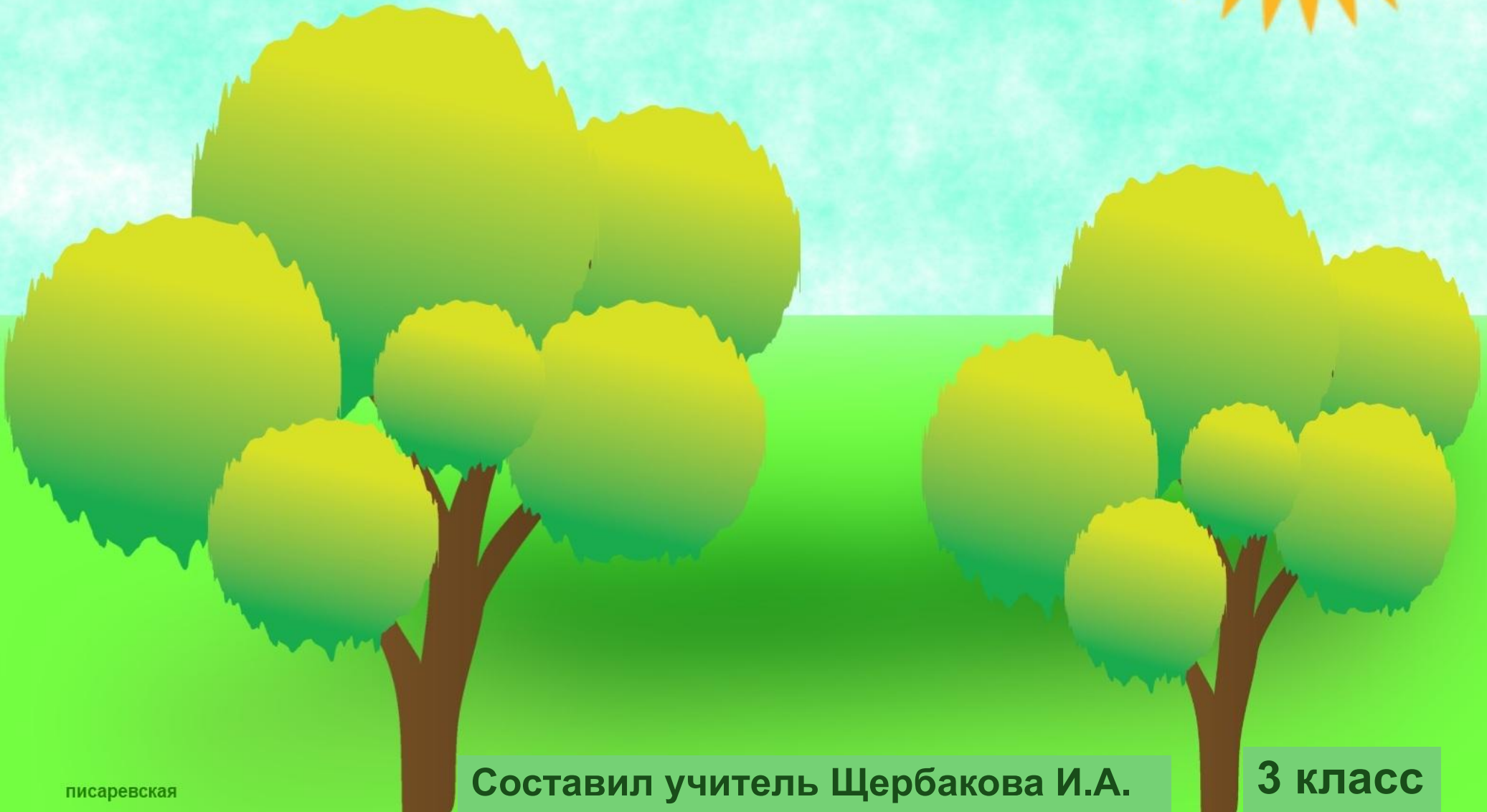


# Окружающий мир

Тема: Органы пищеварения

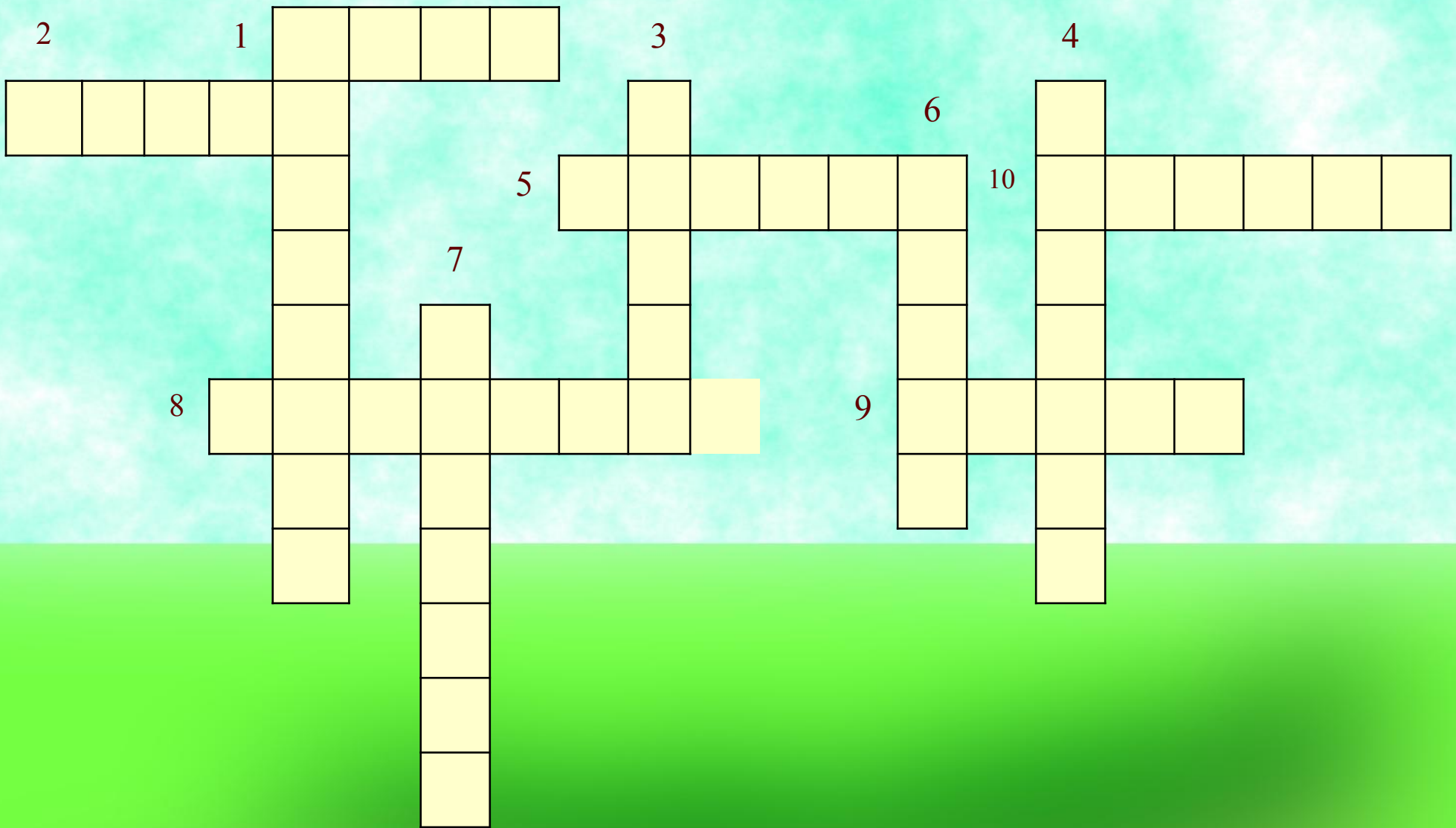


- Ходи больше, жить будешь дольше.
- Ешь в меру и будешь сыт.
- Недосыпаешь - здоровье теряешь.
- Хорошее питание — основа здоровья.
- Чистота - залог здоровья.

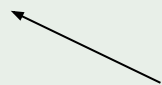


Человеку нужно есть,  
Чтобы встать и чтобы сесть,  
Чтоб расти и кувыркаться,  
Песни петь, дружить, смеяться.

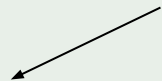




для повышения  
выносливости и  
активности

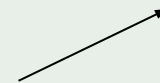


для роста и  
развития  
организма



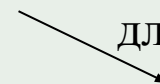
# ПИТАНИЕ

для хорошего  
самочувствия



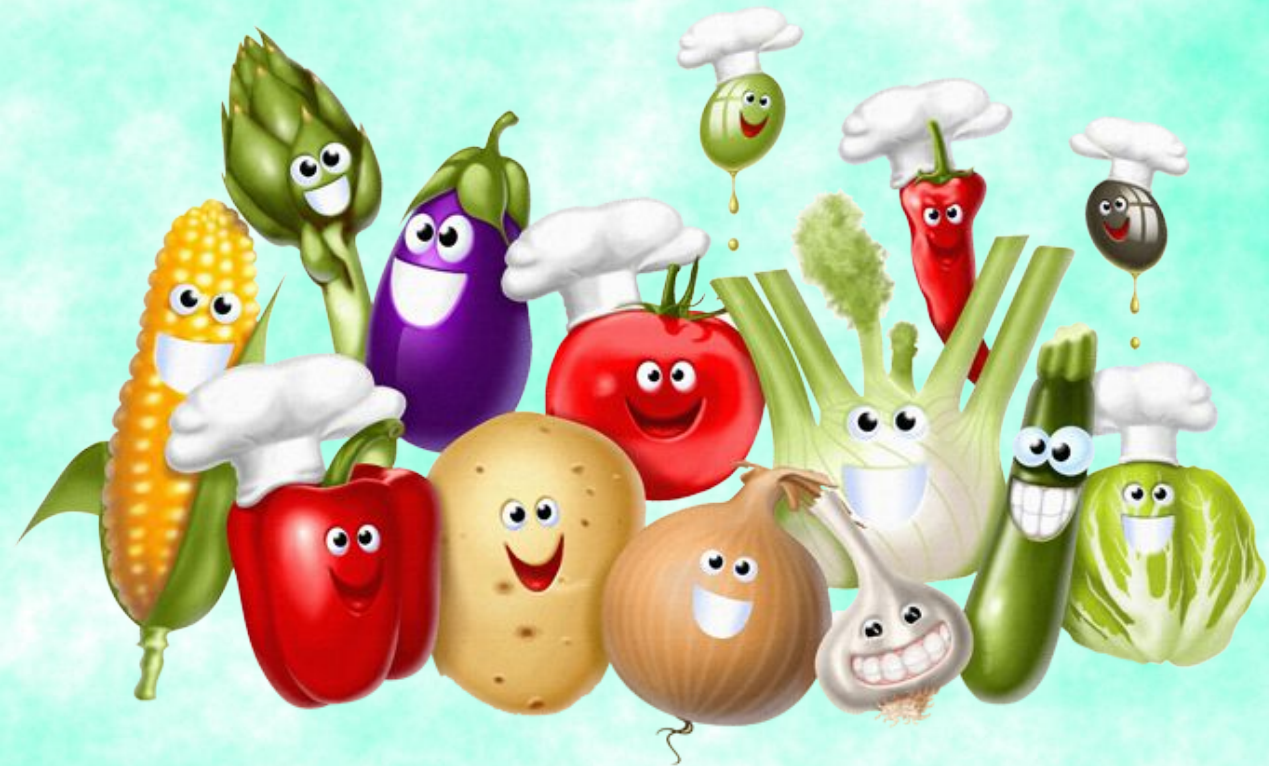
с

для



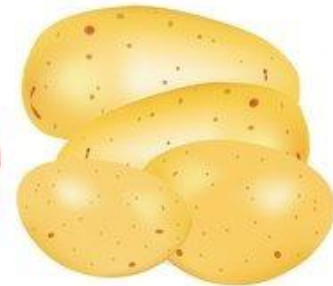
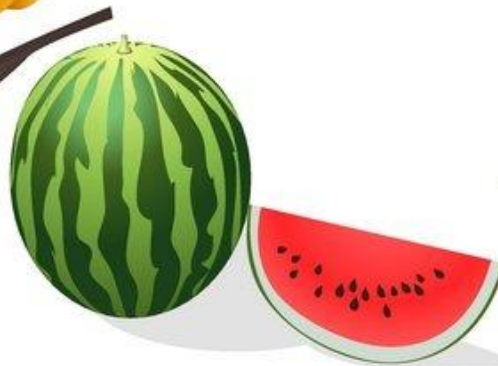
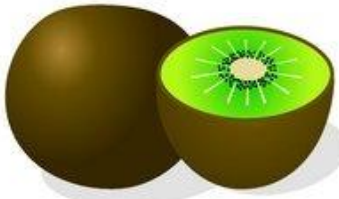
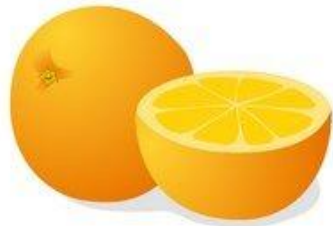
борьбы  
болезнями





# ВИТАМИНЫ





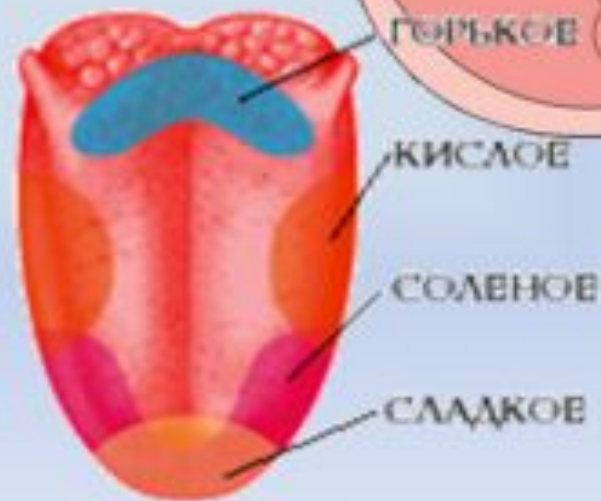
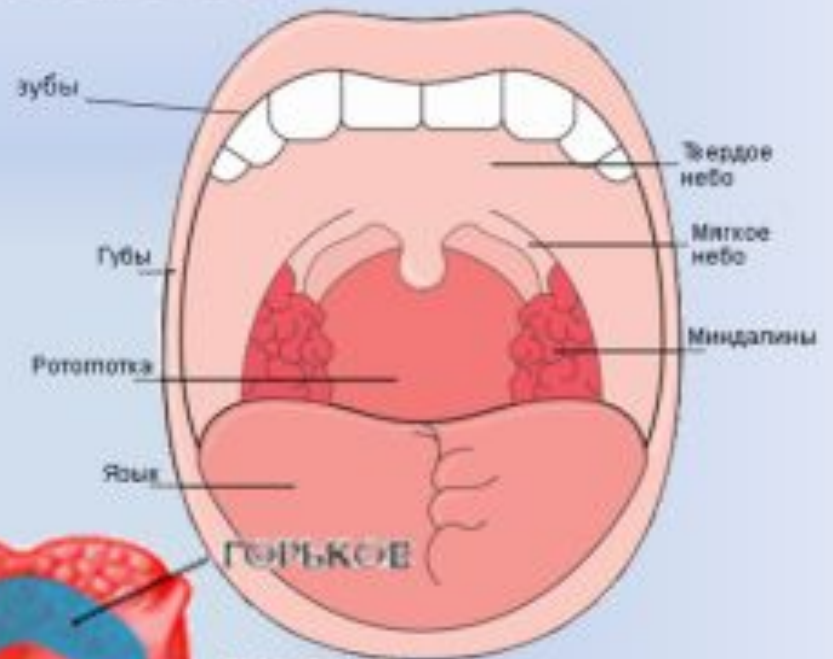




# Ротовая полость



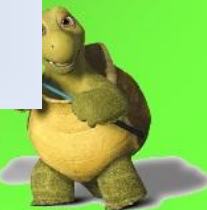
слюнные железы



# Пищевод



Пищевод — отдел пищеварительного тракта, соединяющий глотку с желудком. Принимает участие в проглатывании пищи, сокращения мышц пищевода обеспечивают продвижение пищи в желудок.



# Желудок



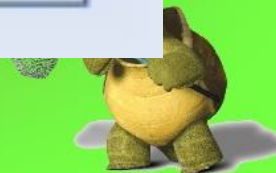
Перерабатывает пищу при помощи пищеварительных соков. Форма и размер желудка могут изменяться в зависимости от количества содержащейся в нем пищи. В целом он имеет вид мешка размером около 21—25 см и емкостью до 3 л.



# Кишечник

толстый кишечник

тонкий кишечник



## Толстый кишечник



В толстом кишечнике извлекаются минеральные вещества и влага. В кишке остаются лишь плотные отходы. Они перемещаются вниз по прямой кишке.

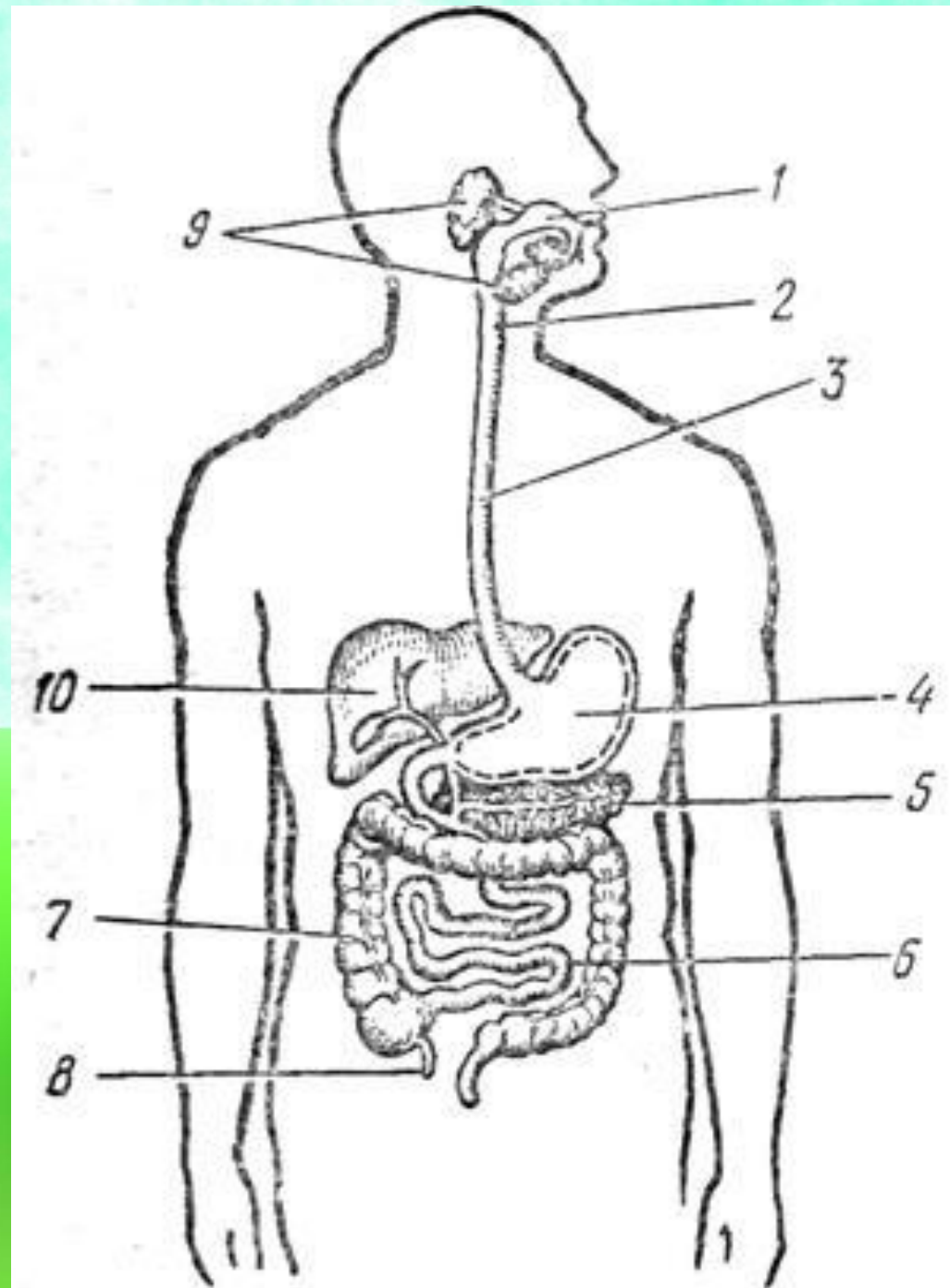


# Печень



Печень вырабатывает желчь, которая расщепляет пищу и способствует её перевариванию. Печень обезвреживает некоторые вредные вещества, попадающие в организм.





- **Старайтесь более тщательно пережевывать пищу.**
- **Старайтесь есть разнообразную пищу. Пусть в вашем рационе будет побольше овощей и фруктов и поменьше сладостей.**
- **Старайтесь есть в одно и то же время. Ваш организм привыкнет к режиму и пища будет лучше усваиваться.**
- **Ужинать нужно не меньше чем за два часа до сна. Наедаться прямо перед сном очень вредно.**
- **Перед едой мойте руки.**





*- Я узнал...*

*- Я понял...*

*- Было интересно...*

*- Было сложно...*

