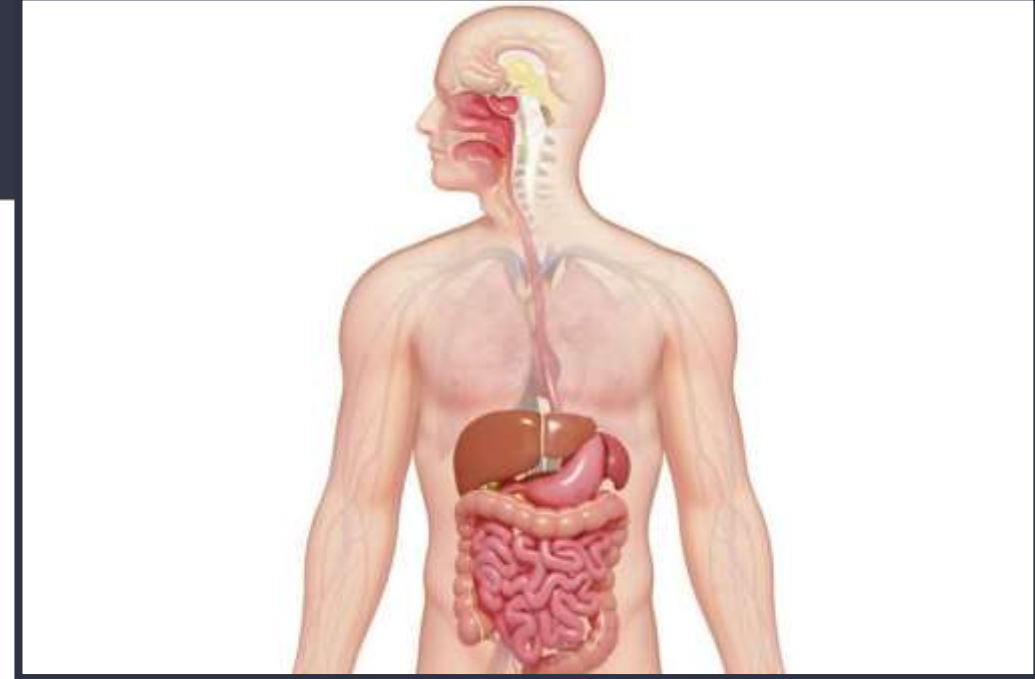


Я досліджую світ

Сьогодні

Урок
№59

Всім.pptx
Нова українська школа



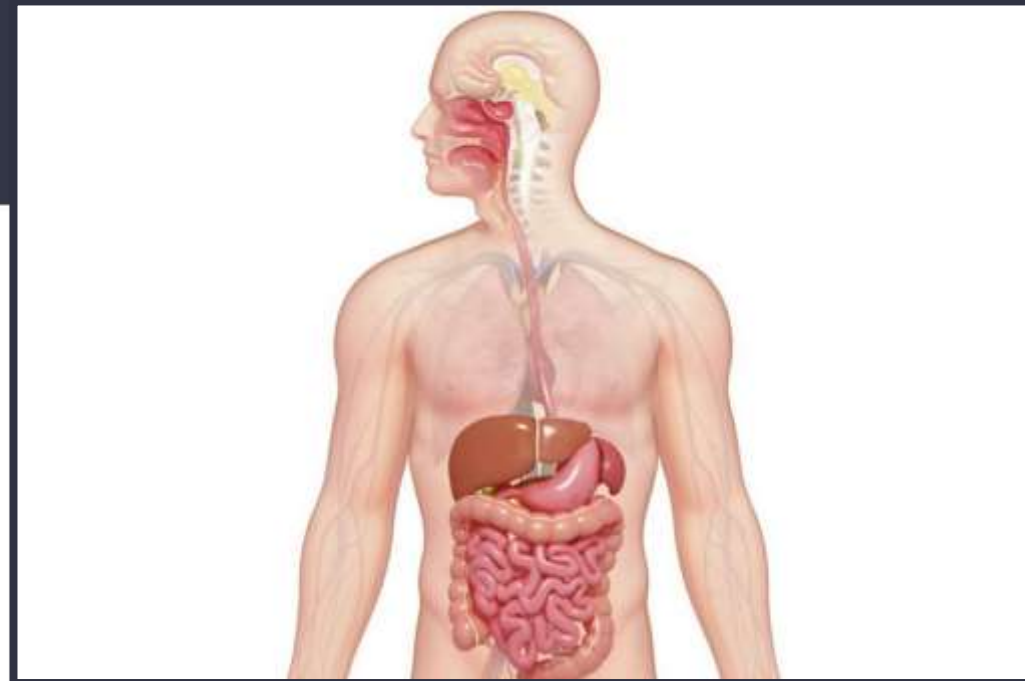
Збереження органів травлення. Правила споживання їжі

Я досліджую світ

Сьогодні

Урок №59

Всім.pptx
Нова українська школа



Мета: розширити і систематизувати знання дітей про травну систему, призначенням та дією; розуміти цінність природи для життя людей, залежність якості життя людей від стану навколишнього середовища; продовжувати вчити виявляти пізнавальну активність на уроках, співпрацювати і взаємодіяти з іншими у різних ситуаціях (навчання, гра); продовжувати формувати вміння працювати у спільноті, дотримуючись правил; виховувати дружні стосунки в класі, спільноті, розвивати увагу, мислення, мовлення.



Усміхнися всім навколо:

**небу, сонцю, квітам,
людям.**

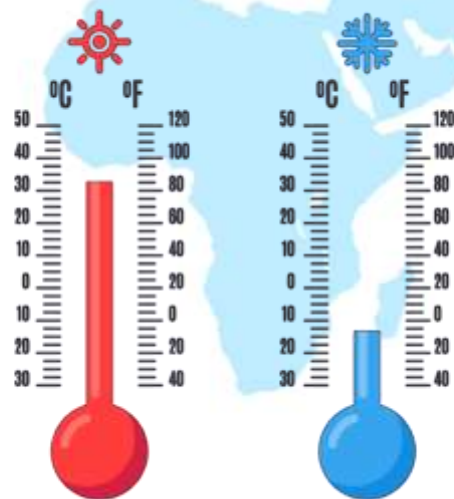
**І тоді обов'язково
день тобі веселим буде!**

LIVE

Привіт, друзі!
А яка зараз пора року?
Який місяць?
Яке сьогодні число?



Мої вітання!
Яким було вранці небо?
Що стосовно опадів?
Кому відома температура повітря?



Як побудована травна система?

Які зміни відбуваються з їжею в органах травлення?

Навіщо людині потрібні поживні речовини?



Розгляньте малюнки, на яких зображено різну їжу



Чим відрізняється одна їжа від іншої на поданих малюнках?

Чи є на малюнках їжа, яку ви не знаєте? Як ви гадаєте, вона є корисною чи ні?



Гра «Як ви відрізняєте корисну їжу від шкідливої?»

Корисно об'їдатися цукерками і тістечками.

ТАК

НІ

Ви повинні їсти 16 разів на день.

ТАК

НІ

Ви повинні вживати корисну та свіжу їжу, яка зберігає ваше здоров'я.

ТАК

НІ

Ви повинні їсти різноманітні продукти: м'ясо, рибу, молоко, овочі.

ТАК

НІ

Вам корисно їсти тільки макарони.

ТАК

НІ

Корисно їсти смажену масну їжу.

ТАК

НІ

Він і чорний, він і білий,
І завжди він загорілий.
Як до столу ми йдемо,
То без нього не їмо.

Хліб



Рідке, а не вода,
Не сіють, не печуть, не варять,
а всі їдять і хвалять.

Молоко



Червоненькі кругляшки
Почіплялись на гілки.
Позбираю всі підряд,
Буде добрий з них салат.



Помідори



Що то за голова,
що тільки зуби й борода?

Часник



Солодкий, як мед,
Білий, як сніг,
У пошані у всіх;
До рота попав, там і пропав.



Цукор



Щоб омлета вам зробити,
Спершу треба нас розбити.



Яйця



Є перлова, є гречана,
Рисова, а ще пшоняна.
Заливаєм молоком,
А немає – кип'ятком.

Каша



Які із відгаданих продуктів ви любите
вживати в їжу?

Чи всі вони корисні?



Щоб постійно підтримувати весь свій організм і особливо травну систему, потрібно вживати в їжу білки, вуглеводи, жири, воду, вітаміни та мінерали. Саме вони складають основу правильного харчування.

Правильне харчування є невіддільною умовою повноцінної роботи травної системи.

Правильне харчування — це вживання різноманітних продуктів, які дають усі поживні речовини, необхідні для підтримання здоров'я.



Для того, щоб добре працювала травна система, потрібно

1. Дотримуватися режиму харчування.

2. Стежити за чистотою рук.

3. Мити овочі і фрукти.

4. Харчуватися їжею рослинного і тваринного походження.

5. Добре пережовувати їжу.

Яких із цих правил ви дотримуетесь? Чи є ще правила, що доповнюють цей перелік? Назвіть їх

Їсти потрібно в
один і той
самий час.



Під час
прийому їжі
не розмовляй.



Не їж дуже
гарячу або дуже
холодну їжу.



Зберігай продукти
у холодильнику та
в призначених для
цього місцях.



Ніколи не їж
на ходу – це
небезпечно!



Зуби здійснюють подрібнення їжі.

Що ви знаєте про зуби?

Зуби – найтвердіші частини людського організму.



У дорослої людини 32 зуби.
У дітей – молочні зуби. З 5 років молочні зуби поступово розхитуються і випадають. Їх місце займають постійні зуби

Після кожної їжі необхідно прополоскати рот водою кімнатної температури.



Не захоплюйся солодощами



Зуби треба чистити вранці і перед сном



Якщо у вас є проблема з
травленням, слід
звернутися до лікаря
гастроентерóлога.



Сьогодні

Всім.ррtх
Нова українська школа

Фізкультхвилинка



Завдання 5

Познач  правильні твердження.

- ☐ Щоранку потрібно снідати.
- ☐ Корисно їсти смажену й копчену їжу.
- ☐ Не їжте перед сном.
- ☐ Бажано їсти в один і той самий час.
- ☐ Щодня слід вживати солодощі.
- ☐ Їжа має бути різноманітною.
- ☐ Потрібно віддавати перевагу овочам і фруктам.



Завдання 6

Відгадай загадки. Запиши відгадки. Склади і запиши речення з відгадками.

Їжу добре мелють зубки,
далі – спеціальна трубка,
потім шлунок вже чекає,
все корисне перетравить.
Через стравохід їжа потрапляє у шлунок.

Фільтрувати кров та воду
нам найбільша насолода!
Ми отруту впізнаємо
Головні органи виділення – нирки.

Як же зветься трубка та?
Ось у загадки мета.
Це хіба сміттєпровід?
Ні, звичайний стравохід

та виводимо окремо.
У воді завжди, як рибки,
невеличкі круглі нирки



У травній системі їжа подрібнюється і перетравлюється.
На поживні речовини в організмі людини їжа
перетворюється під час травлення.
Здорові зуби допомагають кращому травленню.



Емаль є найтвердішою тканиною в усьому організмі.

Зуби починають формуватися ще до того, як Ви народилися.

Відбитки зубів кожної людини такі ж унікальні, як і відбитки пальців.





**Повторити тему на
сторінках 33-34,
друк. зошит стр. 13-
14.**



Не забувайте, будь ласка, надсилати виконані завдання для перевірки вчителів на освітню платформу для дистанційного навчання HUMAN. Робіть це систематично.