

Правила безопасного поведения при неблагоприятной экологической обстановке

Урок 14

ВОПРОС 1.: Какое влияние оказывает загрязнение окружающей среды на биохимические процессы, происходящие в организме человека?

Мутагены – это физические и химические факторы, вызывающие наследственные изменения – мутации.

Свободные радикалы – активные соединения кислорода, молекулы со свободным электроном, обладающие повышенной способностью к взаимодействию с другими молекулами.

ВОПРОС 2.: Какие вещества способствуют нормализации окислительно-восстановительных процессов в организме человека? Употребление каких продуктов питания расширяет защитные возможности организма при неблагоприятной экологической обстановке?

Наименование продуктов и наличие в них витаминов А, Е, С

Витамины	Капу ст а б е л о к о ч а н н а я	Мор к о в ь	Кар т о ф е л ь	Лук р е п ч а т ы й	Сала т п о с е в н о й	Шпи н а т о г о р о д н ы й	Пер е ц с т р у ч к о в ы й	Пет р у ш к а о б ы к н о в е н н а я	Свёк л а о б ы к н о в е н н а я	Грец к и й о р е х	Пом и д о р ы	Ябл о к и
А	+	+	+	+	+		+				+	+
Е												
С												

ВОПРОС 3.: Как влияют витамины А, С и Е на защитный свойства организма?

ВОПРОС 4.: Какие правила поведения в повседневной жизни способствуют сохранению окружающей природной среды?

ВОПРОС 5.: Какие меры безопасности целесообразно соблюдать в местах с неблагоприятной экологической обстановкой?