

**Государственное  
специальное (коррекционное) образовательное учреждение для  
обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями  
здоровья  
специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-  
интернат  
(VII вида) №8 Пушкинского района Санкт-Петербурга**

Урок окружающего мира в 3 классе,

УМК «Школа России»

Тема: «Наше питание. Пищеварительная система»

Учитель : Черевичная Наталья Николаевна

(II квалификационная категория)

# Получи 5

---

## *1. Зачем нам нужно знать свой организм?*

- к) чтобы человек мог мыслить, говорить, трудиться;
- л) чтобы умело использовать своё здоровье;
- о)** чтобы сохранять и укреплять своё здоровье;

## *2. Как называется способность человека чувствовать прикосновения, боль, тепло, холод?*

- т)** осязанием;
- ю) обонянием;
- п) вкусом.

## *3. Какую роль играет жир, который выделяет кожа?*

- а) жир делает кожу крепкой и сильной;
- л)** жир делает кожу мягкой и упругой;
- м) жир делает кожу ловкой и стройной.

---

#### *4. Какие предметы ухода за кожей указаны правильно?*

- е) зубная паста, зубная щётка, жевательная резинка;
- и)** мочалка, мыло, полотенце, крем;
- в) мыло, зубная щётка, расчёска.

#### *5. Какова роль скелета?*

- ч)** скелет является опорой тела и движения;
- у) скелет защищает внутренние органы от повреждений;
- ж) сокращаясь и расслабляясь, скелет приводит в движение мышцы.

#### *6. Назови орган, расположенный внутри черепа.*

- б) почки;
- ф) селезёнка;
- н)** головной мозг.

---

**7. От чего зависит осанка человека?**

- к) от связок и сухожилий;
- о)** от скелета и мышц;
- м) от хрящей и костей.

**ОТЛИЧНО**

---

**Наше питание.**

**Пищеварительная система.**

# Питательные вещества

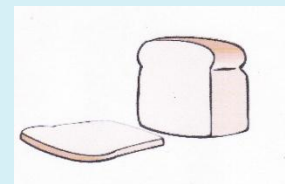
## Белки

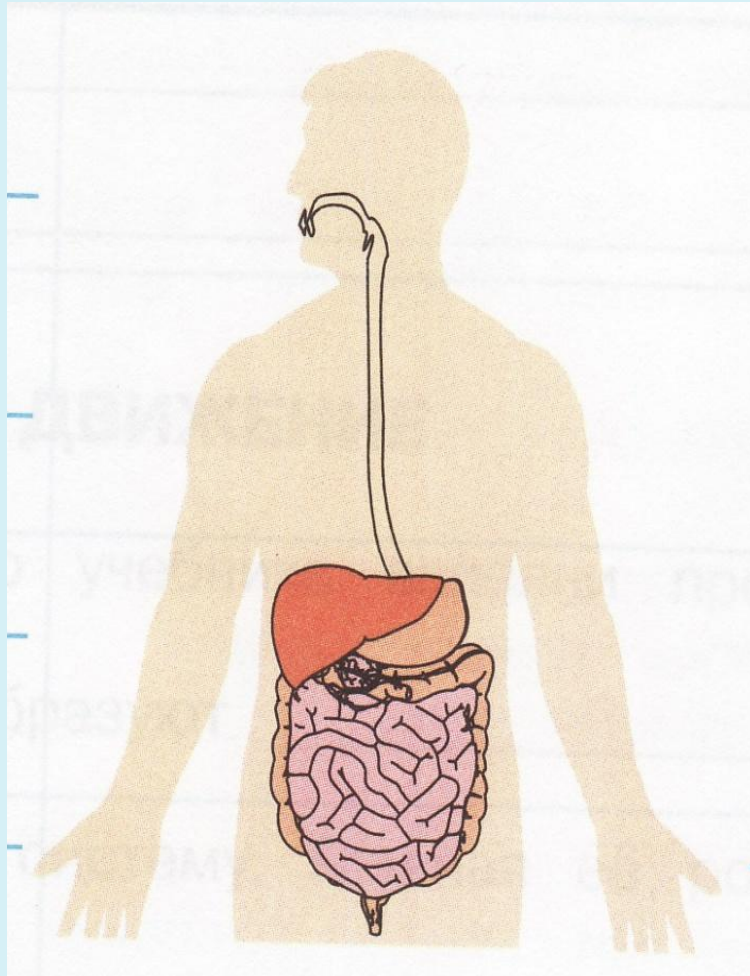


## Жиры



## Углеводы

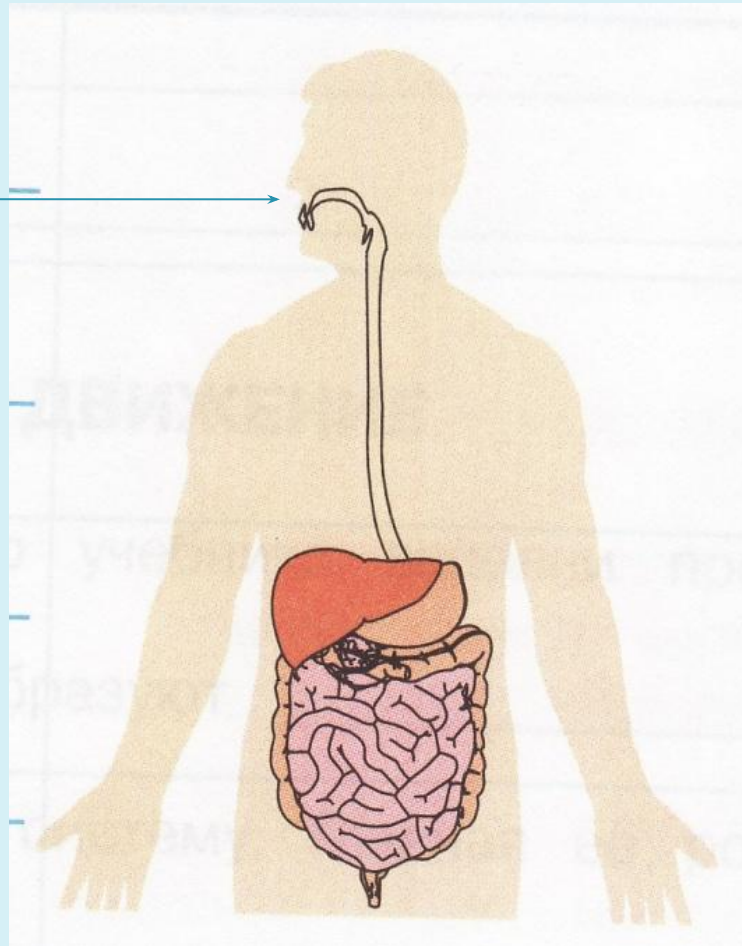




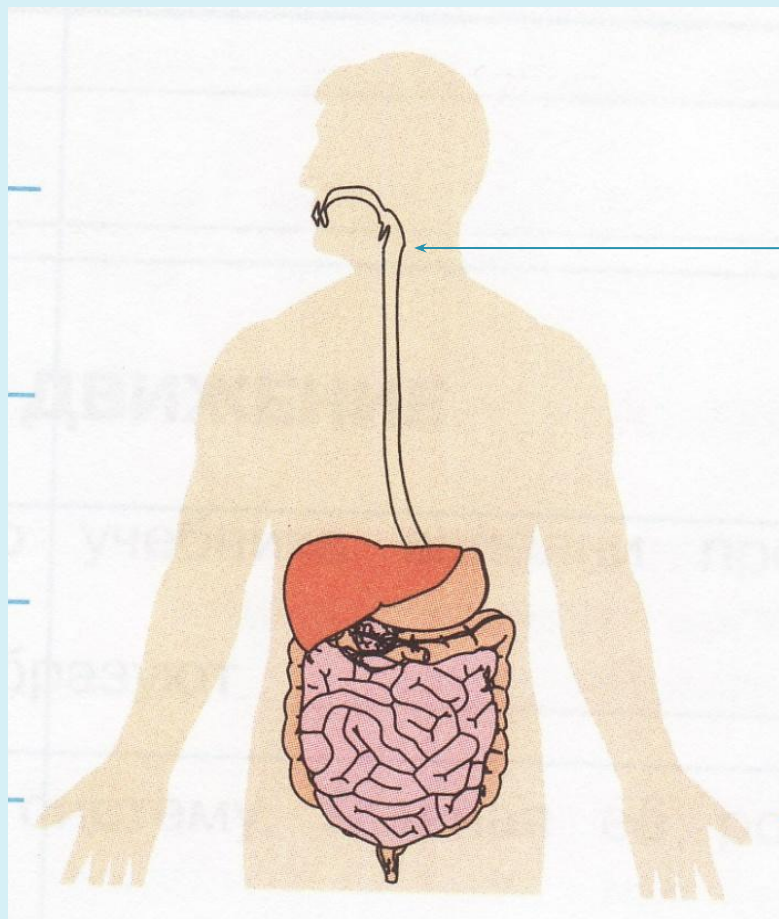
---

## Ротовая полость

---

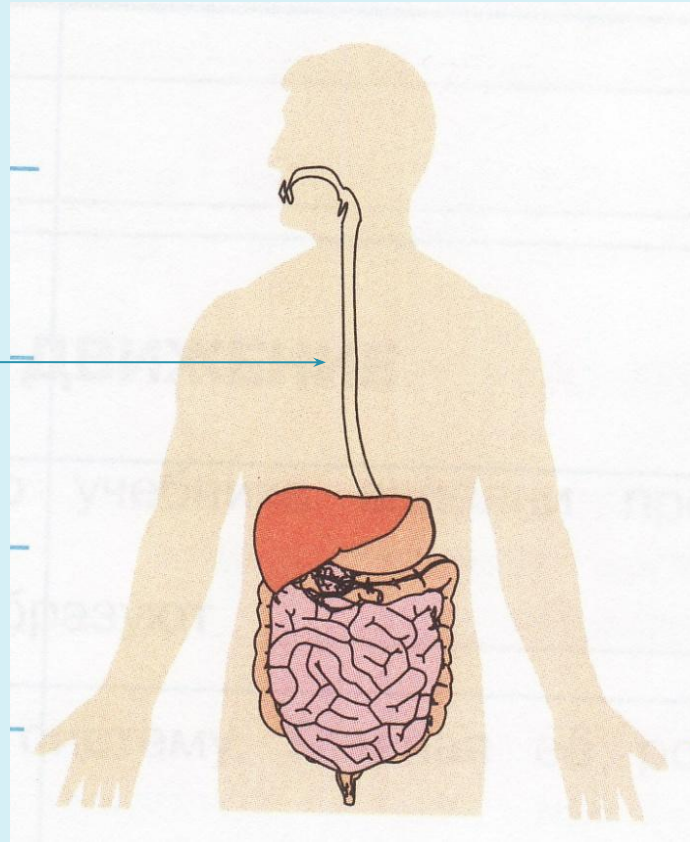


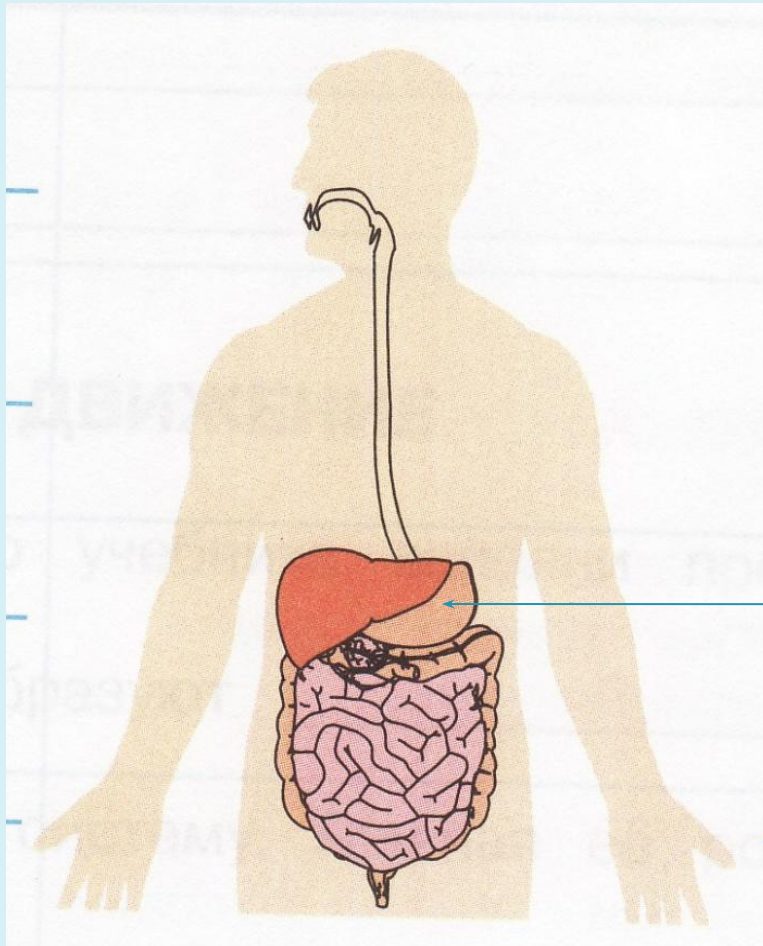




**Глотка**

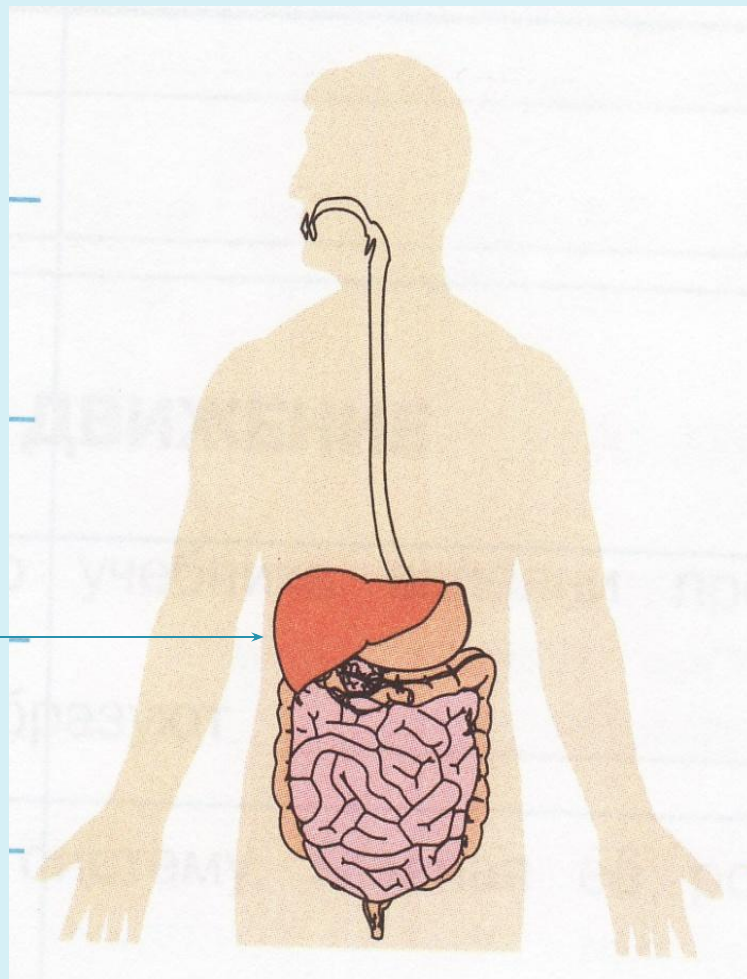
# Пищевод



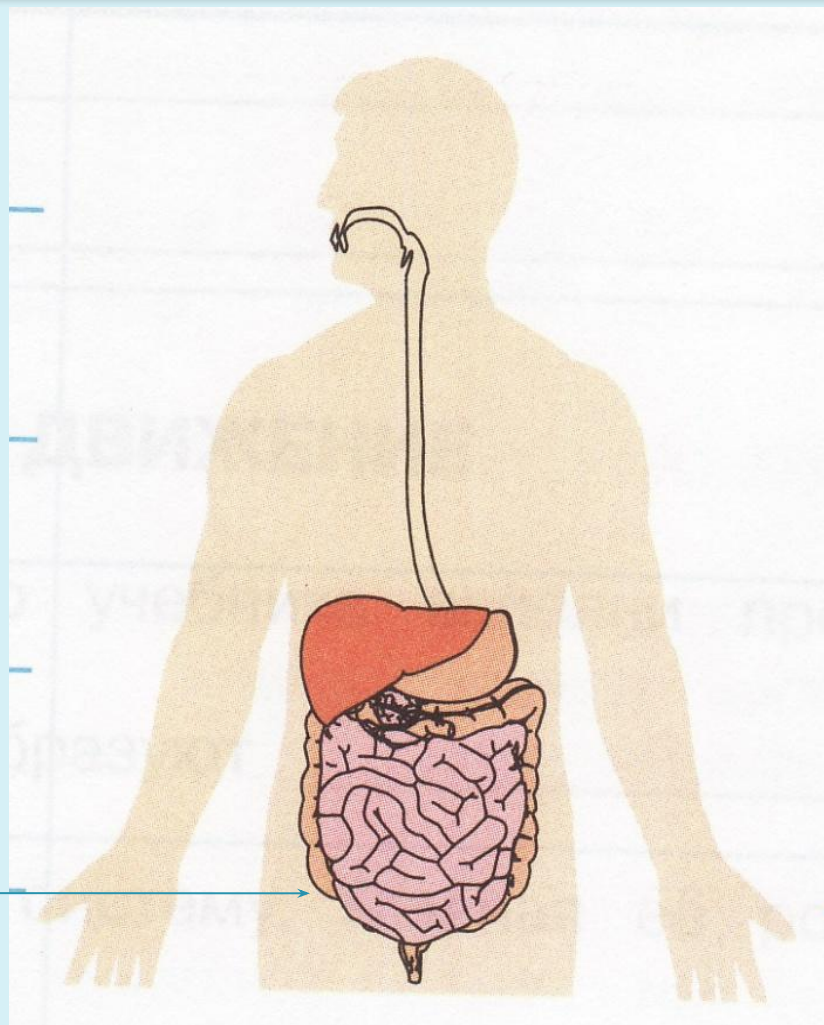


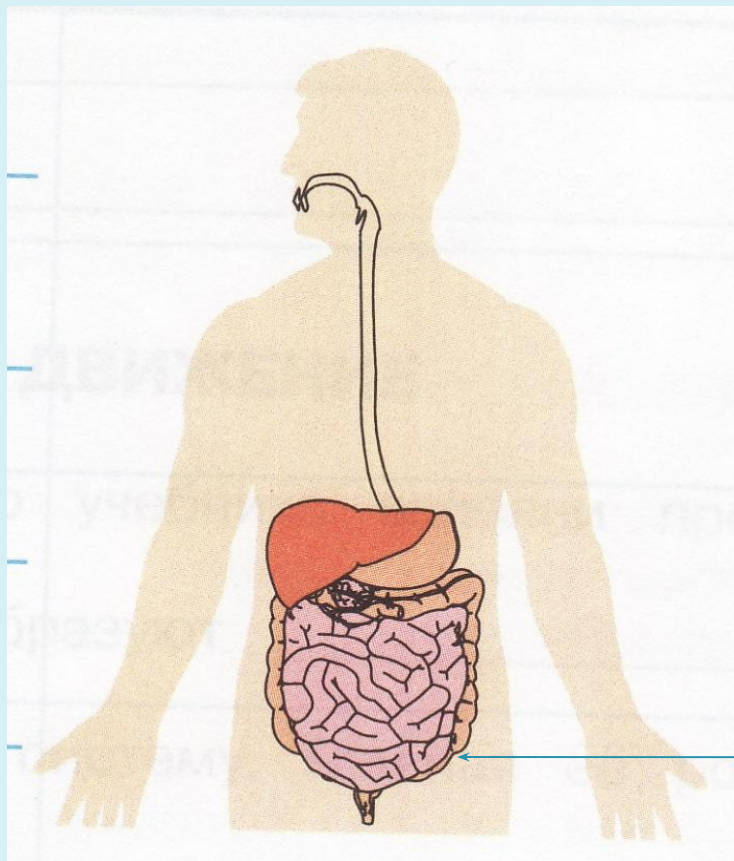
**Желудок**

**Печень**



## Тонкая кишка





**Толстая кишка**

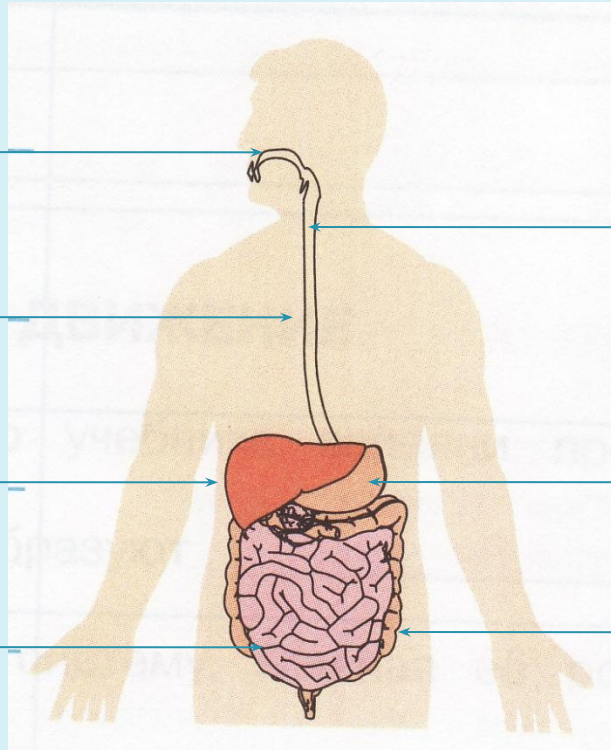
# Схема пищеварительной системы

Ротовая полость

Пищевод

Печень

Тонкая кишка



глотка

желудок

толстая кишка

# Правила питания.

---

- ⦿ Нужно стараться есть разнообразную пищу. (1)
- ⦿ Мучного и сладкого надо есть поменьше. (4)
- ⦿ Не надо есть много жареного, копчёного, солёного, острого. (5)
- ⦿ Нужно стараться есть в одно и то же время. (6)
- ⦿ Утром перед занятиями надо обязательно завтракать. (9)
- ⦿ Ужинать надо не позже, чем за 2 часа до сна. (11)



---

**Спасибо**

**за**

**ВНИМАНИЕ.**