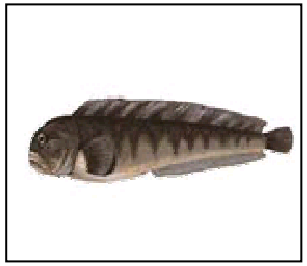
Rækja
Þorskur
Ýsa
Steinbítur



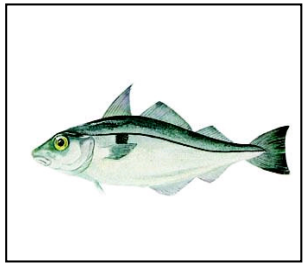
Sýna: tengja mynd við orð

Leiða: skrifa í kassa

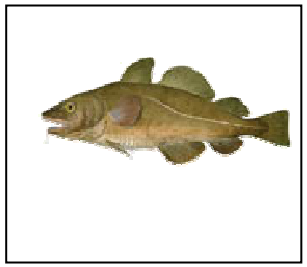
Prófa: skrifa án forskriftar



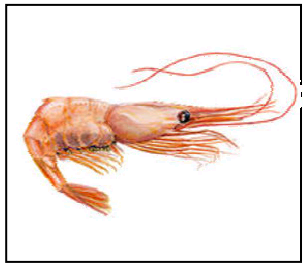
Ýsa



Steinbítur



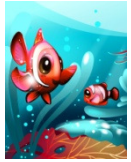
Lúða



Þorskur

Rækja

Fagur fiskur í sjó!



Þetta er sjór og hér eru margir fiskar.

Við veiðum fisk.

Þetta er ýsa. Þetta er þorskur.

Þetta er steinbítur. Þetta er lúða.

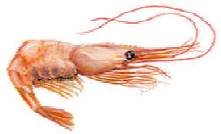
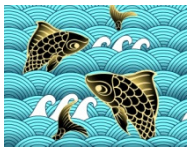
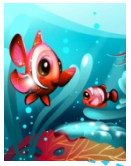
Þetta er rækja.

Fiskur er góður fyrir hjartað.

Fiskur er góður fyrir vöðva.

Lesa orð, finna mynd, merkja með númeri.

1. Sjór
2. Fiskar
3. Veiða
4. Hjarta
5. Vöðvar
6. Rækja
7. Lúða
8. Ýsa

☐ 	☐ 	☐	☐
☐	☐	☐	☐ 

Kvittun á lestri

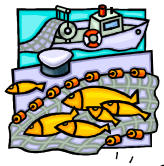
Lesa orðið og tengja við mynd

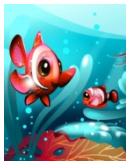
Vöð - var

Fis - kar

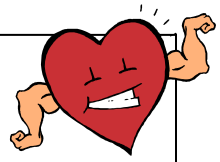
Vei - ða

Hjar -ta

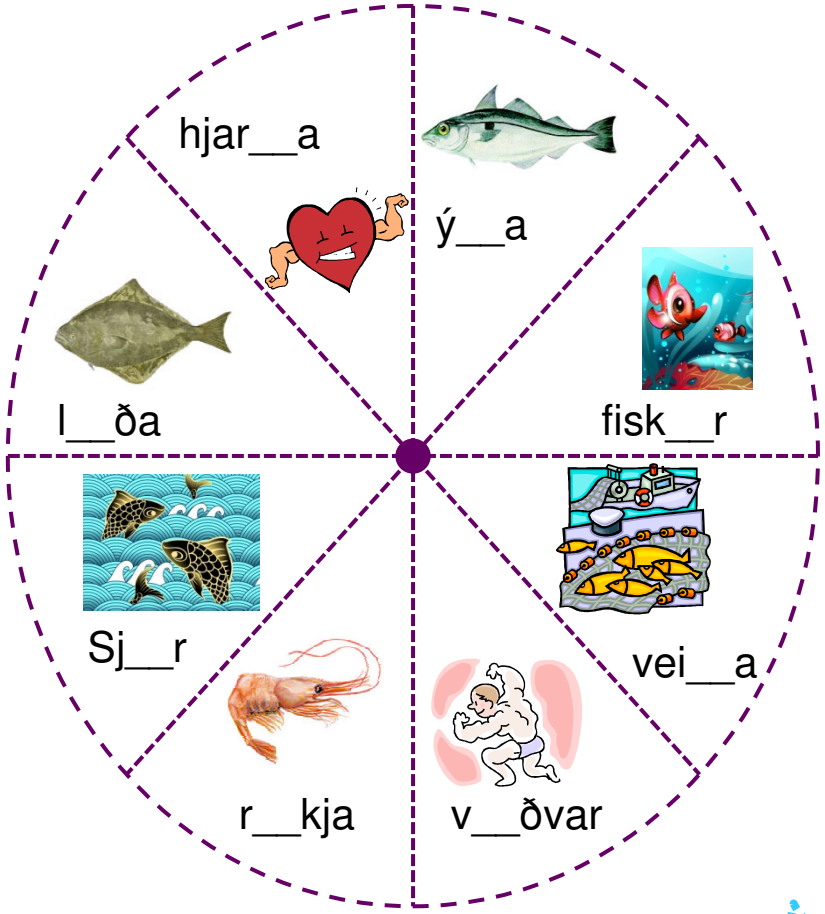


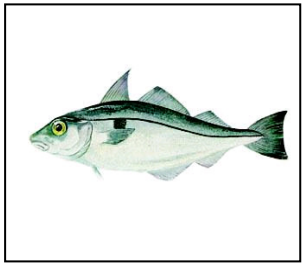
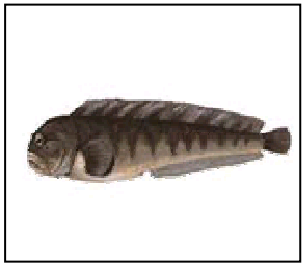


Skrifaðu orðið í reitina.

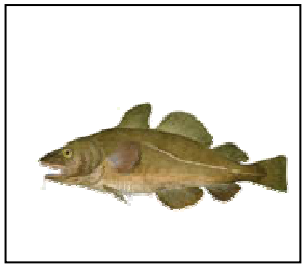


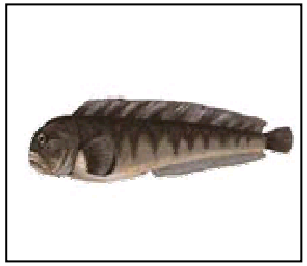
Bættu við stöfum í orðin.



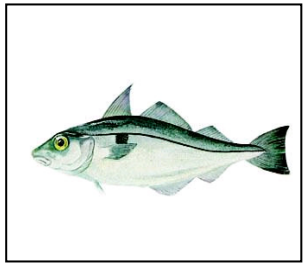
Steinbítur	er	með	stóran	
kjaft	og	miklar	tennur.	
Ýsan	er	blágrá	að	lit
með	svarta	rönd	eftir	síðunni.

Þorskur	er	með	stóran	kjaft
og	með	skegg	á	höku.
Lúðan	er	með	smáar	en
beittar	tennur.			

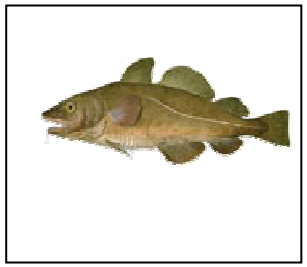




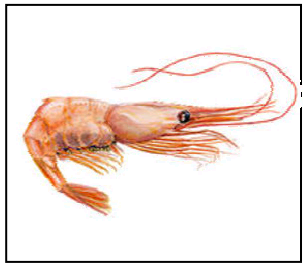
Ýsa



Steinbítur

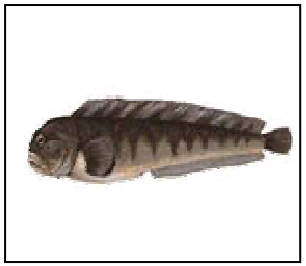


Lúða

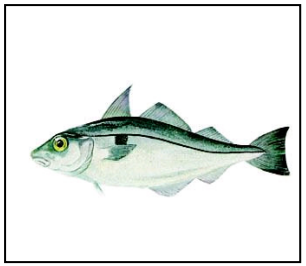


Þorskur

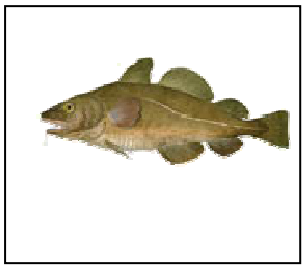
Rækja



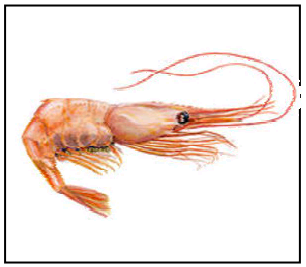
Ýsa



Steinbítur

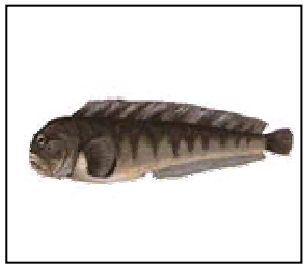


Lúða

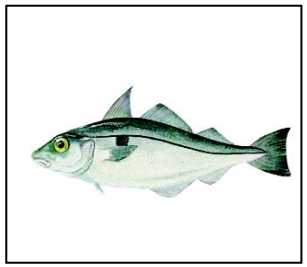


Þorskur

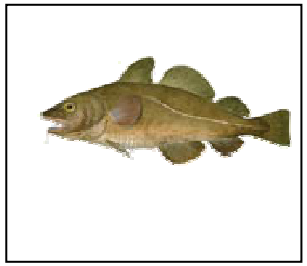
Rækja



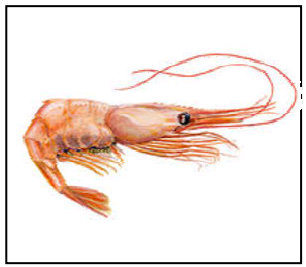
Ýsa



Steinbítur



Lúða



Þorskur

Rækja

															Vinna með lestrarspjald 3
															Lestrarspjald og spurningar
															Para mynd og orð
															Para mynd og setningu
															Orðaröðun og krossgáta
															Tengja og skrifa í eyður
															Vefverkefni 1 Myndir
															Vefverkefni 2 Fróðleikur
															Vefverkefni 3 Vefsíða
															Ritun eftir upplestr í verkefnabók
															Sjálfstæð ritun í verkefnabók
															Aukaverkefni
															Aukaverkefni

Fagur fiskur í sjó!