



a

1000

Kr

a

Диаграмма

- *Столбчатая
диаграмма*

- ***План урока:***
- *Что такое диаграмма, столбчатая диаграмма*
- *Какие виды диаграмм существуют*
- *Как правильно «читать» и строить диаграммы.*

- *Диаграмма - графическое изображение,*
- *наглядно показывающее соотношение каких-*
- *либо величин.*

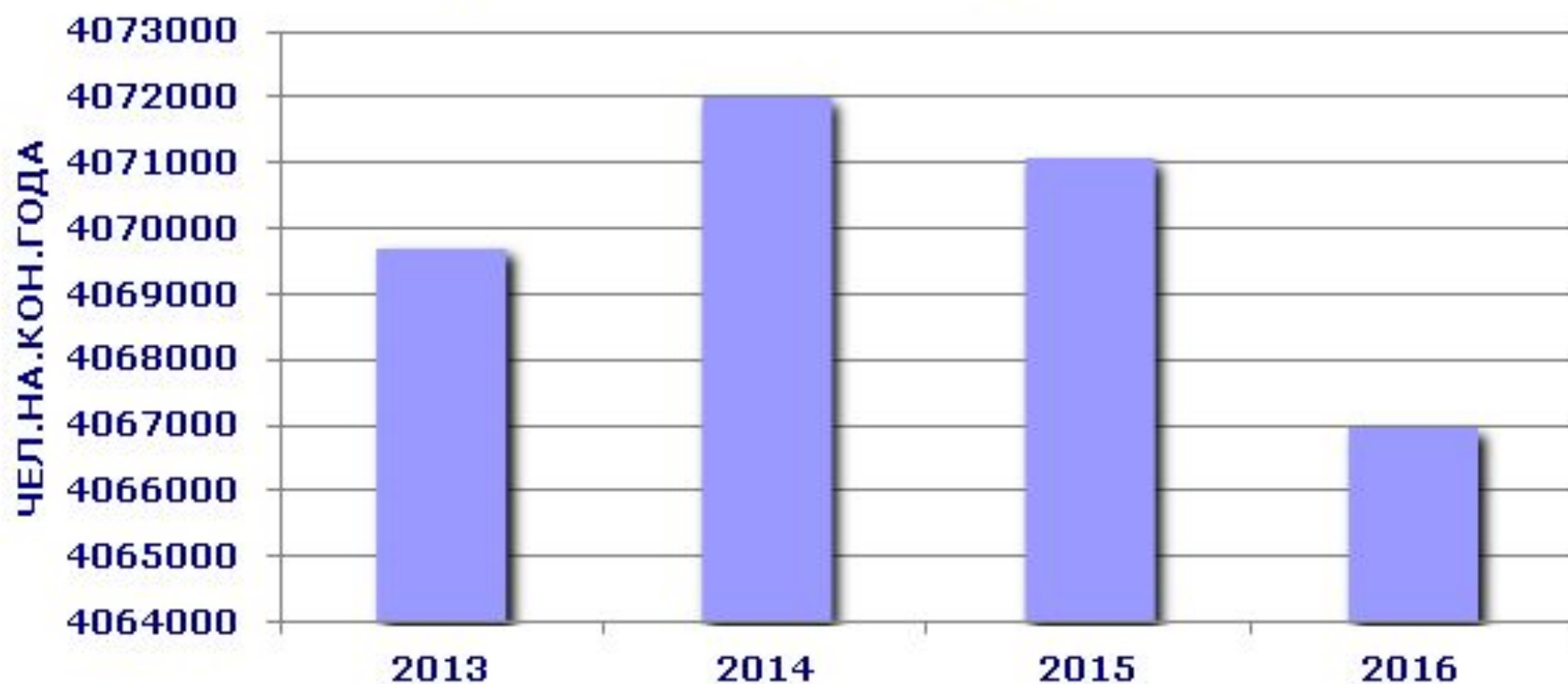
Распорядок дня школьников 6 класса

№	Деятельность в течение суток	час
1	Сон	10
2	Учебные занятия	5
3	Пребывание на воздухе	2
4	Подготовка к урокам	2
5	Компьютер	1

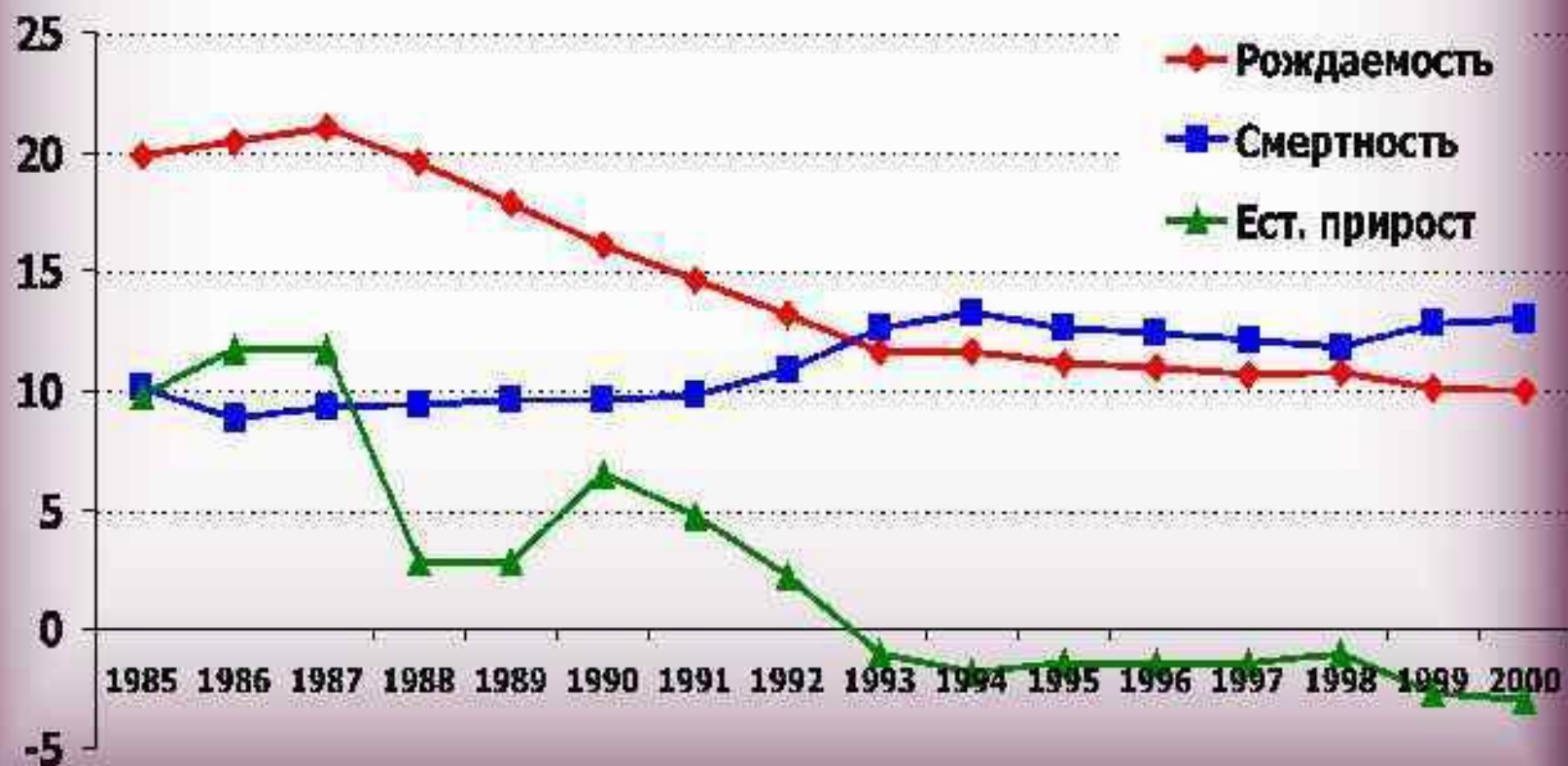
Алгоритм построения диаграммы:

- 1. Необходимо начертить оси координат.*
- 2. Сделать разметку вертикальной оси (учесть минимальное содержание и максимальное).*
- 3. Изобразить столбики для каждой величины и подписать на горизонтальной оси. (между столбиками оставлять промежутки).*

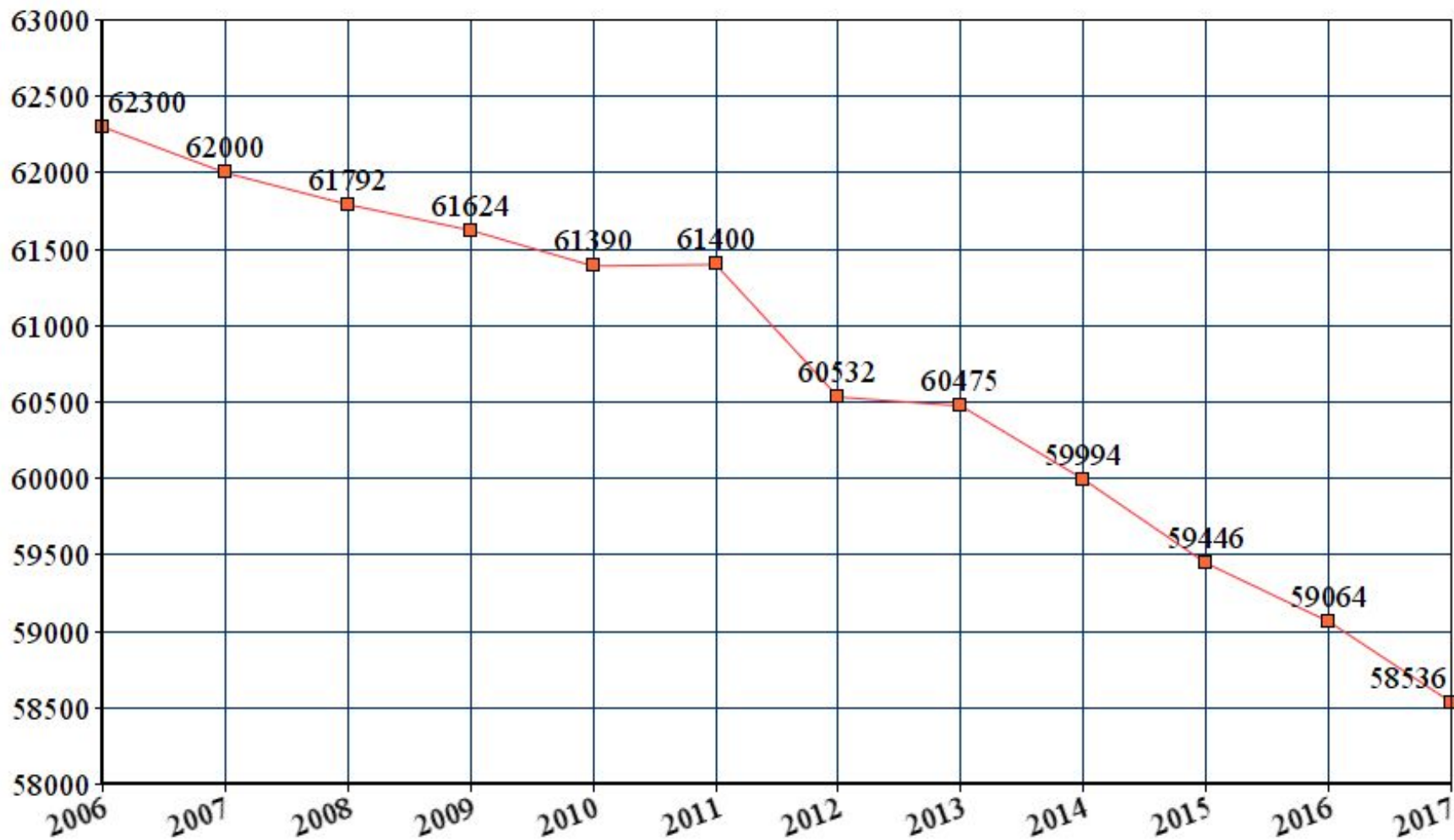
Численность населения - Республика Башкортостан



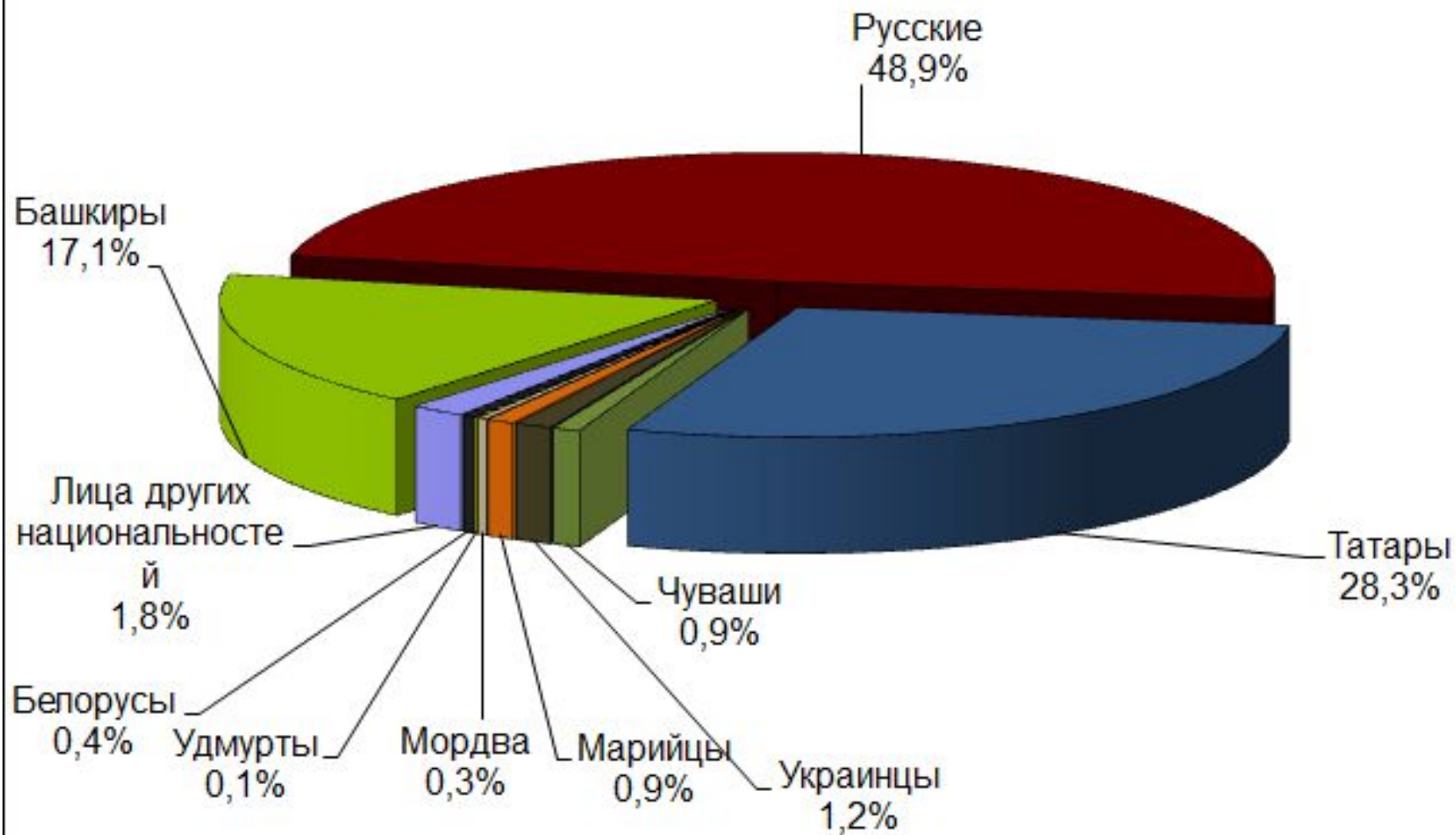
Демографические показатели Республики Башкортостан



—■— Изменение численности населения Мелеуза за последние 10 лет



Национальный состав населения г.Уфа



- **Краткая характеристика витамина С**
- Витамин С (аскорбиновая кислота) выполняет многообразные функции в организме: играет важную роль в окислительно-восстановительных процессах, участвует в образовании межклеточных веществ в опорных тканях, способствует синтезу коллагена соединительной ткани, обеспечивая нормальную проницаемость кровеносных капилляров. Аскорбиновая кислота улучшает кроветворение, способствует ассимиляции аминокислот, активирует действие различных ферментов и гормонов, повышает защитные силы организма. Витамин С должен ежедневно поступать в организм, так как он не синтезируется в нем. При недостаточном поступлении витамина в организме появляются первые признаки гиповитаминоза: быстрая утомляемость, снижение работоспособности, склонность к простудным и инфекционным заболеваниям. Суточная норма витамина С для мужчин - 70-100 мг, а для женщин - 60-85 мг. Потребность в аскорбиновой кислоте увеличивается при напряжённой физической и умственной работе, нервно-эмоциональном напряжении, а также в условиях холодного и жаркого климата. Особенно богаты витаминами С шиповник, чёрная смородина, зелёный лук, щавель, капуста, лимоны.

«Содержание витамина C в продуктах питания»

Таблица

Продукты	Содержание витамина <u>C</u> в продуктах (мг)
Смородина	230
Капуста брюссельская	120
Лимон	40
Перец сладкий	250
Киви	180
Черемша	100
Облепиха	200

Содержание витамина С в продуктах (мг)

