

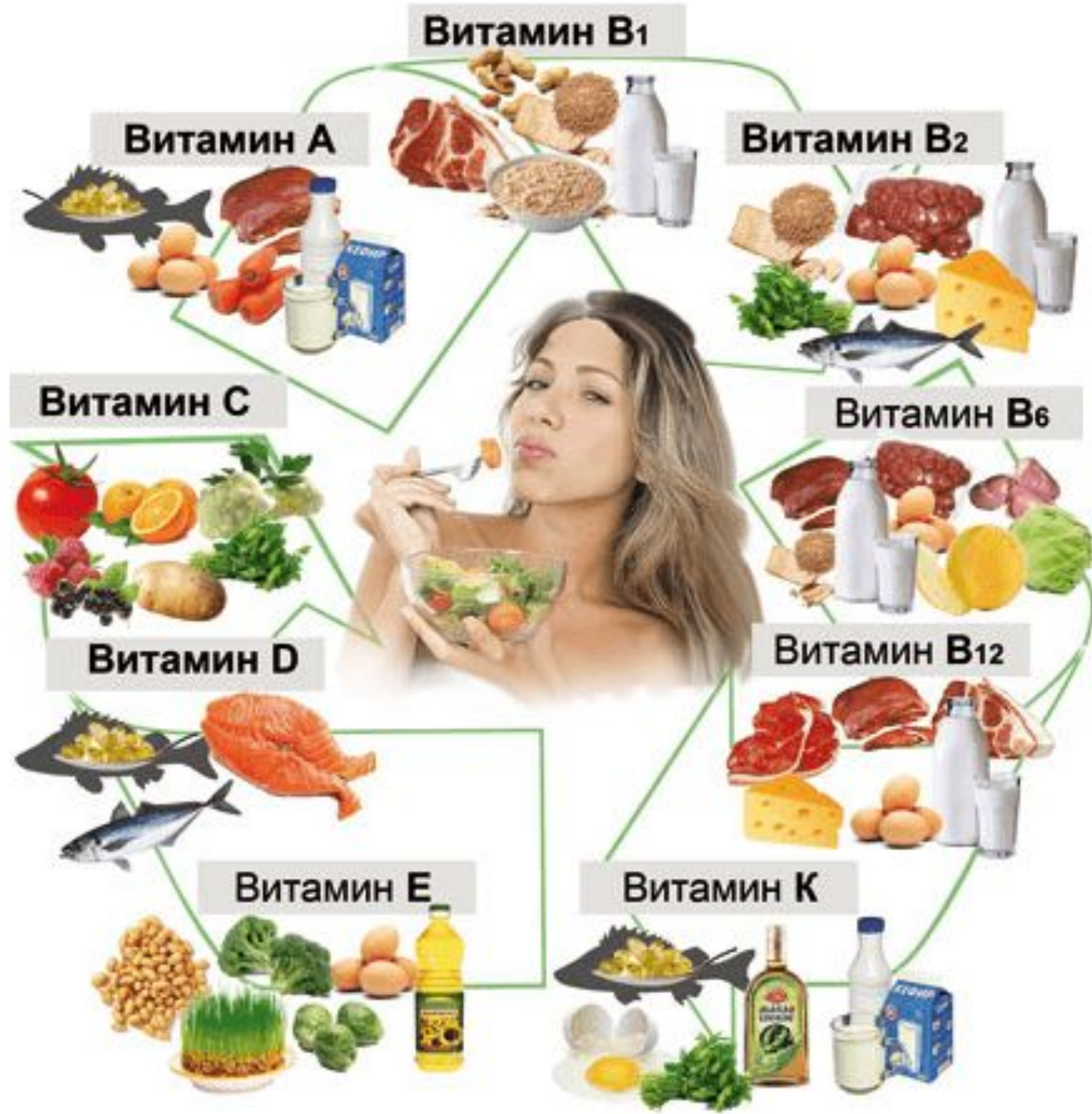
МБОУ «Средняя общеобразовательная школа
№ 6»

УМК «Начальная школа 21 века»

Урок окружающего мира № 11 во 2 классе

Тема: «О витаминах»

Автор презентации:
Т. И. Туран,
учитель начальных классов
г. Новокузнецк, 2017



Работа с учебником С. 53 – 54.

- Прочитайте по учебнику, как люди в древности узнали о пользе витаминов.
- Какие особенности воздействия растений на организм человека подметили наши предки?
- Многие растения помогали бороться с болезнями.
- Как переводится слово «вита»?
- «Жизнь».

Витамин А

Улучшают зрение, помогают росту организма,

улучшают
кос

яют



Молок

о





Масл



Яйц



Печен



Рыб



Абрикос

ос



Перси

К





Зелен

Витамин В

- Помогает перерабатывать питательные вещества. Влияет на кровь, нервы, кожу.

Витамин В₁



Витамин В₆



Витамин В₂



Витамин В₁₂





Ржаной

с

АЛОИС



Масса нетто
в день выпуска:
100 г

ДРОЗДЫ

хлебопекарные прессованные



Печен



Гор
ОХ



Боб

ы



У

В

Яйц

Ак Жайық



Мяс

О

Витамин С

Защищает от простуды. Укрепляет кровеносные сосуды. Способствует быстрому заживлению ран.





Чёрная

смородина



Апельс



Лимо

Помидо

р





Клюкв



Лу



Зелен

Витамин D

- Помогает росту костей, а также росту и хорошему состоянию зубов.







Молок



Масл



СЫ



Яйц



Солнечные

Польза от витамина К

Помогает свёртыванию крови.





Лу



Морская



Свежая



Печен

**Главное правило здорового
питания:**



**ешь в меру самую разнообразную
пищу**

Полезные и вредные продукты

Вредно



Полезно

Колбас

Тушёные и свежие

Чипсы, картофель

овощи

Натуральные соки,
фрукты.

Молочко

Жевательная

Работа по учебнику С. 55

- Полезен ли сахар?
- Давайте подтвердим



свои предположения по учебнику.

Вывод: избыток сахара в организме в

Избыток сахара в организме приводит к ожирению детей и взрослых, к сахарному диабету и атеросклерозу



БУДЬ
ЗДОРОВ
24.COM



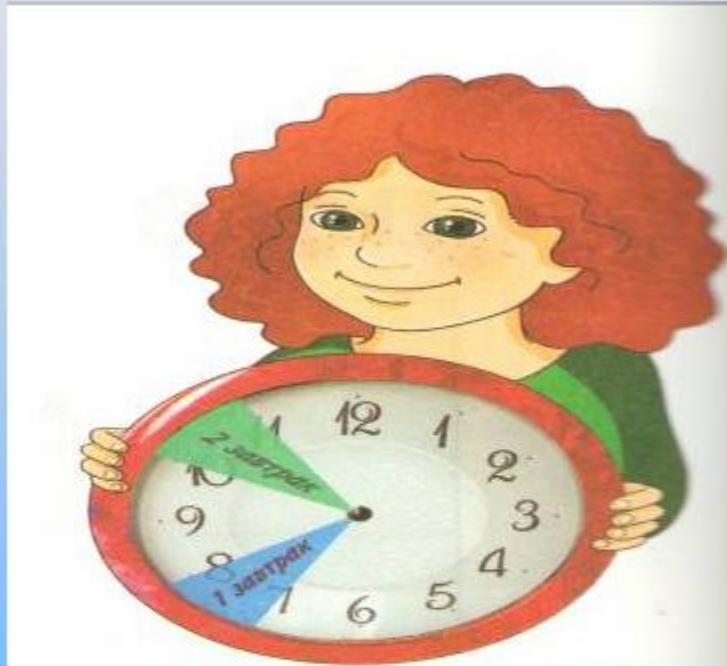






и тому подобное

Правильный режим питания



Запомни! Перерыв между едой не должен быть больше 3-х часов, а значит, лучше есть понемногу **5** раз в день.

Нельзя



чай

VS



кофе

Рефлексия

- Что значит слово витамины?
- Какую пользу они приносят?
- Назовите полезные продукты.
- Назовите вредные продукты.

Домашнее задание

- С. 52, задание из учебника.
- С. 56, задание из учебника.