

НЕИЗВЕСТНОЕ ОБ ИЗВЕСТНОМ

ДАЮЩИЕ ЖИЗНЬ

- Что такое витамины?
- Кто и когда открыл витамины?
- Где найти витамины?
- Как влияют витамины и минеральные вещества на здоровье человека?
- Почему нужно есть зелень, овощи, ягоды и фрукты?



СЛОВАРЬ

• ВИТАМИНЫ (от латинского

VITА

- ЖИЗНЬ)

СЛОВАРЬ

- НАУКА О ВИТАМИНАХ -

ВИТАМИНОЛОГИЯ

A

B

C

D

E

F

P

K

СЛОВАРЬ

- ***Витаминная недостаточность*** – болезненное состояние, возникающее в случаях, когда расход витаминов в организме превышает их поступление (*авитаминоз и гиповитаминоз*)

СЛОВАРЬ

- ***Витаминотерапия*** – введение в организм витаминов в определенных дозах с целью возмещения их недостатка или с профилактической целью

ВИТАМИНЫ

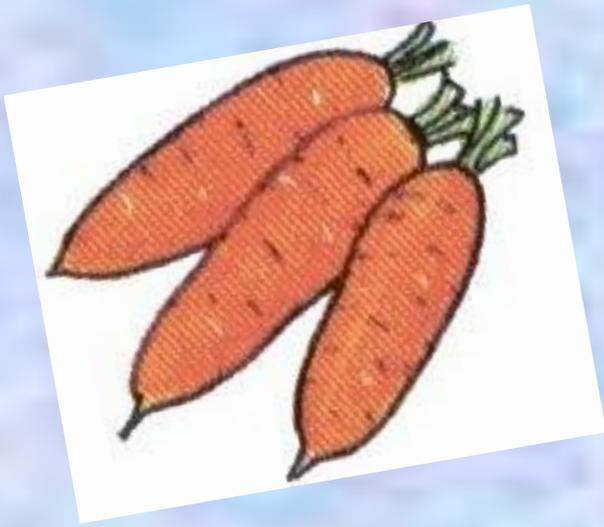
```
graph TD; A[ВИТАМИНЫ] --> B(НАТУРАЛЬНЫЕ); A --> C(ХИМИЧЕСКИЕ); B --> D[ЖИВОТНОГО ПРОИСХОЖДЕНИЯ]; B --> E[РАСТИТЕЛЬНОГО ПРОИСХОЖДЕНИЯ];
```

НАТУРАЛЬНЫЕ

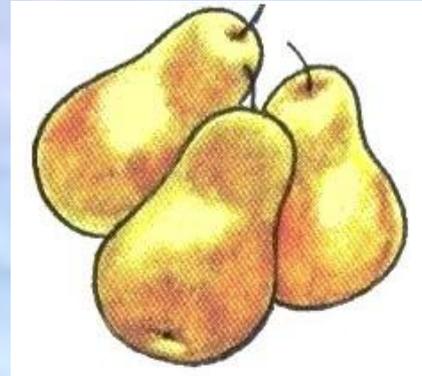
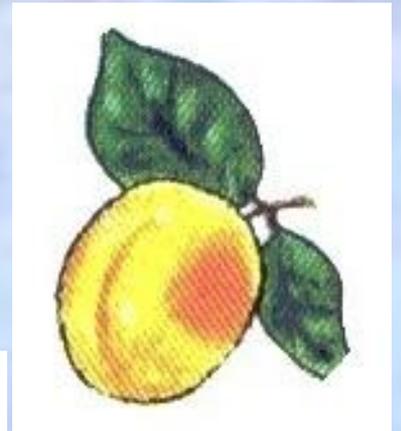
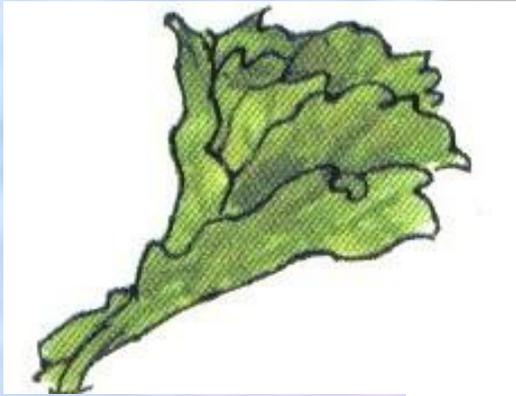
ХИМИЧЕСКИЕ

ЖИВОТНОГО
ПРОИСХОЖДЕНИЯ

РАСТИТЕЛЬНОГО
ПРОИСХОЖДЕНИЯ

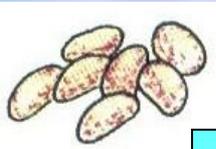


A



В

1



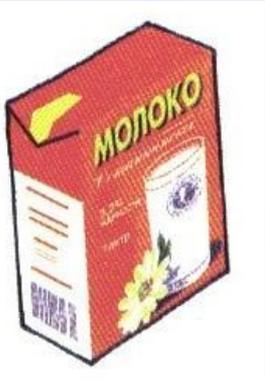
ДРОЖЖ
И



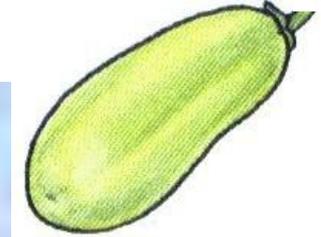
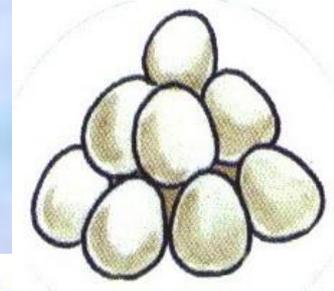
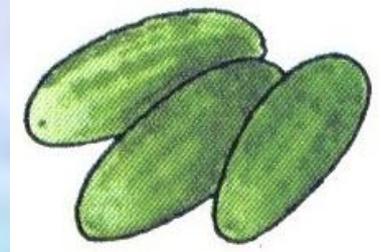
В

2

МЯСО



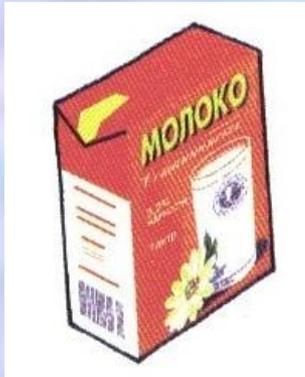
ОРЕ
ХИ



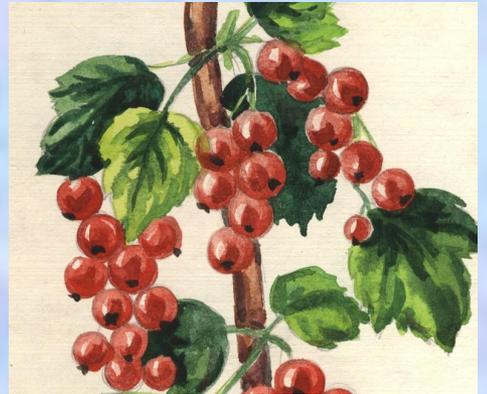
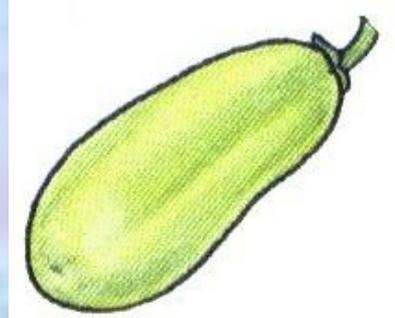
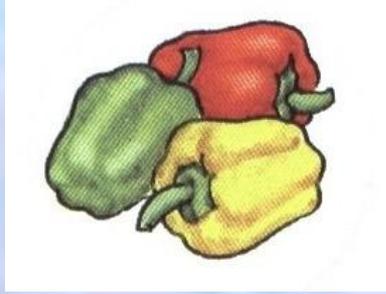
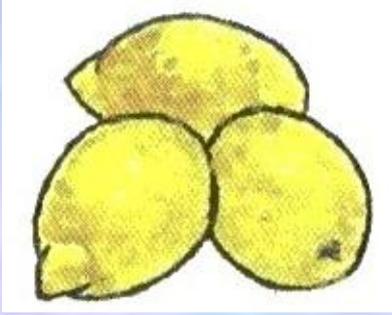
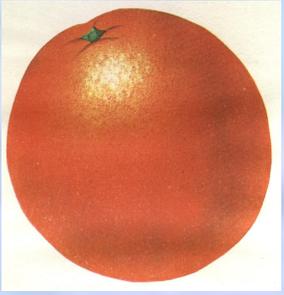
В

12

МЯСО



РЫБА



СОЛНЕЧНЫЕ
ЛУЧИ

РЫБИЙ ЖИР

ЯИЧНЫЙ
ЖЕЛТОК



СЛИВКИ

ПЕЧЕНЬ

Игра «ПЕРЕВЕРТЫШИ»

- АТСУПАК
- ЕЛКВАС
- УЛК
- ОКОВМРЬ
- ЛЕФОТКАРЬ
- ДОРМИПО
- ОЦУРЕГ
- КАПУСТА
- СВЁКЛА
- ЛУК
- МОРКОВЬ
- КАРТОФЕЛЬ
- ПОМИДОР
- ОГУРЕЦ



- В И Н О Г Р А Д
- М А Н Д А Р И Н
- Г Р А Н А Т
- Г Р У Ш А
- Л И М О Н
- П Е Р С И К
- А Н А Н А С
- Ф Р У К Т Ы

Ситуация 1

Ранней весной многие люди жалуются на усталость, сонливость, плохое настроение.

В чем причина?

Ситуация 2

К концу третьей четверти Люда пожаловалась на ухудшение зрения. Мама стала ежедневно ей давать морковный сок и салат из моркови и яблок.

Почему так поступала мама?

Ситуация 3

Весной в овощах и фруктах
уменьшается количество витаминов.
Где найти витамины весной?

- Что такое витамины?
- Кто и когда открыл витамины?
- Где найти витамины?
- Как влияют витамины и минеральные вещества на здоровье человека?
- Почему нужно есть зелень, овощи, ягоды и фрукты?

ВЫВОД

- Витамины жизненно необходимы человеку.
- Чтобы быть здоровым и сильным нужно есть фрукты, ягоды, орехи, овощи, зелень. В них содержится большое количество витаминов и минеральных веществ.

ДОМАШНЕЕ ЗАДАНИЕ

- Расскажите родителям, что интересного узнали на уроке о витаминах.
- Найдите сведения о витаминах

