

МАЛАЯ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ
"ЮНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬ"

РОЛЬ ВИТАМИНОВ В ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА



МАЛАЯ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ "ЮНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬ"

ЦЕЛЬ ПРОЕКТА:

Изучить какое значение имеют витамины в жизни человека.

ЗАДАЧИ ПРОЕКТА:

- 1. Изучить литературу о пользе и вреде витаминов.*
- 2. Познакомиться с историей открытия витаминов и их классификацией.*
- 3. Путем исследований доказать полезные свойства витаминов.*
- 4. Найти способ, как заинтересовать детей питаться «полезными продуктами».*
- 5. Провести опрос обучающихся 3 класса: что они знают о витаминах.*



МАЛАЯ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ
"ЮНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬ"

ГИПОТЕЗА:

*Если полноценно, правильно питаться
регулярно принимать витамины, то
человек меньше подвергается влиянию
болезнетворных организмов.*





МАЛАЯ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ "ЮНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬ"

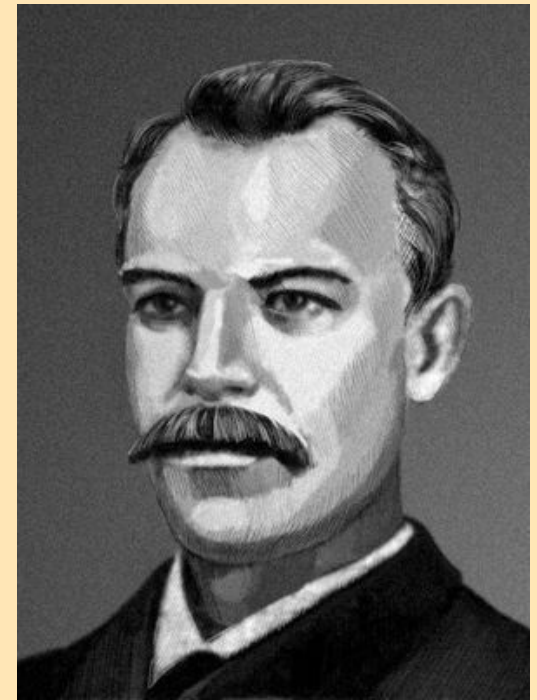
***Хорошо питаться – это значит сделать
выгодный вклад в собственное
здоровье на долгие годы. Качественное
питание сохраняет оптимальное
здоровье и увеличивает возможности
физической и умственной
деятельности***





**МАЛАЯ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ
"ЮНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬ"**

Лунин Николай Иванович,
русский ученый, изучал роль
минеральных веществ в питании,
нашел спасение от цинги.





МАЛАЯ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ "ЮНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬ"

Казимеж Функ,

польский биохимик,
придумал название «vita» - в
переводе с латинского
жизнь.





ВРЕДНЫХ ФАКТОРОВ ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ.

МАЛАЯ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ "ЮНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬ"

ВИТАМИНЫ – ЭТО ВЕЩЕСТВА, ПОЛЕЗНЫЕ ДЛЯ ОРГАНИЗМА ЧЕЛОВЕКА. ОНИ РЕГУЛИРУЮТ ОБМЕН ВЕЩЕСТВ, ПОВЫШАЮТ СОПРОТИВЛЯЕМОСТЬ ОРГАНИЗМА К РАЗЛИЧНЫМ ЗАБОЛЕВАНИЯМ, К ВОЗДЕЙСТВИЮ ВРЕДНЫХ ФАКТОРОВ ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ.





МАЛАЯ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ "ЮНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬ"





МАЛАЯ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ "ЮНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬ"

КЛАССИФИКАЦИЯ ВИТАМИНОВ

Витамин А

Ретинол, суточная потребность в нем составляет 0,5–1,0 мг. Этот витамин повышает сопротивляемость организма простудным заболеваниям.



Витамин В₁

Тиамин, суточная потребность 0,8–1,2 мг.



Витамин С

Аскорбиновая кислота, суточная потребность 40–45 мг. Повышает сопротивляемость к простудным заболеваниям.



Витамин В₉

Фолиевая кислота – стимулирует кроветворение, образование новых клеток (вместе с витамином В₁₂).





МАЛАЯ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ
"ЮНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬ"

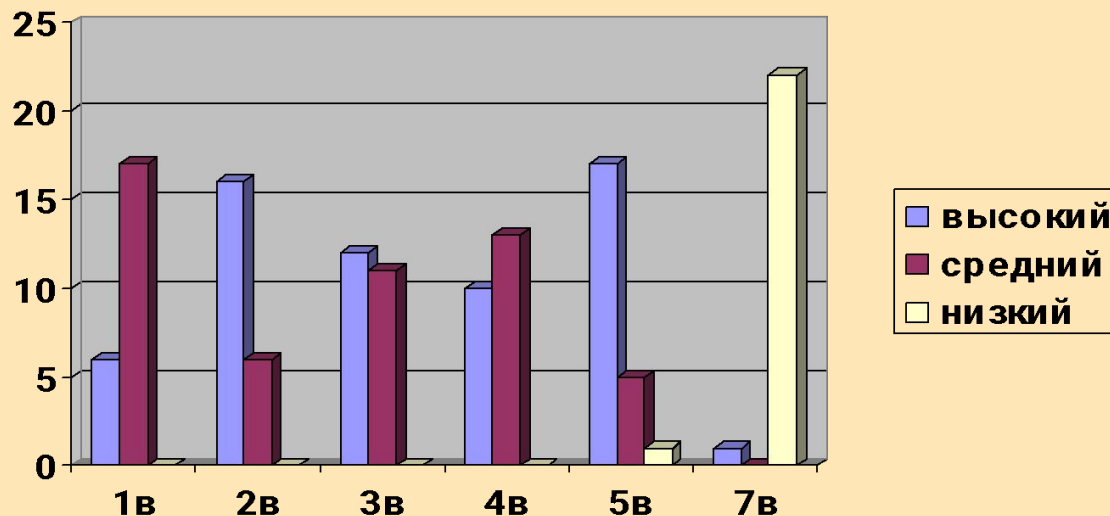
КЛАССИФИКАЦИЯ ВИТАМИНОВ





МАЛАЯ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ
"ЮНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬ"

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ РАБОТЫ
ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП





МАЛАЯ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ "ЮНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬ"

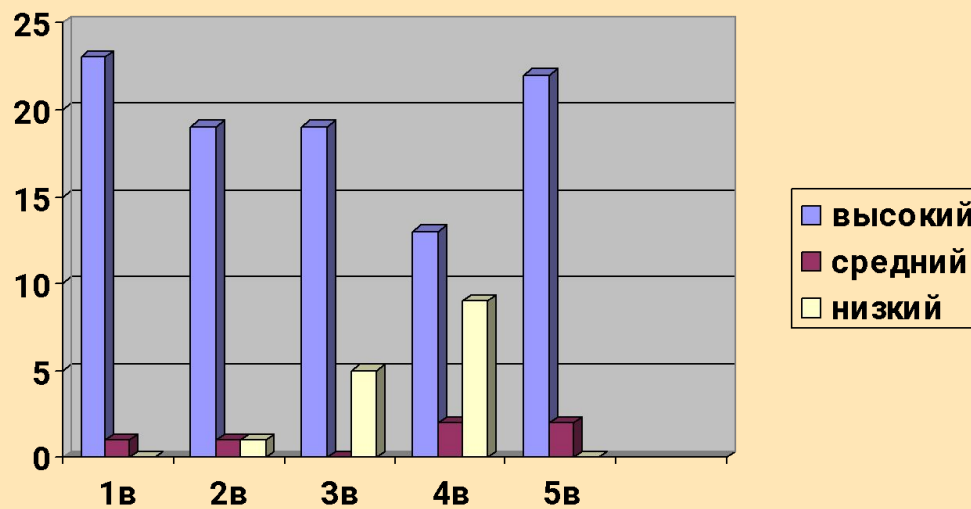
РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ РАБОТЫ ОСНОВНОЙ ЭТАП





МАЛАЯ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ
"ЮНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬ"

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ РАБОТЫ ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП





МАЛАЯ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ
"ЮНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬ"

Выводы

1. Витамины должны входить в рацион питания каждого человека
2. Необходимо принимать витаминные препараты, особенно зимой и весной.
3. Необходимо правильно готовить овощи и фрукты.



МАЛАЯ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ
"ЮНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬ"

Я ПРЕДЛАГАЮ:

1. В школе и дома чаще рассказывать о правильном питании и пользе витаминов.
Приглашать на уроки медицинских работников с рассказами на эту тему.

2. Для привлечения детей к здоровому образу жизни проводить дни здоровья, развлечения.

3. В школьной столовой зимой и весной усилить витаминизацию блюд.



МАЛАЯ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ
"ЮНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬ"

РОЛЬ ВИТАМИНОВ В ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА

Спасибо за внимание!