



Окружающий мир

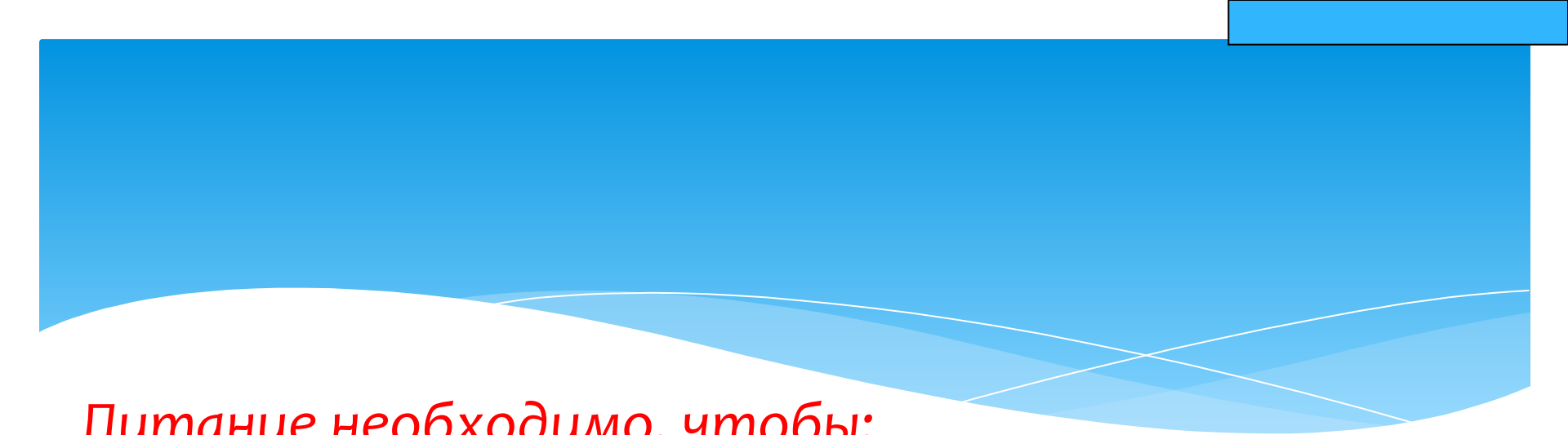
4 класс

Тема: Органы пищеварения

***Презентацию подготовила
учитель начальных классов
МБОУ ПСОШ №29
Горобец С.И.,***

Почему человек должен регулярно питаться?





Питание необходимо, чтобы:

сохранить постоянную температуру тела

поддерживать работу всех органов

двигаться

Питание – один из важнейших процессов в жизни любого организма.



Пища, которую мы едим, проходит через пищеварительную систему. Здесь происходит переваривание пищи

Правила питания

1. Пища должна быть разнообразной.
2. Тщательно пережёвывай пищу.
3. Старайся есть в одно и тоже время.
4. Пища не должна быть очень горячей.
5. Не надо есть много жареного, копчёного, солёного, острого.
6. Поменьше ешь сладкого, мучного.
7. Обязательно завтракай.
8. Ужинай не позже, чем за 2 часа до сна.

Какие питательные вещества человек получает с пищей?



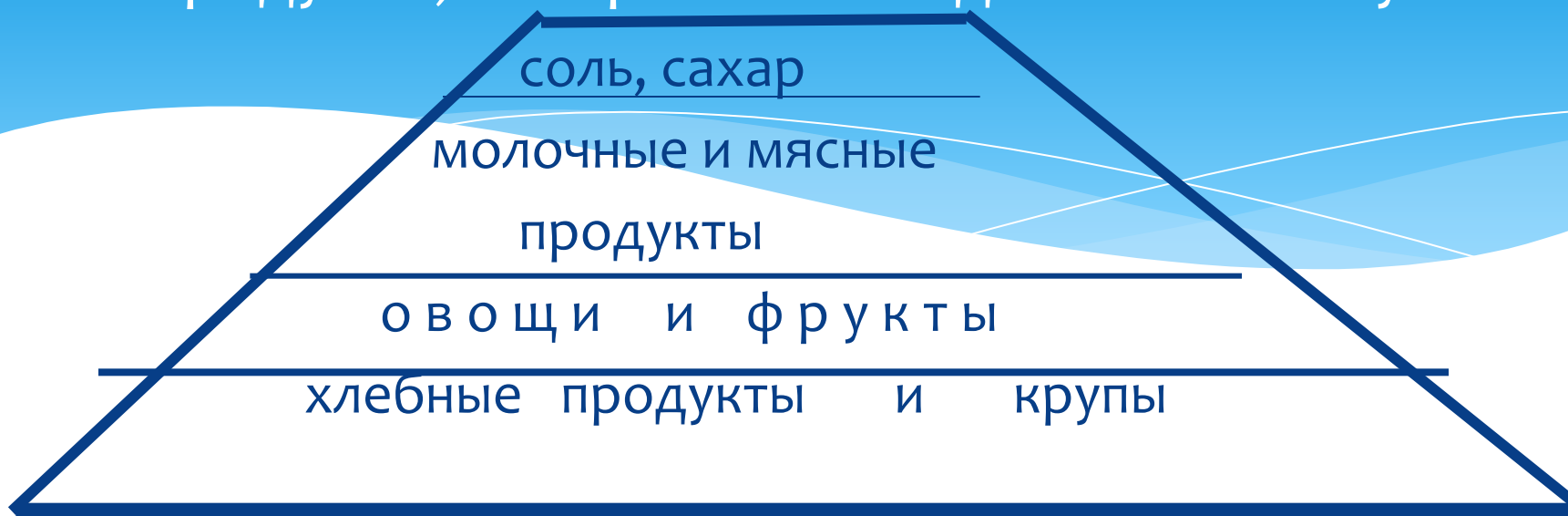
Что необходимо организму для роста и развития?

- * Белки (для работы мозга)
- * Минеральные соли (для роста и укрепления костей)
- * Жиры «топливо организма»
- * Углеводы
- * Витамины (для увеличения числа клеток, для восполнения разрушающихся клеток)

Где содержатся?

Белки	Мясо, творог, яйца, рыба
Минеральные соли	Сыр, бананы, какао
Жиры	Масло, орехи, шоколад, сметана, сливки
Углеводы	Хлеб, сахар, крупы, ягоды, фрукты, картофель

Продукты, которые необходимы человеку



Необходимо наличие в пищи разнообразных продуктов



- * ротовая полость 10 см

- * пищевод 40 см

- * желудок 25см(2л)

- * кишечник 9м25см

- * Итого:

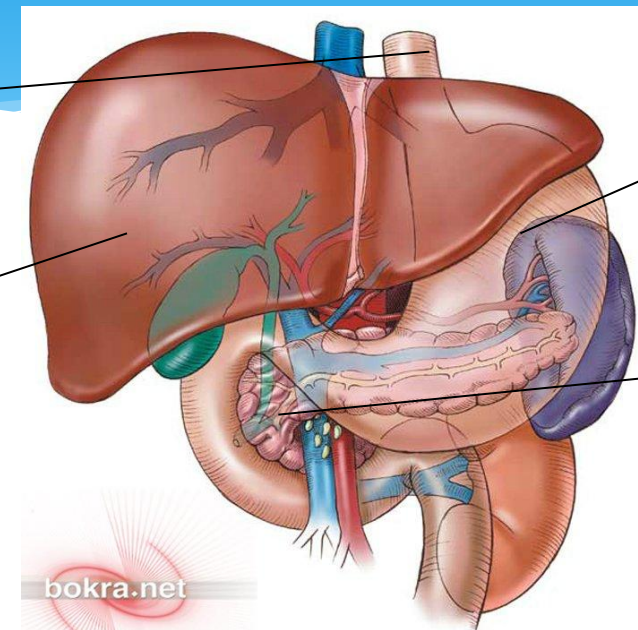
- * Если пофантазировать и нарисовать человека с прямым кишечником, то получится....

Система пищеварения

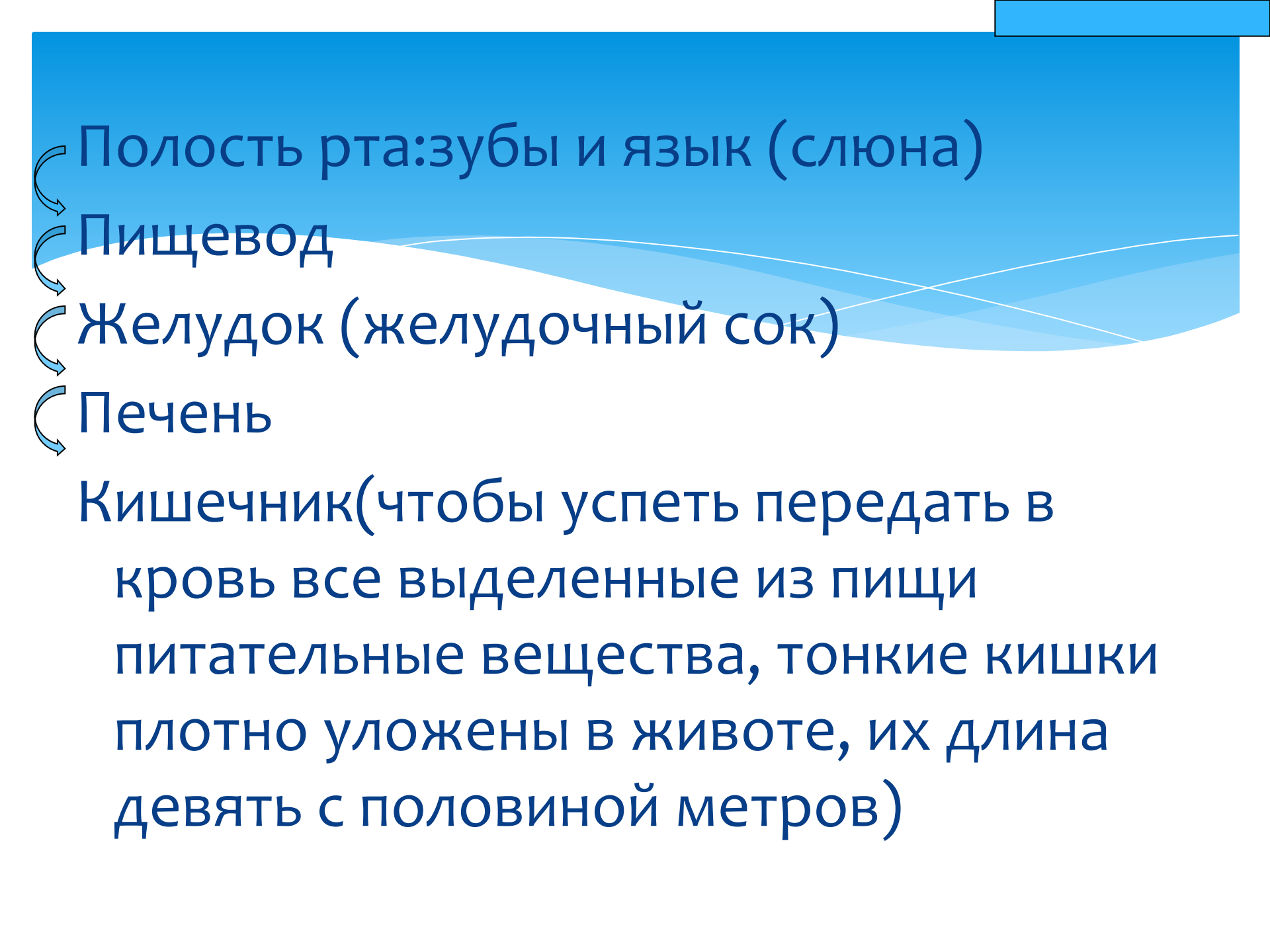
пищевод

печень

поджелудочная
железа



двенадцатиперстная
кишка



Полость рта:зубы и язык (слюна)

Пищевод

Желудок (желудочный сок)

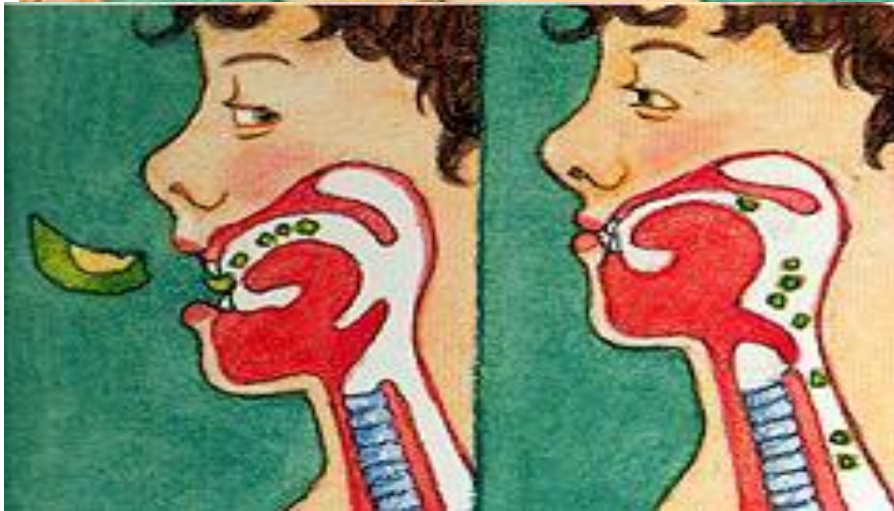
Печень

Кишечник(чтобы успеть передать в
кровь все выделенные из пищи
питательные вещества, тонкие кишки
плотно уложены в животе, их длина
девять с половиной метров)

Ротовая полость



Процесс пищеварения начинается в ротовой полости. Зубы измельчают пищу, язык прижимает её к нёбу, смешивая со слюной. Когда зубы и слюна делают пищу мягкой, язык проталкивает её к глотке.



Здоровые зубы - залог крепкого здоровья



Зубы чисти утром и на ночь перед сном.



Пищевод

Далее размельчённая пища по пищеводу поступает в желудок. Пищевод – это мышечная трубка, выстланная слизистой оболочкой. ¹⁰



Желудок



Когда пища достигает желудка, мышцы желудка её сжимают, встряхивают, перемешивают, доводя до кашицеобразного состояния. Здесь пища разлагается под действием соляной кислоты и желудочного сока.



Тонкий кишечник



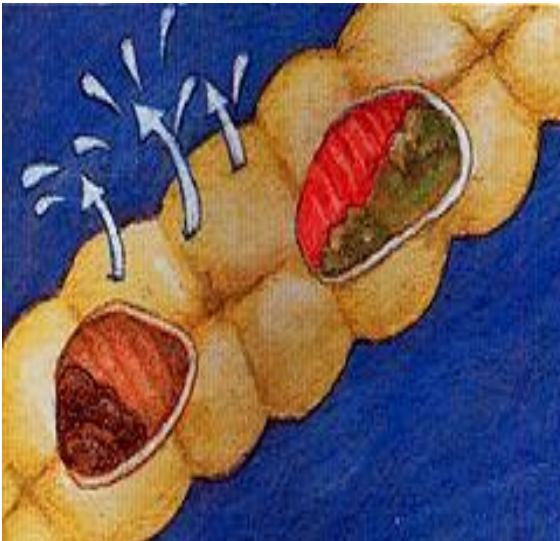
Процесс пищеварения продолжается в тонкой кишке. Здесь происходит основное пищеварение. Все полезные для организма вещества сквозь стенку тонкой кишки поступают в кровь. Кровоток разносит их ко всем органам тела.¹²



Толстый кишечник



В толстом кишечнике извлекаются минеральные вещества и влага. В кишке остаются лишь плотные отходы. Они перемещаются вниз по прямой кишке.



печень

**ротовая
полость**

**желчный
пузырь**

язык

**тонкий
кишечник**

пищевод

**толстый
кишечник**

желудок

**интересные
факты**



Забота о своей пищеварительной системе

1. Тщательно пережёвывай пищу.
2. Полоскай рот после каждого приёма пищи.
3. Во время еды не отвлекайся на чтение, телевизор.
4. Не раскусывай твёрдые предметы.
5. Для укрепления зубов ешь сырые овощи.

Давай проверим:

1. Назовите органы пищеварения.
2. Какой путь проходит пища в нашем организме?
3. Почему пища должна быть разнообразной?
4. Почему пищу нужно хорошо пережёвывать?
5. Отчего портятся зубы?

- * Помощник желудка по измельчению и перемешиванию пищи

миксер

- * Помощники зубов по перетиранию, разрезанию, раскалыванию твёрдой пищи

тёрка, нож, щипцы

- * Помощница зубов по пережёвыванию мяса

мясорубка

* Помощник для кипячения воды

чайник

* Помощница зубов по пережёвыванию вареной картошки

толкушка

* Помощница по приготовлению и согреванию пищи

плита



				1	з	у	б	ы	
2	ж	е	л	у	д	о	к		
			3	с	о	к			
				4	р	о	т		
				5	о	р	г	а	н
6	п	и	щ	е	в	о	д		
7	ж	е	л	ч	ь				
8		к	и	ш	е	ч	н	и	к

Что такое здоровье?

- Здоровье – это красота.
- Здоровье – это богатство, которое не продается и не покупается.
- Здоровье – мы и природа.
- Здоровье – когда мы бегаем, прыгаем, и у нас все получается.
- Здоровье – это то, что нужно беречь.
- Здоровье – это сила и ум.
- Здоровье – самое большое богатство.
- Здоровье нужно всем: и детям, и взрослым, и даже моему коту.
- Здоровье – это счастье, это когда здоровы наши близкие люди, когда у нас дружная семья, и мы с радостью бежим домой, где нас всегда ждут.



Здоровье-

ЭТО

Здорово!