

12. 乡村“冬忙”承，白雪换“白银”，冰雪旅游助力吉林经济。

- (1) 冰雪运动时，为了安全所佩戴的塑料头盔，属于_____材料；
- (2) 保暖使用的“暖贴”，利用了铁生锈放热的原理，铁生锈属于_____变化；
- (3) 冰雪运动后，可食用面包补充体力，面包中主要含有的基本营养素为_____。