

Правила безопасного поведения при неблагоприятной экологической обстановке

Урок 14

ВОПРОС 1.: Какое влияние оказывает загрязнение окружающей среды на биохимические процессы, происходящие в организме человека?

Мутагены – это физические и химические факторы, вызывающие наследственные изменения – мутации.

Свободные радикалы – активные соединения кислорода, молекулы со свободным электроном, обладающие повышенной способностью к взаимодействию с другими молекулами.

ВОПРОС 2.: Какие вещества способствуют нормализации окислительно-восстановительных процессов в организме человека? Употребление каких продуктов питания расширяет защитные возможности организма при неблагоприятной экологической обстановке?

Наименование продуктов и наличие в них витаминов А, Е, С

Витамины	Капуста белокочанная	Морковь	Картофель	Лук репчатый	Салат посевной	Шпинат огородный	Перец стручковый	Петрушка обыкновенная	Свёкла обыкновенная	Грецкий орех	Помидоры	Яблоки
А	+	+	+	+	+		+				+	+
Е		+		+	+	+	+	+	+	+	+	
С	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+

ВОПРОС 3.: Как влияют витамины А, С и Е на защитный свойства организма?

ВОПРОС 4.: Какие правила поведения в повседневной жизни способствуют сохранению окружающей природной среды?

ВОПРОС 5.: Какие меры безопасности целесообразно соблюдать в местах с неблагоприятной экологической обстановкой?