

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 17
ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

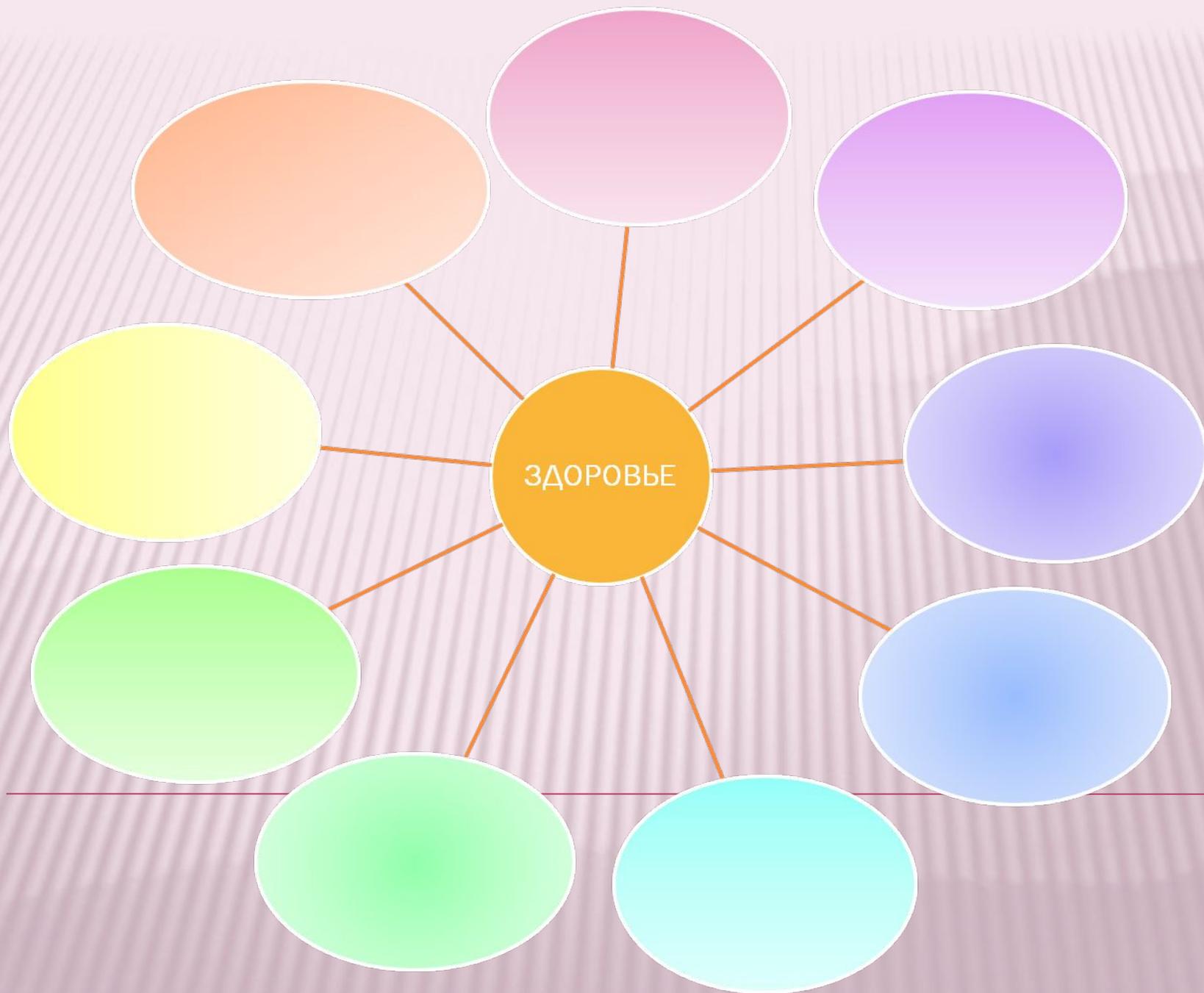


Умножение натуральных чисел и его свойства.

Учитель: Насырева Елена Николаевна

РАЗМИНКА.

- 1) Решить примеры на карточках;
- 2) С помощью ключа заполнить вторую строку буквами;
- 3) Поднять карточку с получившимся словом.



ВИТАМИНЫ.



ВИТАМИН **A**



ВИТАМИН **B1**



ВИТАМИН **B2**



ВИТАМИН **B5**



ВИТАМИН **B6**



ВИТАМИН **B9**



ВИТАМИН **B12**



ВИТАМИН **C**



ВИТАМИН **D**



ВИТАМИН **E**



ВИТАМИН **K**



ВИТАМИН **PP**



ВИТАМИН **H**



ВИТАМИН **F**



ВИТАМИН **P**

Витамины	Для чего нужны	В чем содержатся
А	Улучшает зрение, сохраняет подвижность суставов.	Печень, молоко, желток.
В₁	Используется для роста, выработки энергии, функционирования нервов и мускулов.	Мясо, рис, фасоль, черный хлеб, орехи.
В₂	Используется для роста организма, выработки энергии.	Мясо, печень, рыба, птица, дрожжи, грибы, шпинат, яичный желток.
В₃	Используется для выработки энергии, снижения холестерина в крови.	Мясо, рыба, птица, яйца, орехи, зеленый лук, брокколи, молоко.
В₅	Используется для здоровья кожи, роста волос, усвоению белков, жиров, углеводов.	Мясо, субпродукты, яичный желток, картофель, арахис.
В₁₂	Участвует в образовании новых клеток крови, кожи; входит в состав оболочки нервных клеток.	Нежирное мясо, субпродукты, рыба, моллюски, сыр, творог.
С	Обеспечивает упругость и эластичность кожи; обладает заживляющим действием, укрепляет сосуды, связки; повышает иммунитет и предупреждает старение.	Шиповник, черная смородина, крыжовник, грейпфрут, болгарский перец, петрушка и почти во всех овощах и фруктах.
D	Полезен для костей и зубов.	Рыба, молоко, яйца, маргарин.
Е	Препятствует процессам старения в организме, улучшает состояние кожи.	Подсолнечное масло, маргарин, горох.

ЗАДАЧА № 1.

Масса витамина **С**, ежедневно необходимая человеку, в 4 раза больше, чем суточная доза витамина **Е**, равная 15 мг. Какова масса витамина **С**?

ЗАДАЧА № 2.

ПРИМЕРНЫЙ РАЦИОН ШКОЛЬНИКА 10 – 12 ЛЕТ ТАКОВ:

хлеб	300 г	масло	50 г
крупы	50 г	молоко	500 г
картофель	200 г	мясо	200 г
овощи	300 г	рыба	50 г
фрукты	200 г	сыр	10 г
сахар	50 г	ягоды	90 г

СКОЛЬКО КИЛОГРАММОВ ПРОДУКТОВ ДОЛЖЕН СЪЕДАТЬ ШКОЛЬНИК ЗА ДЕНЬ?

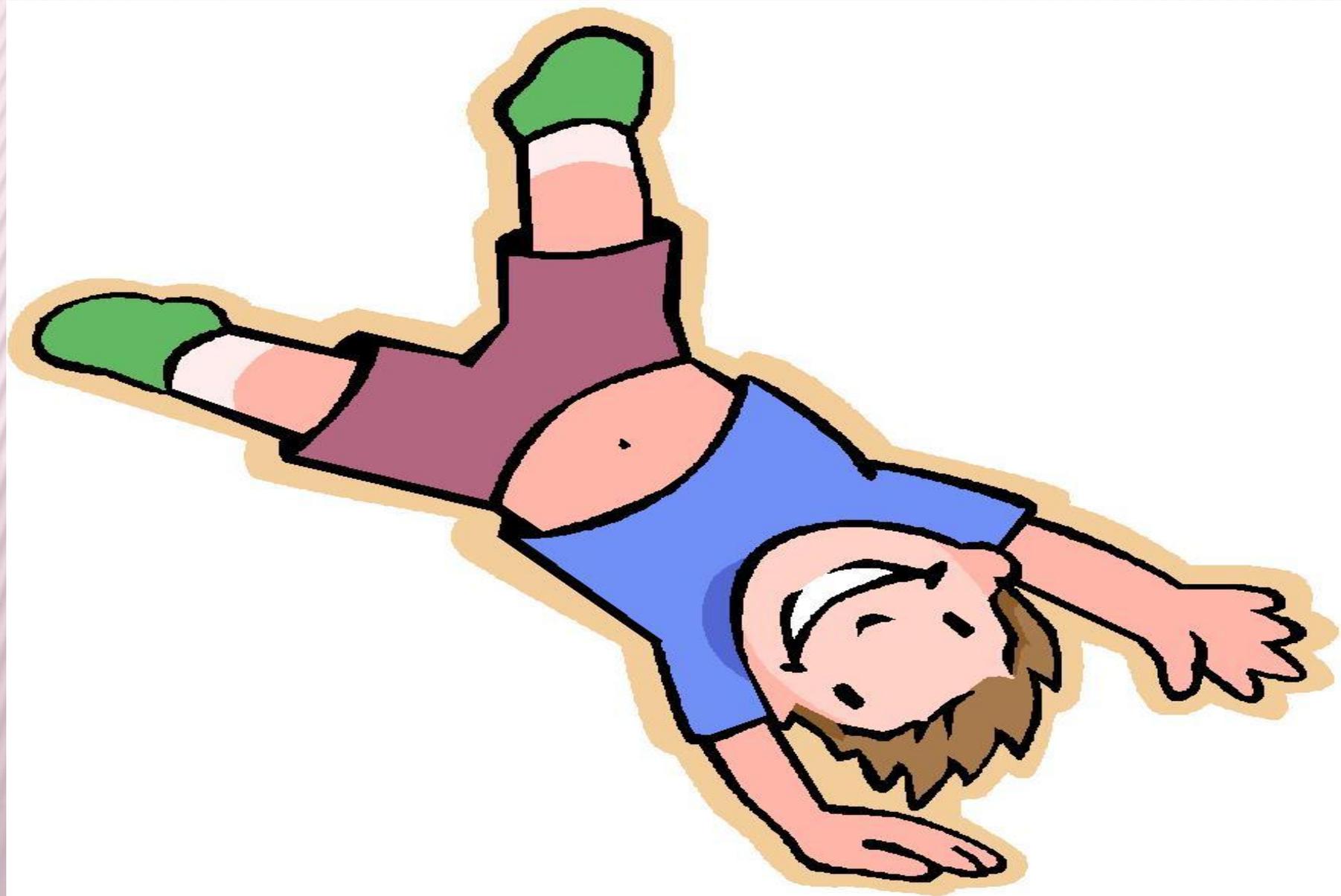
РЕШИТЕ ЗАДАЧУ, СОСТАВИВ ВЫРАЖЕНИЕ И ПРИМЕНИВ СВОЙСВА УМНОЖЕНИЯ.

ЗАДАЧА № 3.

Основными компонентами режима дня являются: сон, прогулки на свежем воздухе, учеба в школе, отдых, личная гигиена, питание, помощь по дому. Учебные занятия в школе начинаются в 9 часов и заканчиваются в 15 часов.

- Сколько минут занимает питание, если на него уходит в 4 раз меньше времени, чем на учебу?
- Сколько минут отводится на утреннюю гигиену, если на занятия в школе времени уходит в 12 раз больше?
- На сколько часов сон короче бодрствования, если вставать в 7 часов, а лечь спать в 21 час?

ФИЗМИНУТКА



ТЕСТ.

Вариант 1.

№1. Вычислите:

а) $28 \cdot 43$

1) 1204; 2) 196; 3) 1244. (1 балл)

б) $12 \cdot 146$;

1) 428; 2) 282; 3) 1752. (1 балл)

№2. Решите задачи:

а) Сколько минут Иван делал 6 упражнений во время утренней зарядки, если на каждое упражнение ему потребовалось 2 мин 30 с? (2 балла)

Ответ: _____

б) В скелете новорождённого костей на 94 больше, чем в скелете взрослого человека. Вместе у них 506 костей. Сколько костей у обоих родителей младенца вместе, если у всех взрослых людей число костей в скелете одинаково? (3 балла)

Ответ: _____

Вариант 2.

№1. Вычислите:

а) $36 \cdot 53$

1) 1908; 2) 198; 3) 2908; (1 балл)

б) $13 \cdot 157$;

1) 471; 2) 1941; 3) 2041. (1 балл)

№2. Решите задачи:

а) Сколько минут потребовалось Алене на выполнение 4 фитнес –упражнений , если на каждое ей потребовалось 3 мин 45 с? (2 балла)

Ответ: _____

б) В рацион питания школьника входит на 48 Ккал больше, чем в рацион питания взрослого человека. Вместе у них в рационе 460 Ккал. Сколько килокалорий входит в рацион питания обоих родителей вместе, если у всех взрослых людей число килокалорий в рационе одинаково? (3 балла)

Ответ: _____

КЛЮЧ К ТЕСТУ:

N°1.

а) 1;

б) 3.

N°2.

а) 900;

б) 412.

КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ ТЕСТА:

«3» - за 2-3 балла;

«4» - за 4-5 баллов;

«5» - за 6-7 баллов.

