

**Урок  
окружающего мира в 3  
классе**

УМК «Школа  
России»

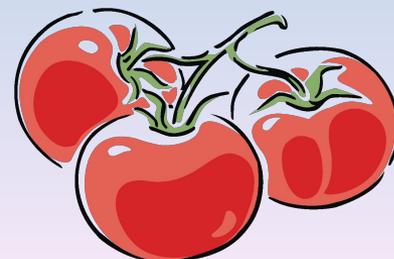
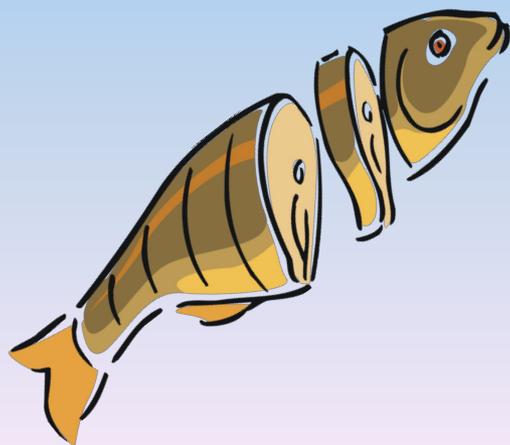
**Наше питание.  
Органы пищеварения.**

**Автор:**

**учитель начальных  
классов**

**ГБОУ СОШ № 213, г.  
Москвы**

**Фадеева Олеся**



**Улыбка – залог успеха  
в любой работе!**



**Успехов вам и удачи!**

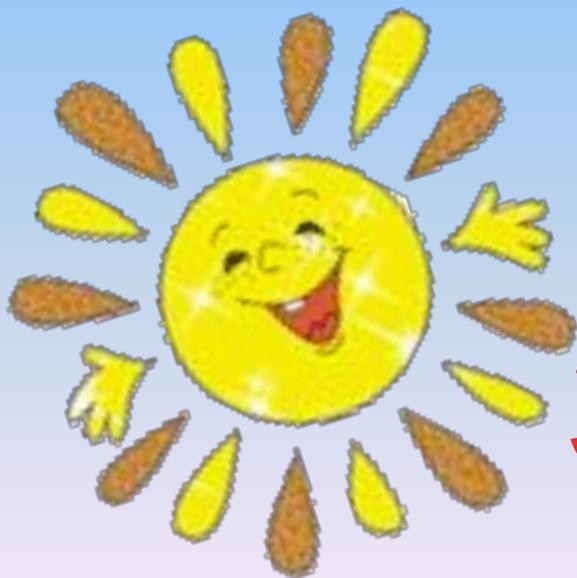


**Мы**

**и**

**наше**

**здоровье**



## Тест «Организм человека. Органы чувств».

1. Какой орган не относится к системе пищеварения?

- Сердце
- Желудок
- Кишечник
- Пищевод

2. К какой системе органов относится мозг?

- к пищеварительной
- к нервной
- к кровеносной
- к органам дыхания

3. Как называется наука, изучающая строение тела человека?

- ботаника
- биология
- зоология
- анатомия

4. Какой орган относится к системе кровообращения?

- почки
- сердце
- лёгкие
- мозг

5. Какая система органов управляет деятельностью организма?

- нервная
- кровеносная
- пищеварительная
- органы дыхания

6. Какой орган не относится к органам чувств?

- орган зрения
- орган пищеварения
- орган слуха
- орган обоняния

7. Какой орган отвечает за обоняние?

- ухо
- нос
- кожа
- язык

# Оцени себя!





# Письмо от Незнайки.



**Здравствуйте, друзья!**

**Своё письмо я пишу из  
больницы.**

**Что-то случилось с моим  
здоровьем: в глазах звёздочки, в  
животе колит. И совсем не  
хочется веселиться и шалить.**

**Доктор Пилюлькин говорит, что  
мне нужно правильно питаться.  
Что значит правильно питаться?  
Я съел на завтрак сладкую кашу,  
какао с булочкой, кусочек пирога**



# Наше питание.

## Органы

## пи

## ния.

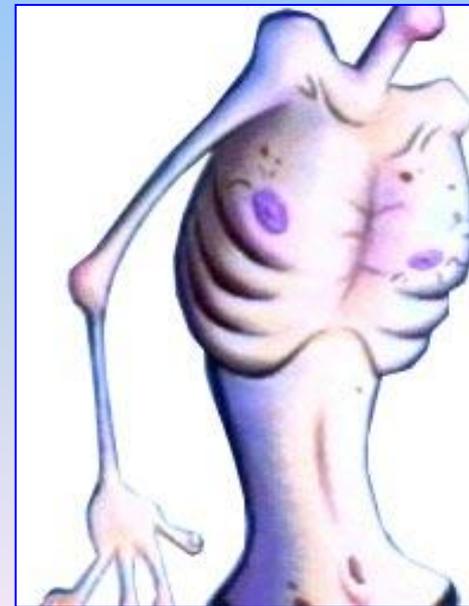




# Человеку нужна пища – как бензин машине.

Чтобы ходить, бегать, прыгать, дышать, смеяться, работать, чтобы жить!

При длительном голодании человек слабеет, через 2-3 дня начинаются «голодные» обмороки, а через 10 – 15 дней он умрет.



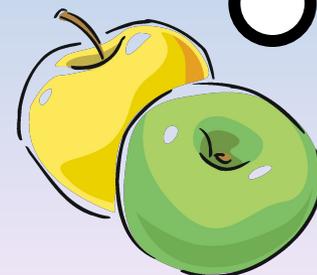
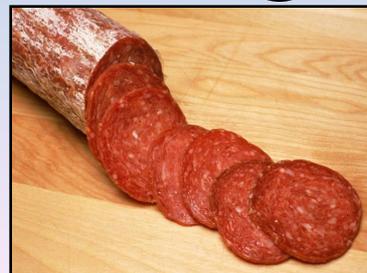
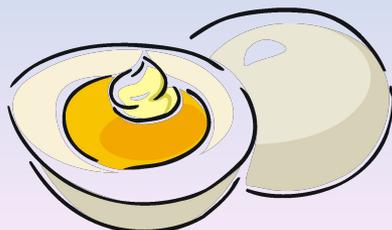
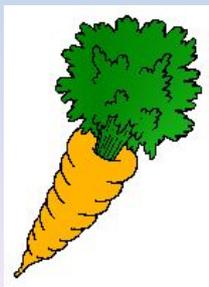
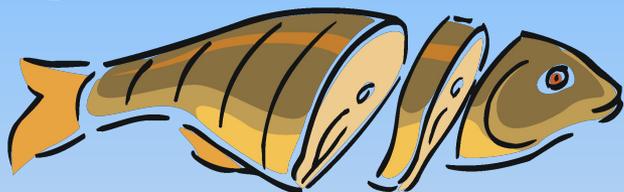
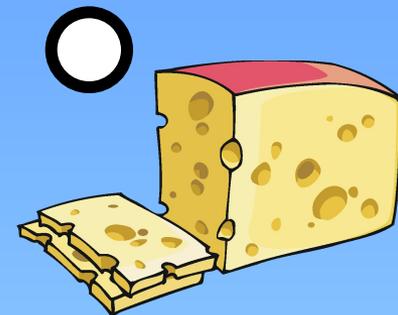
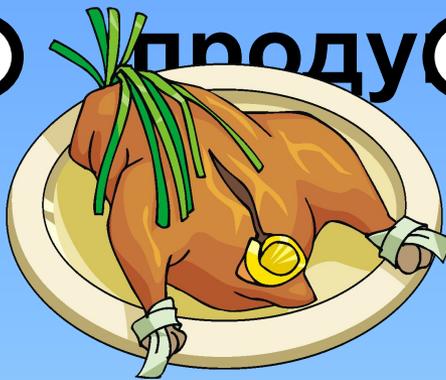


# Режим питания.

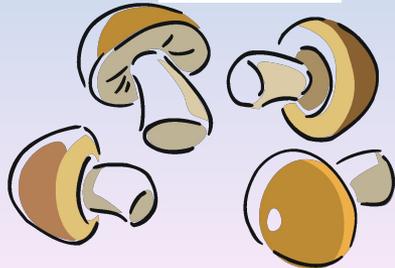
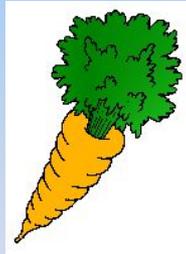
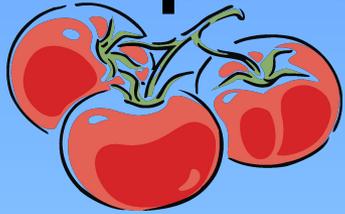
1. Завтрак
2. Обед
3. Полдник
4. Ужин



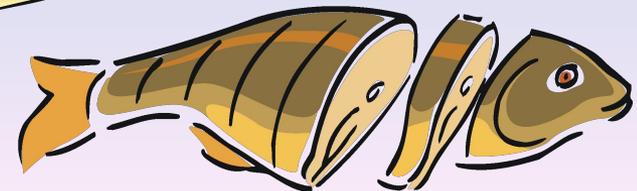
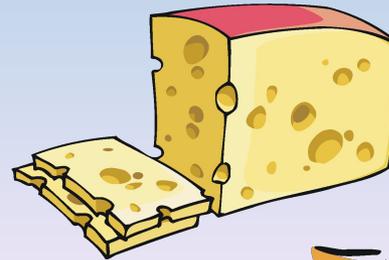
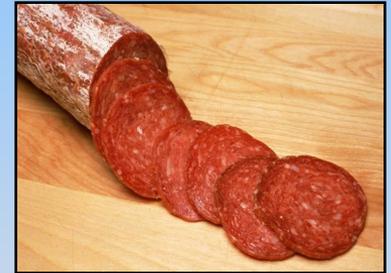
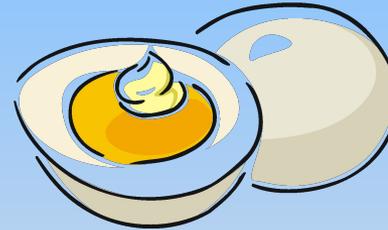
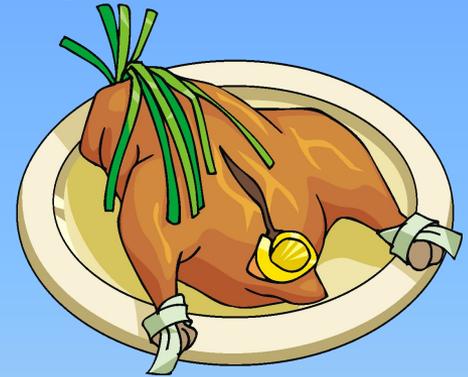
На какие две группы  
можно разделить эти  
продукты?



# Продукты растительного происхождения



# Продукты животного происхождения



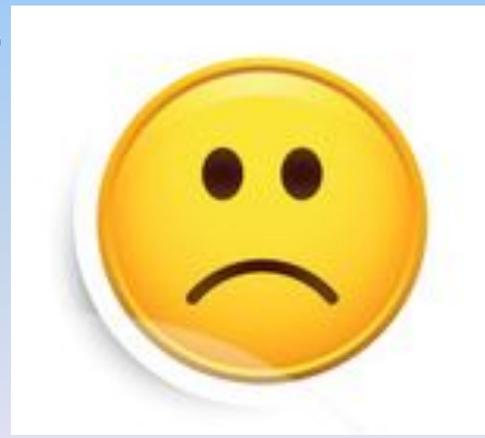


# Молодц

# ы!

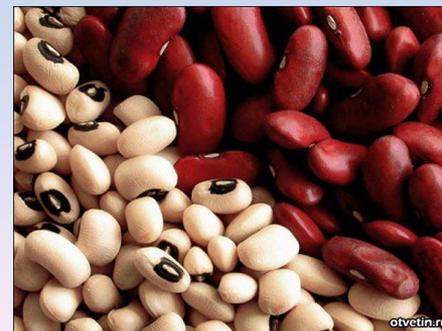
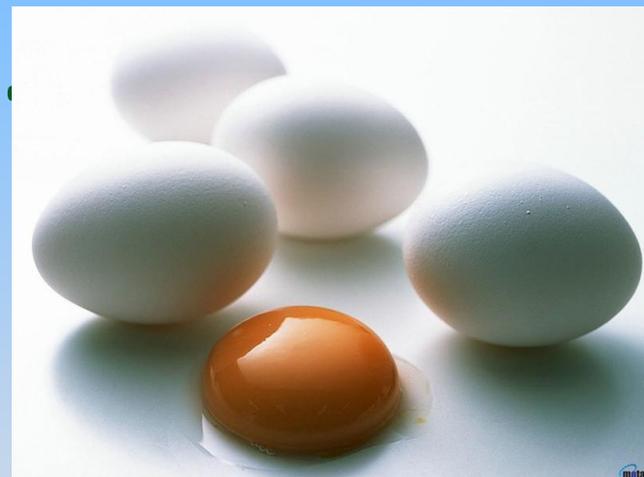
## Оцените свою

## работу.



# Белки – питательные вещества.

Нужны для роста и развития  
организма.



# ЖИРЫ – питательные вещества.

Обеспечивают организм энергией.



# Углеводы –

питательные вещества.

Главные поставщики энергии для  
нашего тела





# **Казимир Функ – американский ученый.**

**Он выяснил, что вещество «амин»,  
содержащееся в оболочке зерна  
жизненно необходимо человеку.**

**Соединив латинское слово *vita*  
«ЖИЗНЬ» со словом «амин»,  
получилось слово «ВИТАМИН».**

# Витамин – источник



Помните, дети!  
При употреблении фруктов  
и овощей не забывайте их  
мыть!



# Заполните

**таблицу.**

| <b>Название<br/>продукта</b> | <b>Белки</b> | <b>Жиры</b> | <b>Углеводы</b> |
|------------------------------|--------------|-------------|-----------------|
| <b>Хлеб</b>                  |              |             |                 |
| <b>Молоко</b>                |              |             |                 |
| <b>Макароны</b>              |              |             |                 |
| <b>Масло<br/>сливочное</b>   |              |             |                 |

Но куда же делась пища, которую вы съели? Что с ней произошло?

На самом деле она лежит в животике, как в сундучке. С нею происходят чудесные превращения. Давайте отправимся открывать тайну исчезновения пищи.

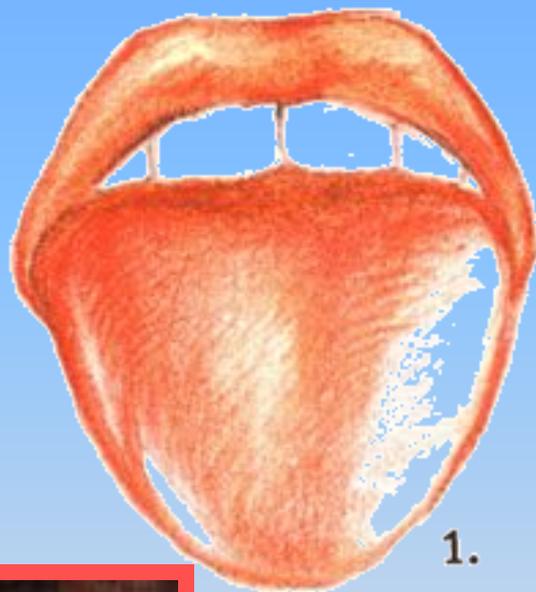


**Зубы** работают как жернова: откусывают перемалывают и пережевывают пищу. Это очень важная работа.



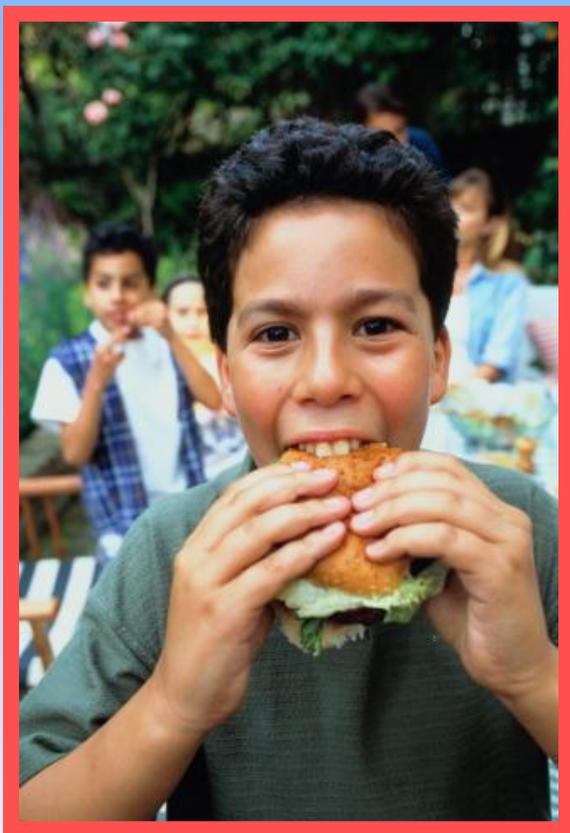
Не забывайте  
утром и  
вечером  
чистить зубы,  
чтобы  
сохранить их  
здоровыми!

**Язык** перемешивает пищу и продвигает её в глотку.



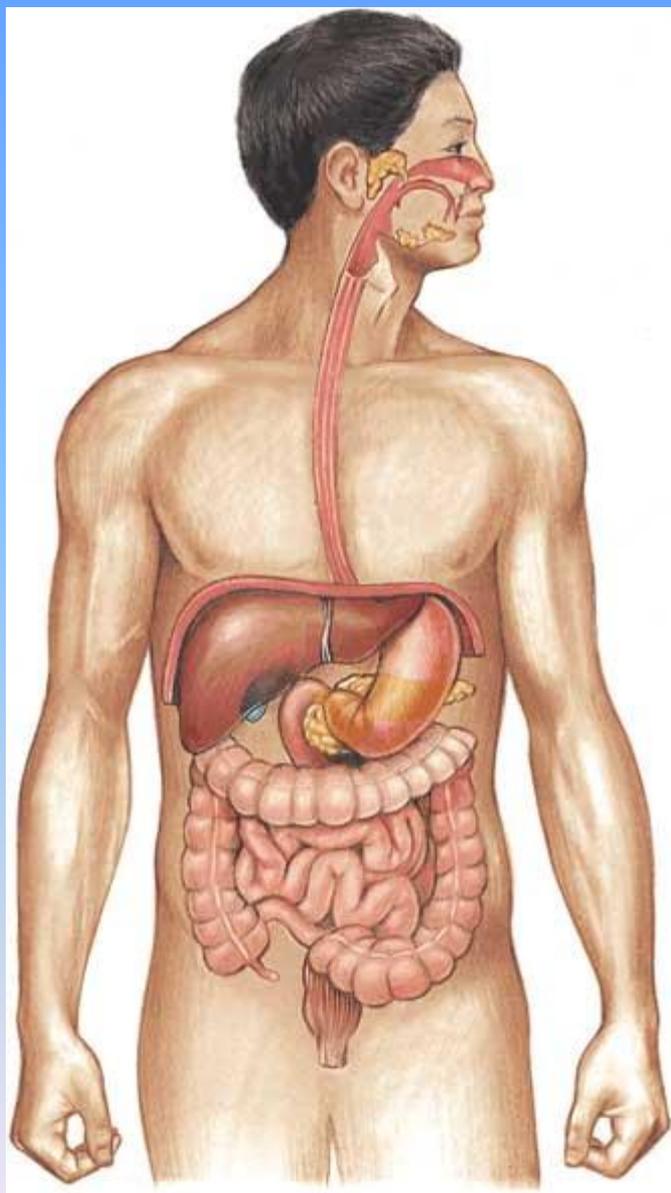
**Слюна** постоянно выделяется в небольшом количестве и смачивает пищу.

Попробуй, проглоти черствый хлеб. Все горло обдерешь. А если хлеб долго жевать, он хорошо смочится слюной и проглотить его будет нетрудно.

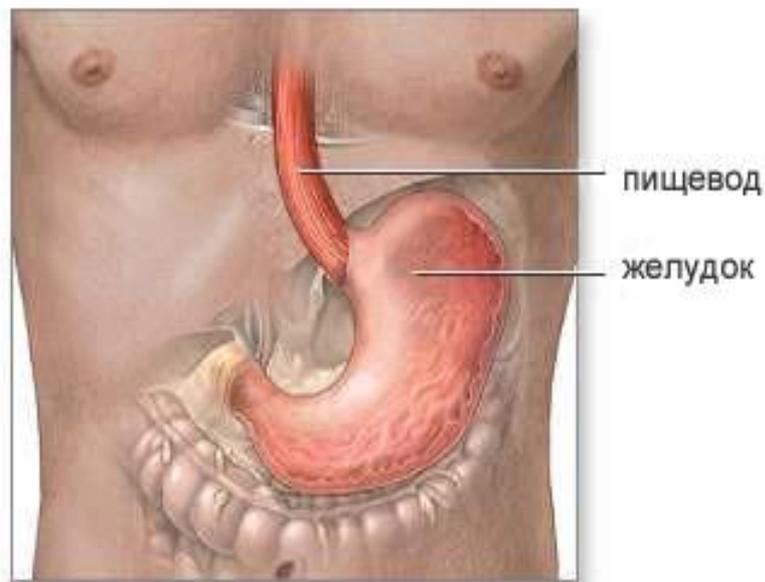


Говорят: все болезни вползают через рот.

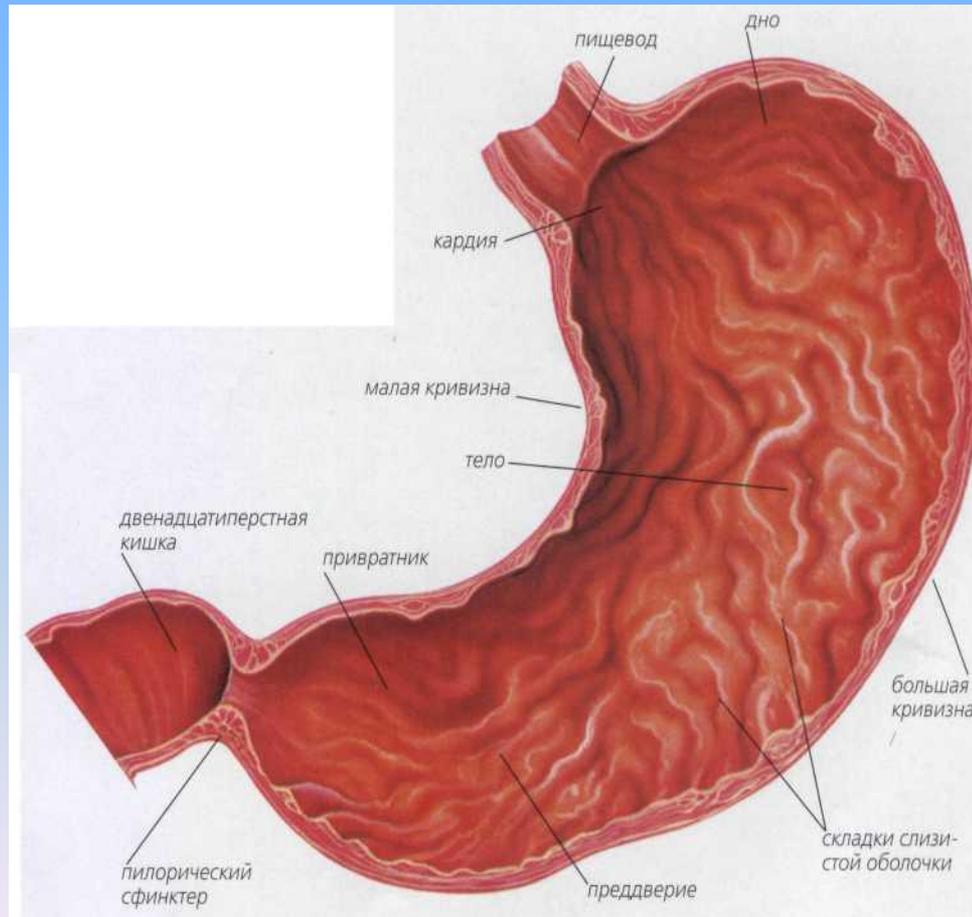
Поэтому нужно мыть руки перед едой и не забывать перед употреблением мыть фрукты и овощи!



После того, как пища превратилась в кашицу, она отправляется по **пищеводу** в маленькую пещерку - **желудок**.



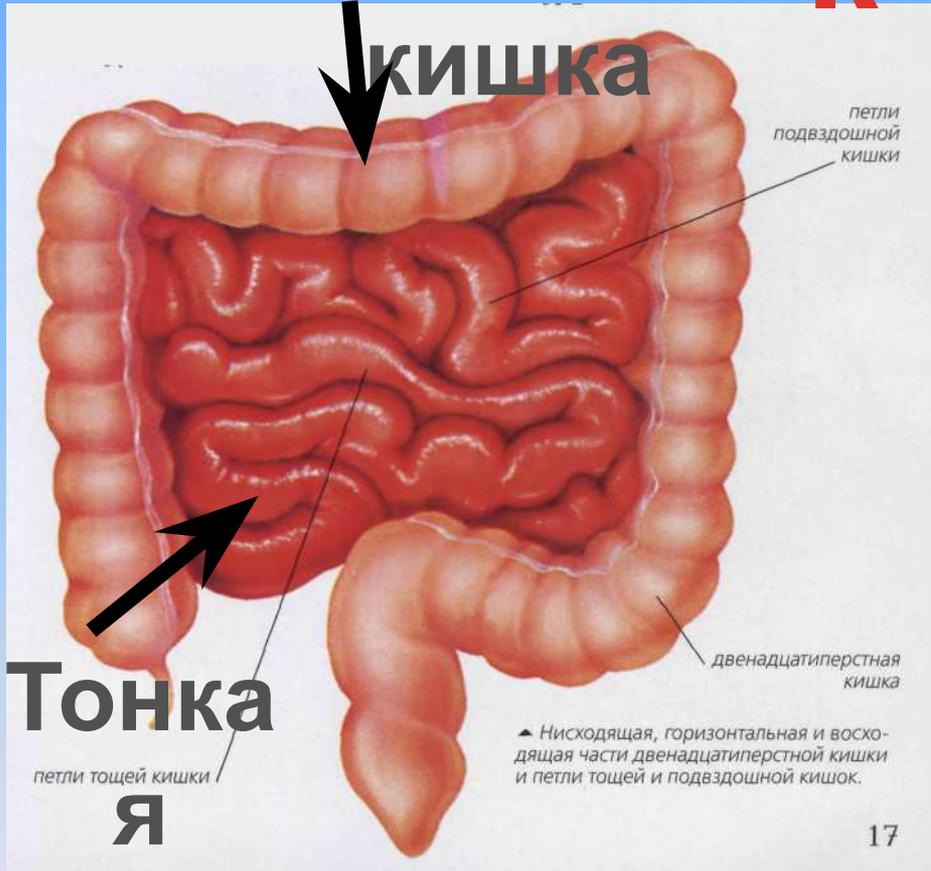
**Желудок** своими стенками мнет, растирает и перемешивает пропитанную желудочным соком пищу. Как будто варит ее. Вот и называется этот процесс **пищеварением** - варением пищи.



# Кишечни

Толстая  
кишка

К

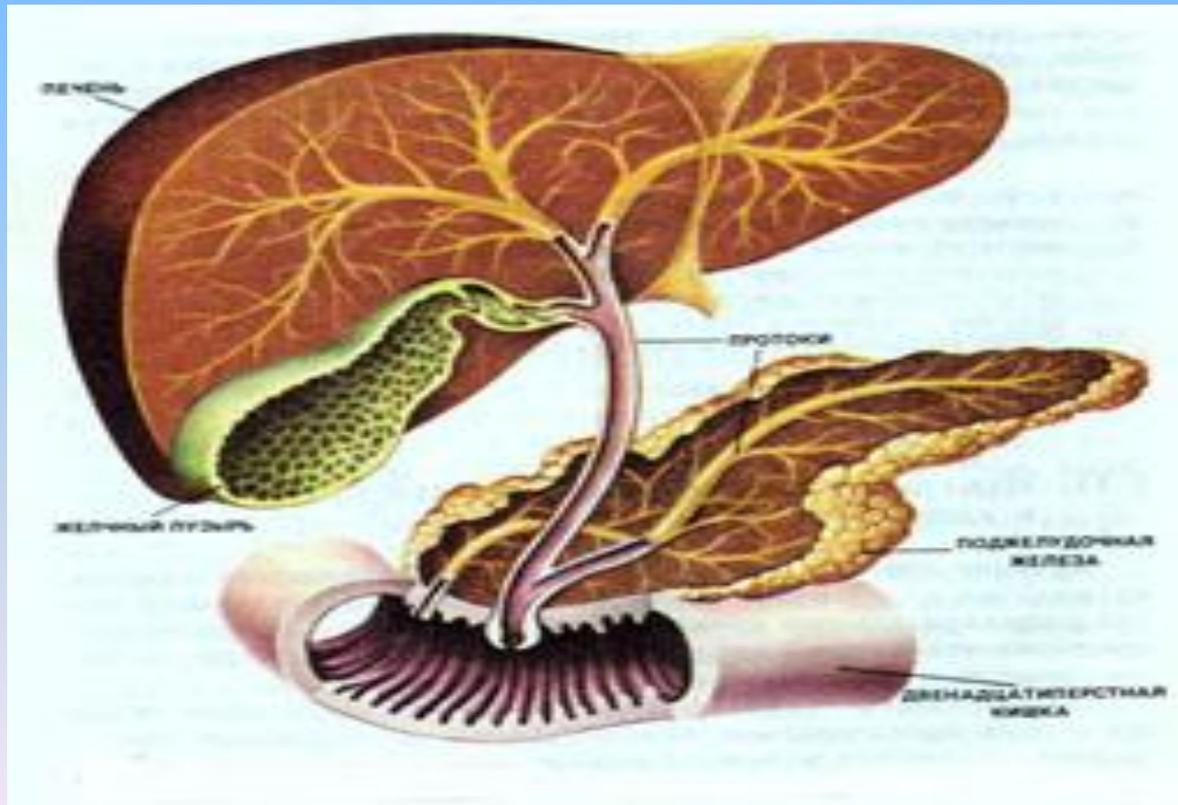


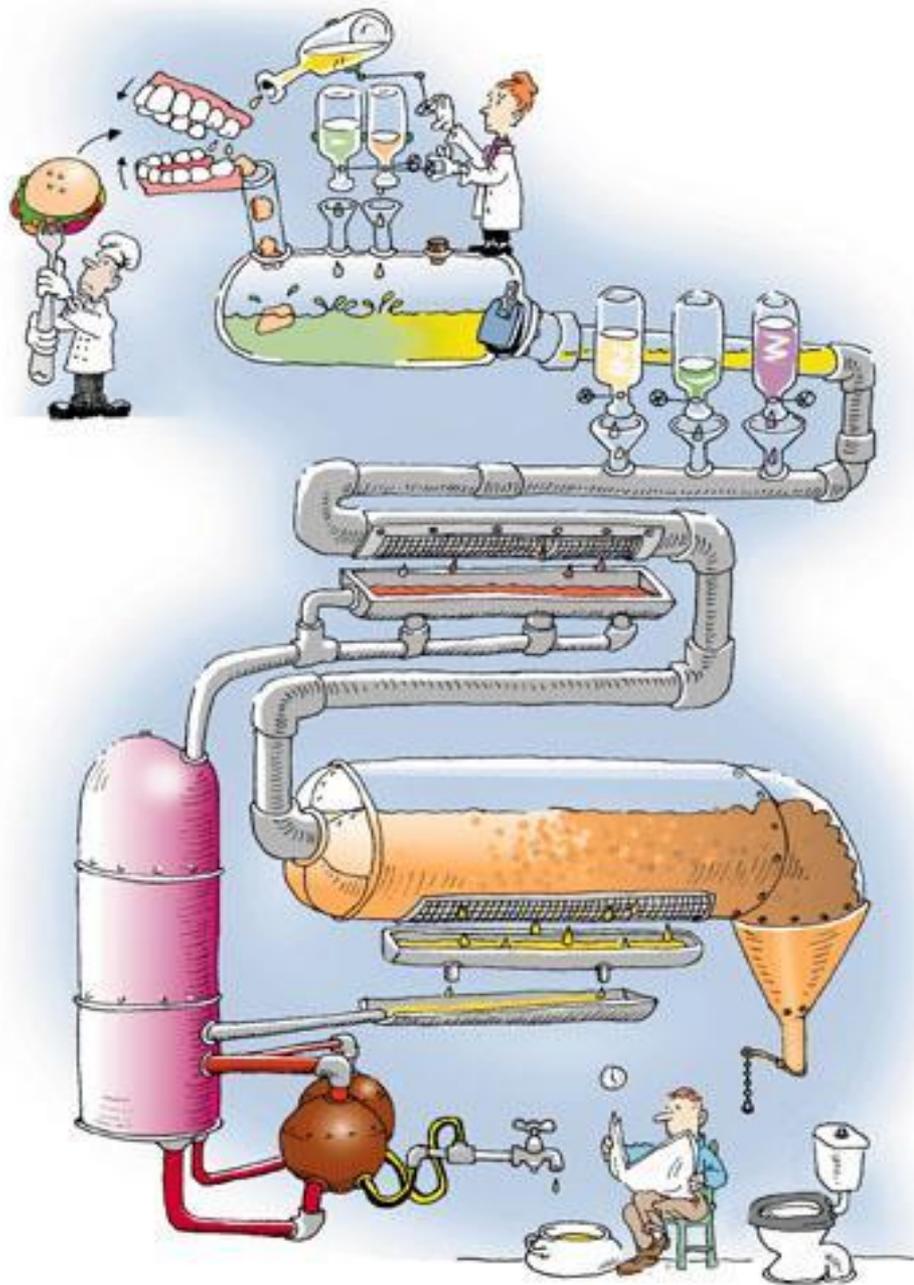
Тонкая  
Я

кишка

А дальше начинается длинный извилистый коридор кишечника. Он тянется почти на **восемь метров!** Но свёрнут он так плотно, что целиком помещается в животе. Только после того как пища пройдёт этот путь от начала до конца, она превратится в прозрачные растворы, которые может впитать в себя кровь и разнести по всему организму. Составит из толстой и

**ПЕЧЕНЬ** выделяет в тонкий кишечник особую жидкость, необходимую для пищеварения - **ЖЕЛЧЬ** (она растворяет **ЖИРЫ**).





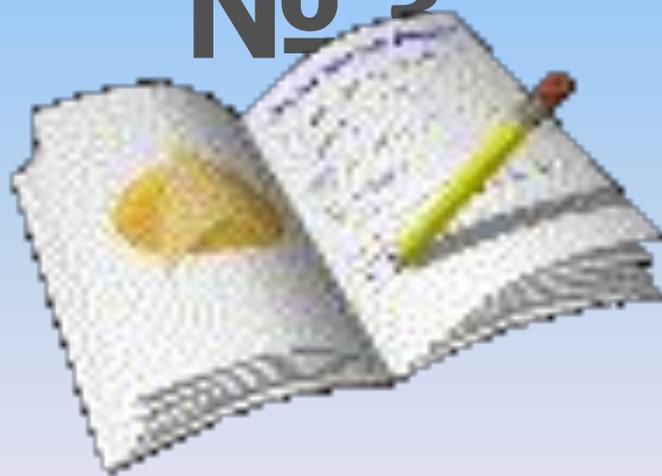
Наша фабрика-кухня  
справляется с пищей за  
5-6 часов.

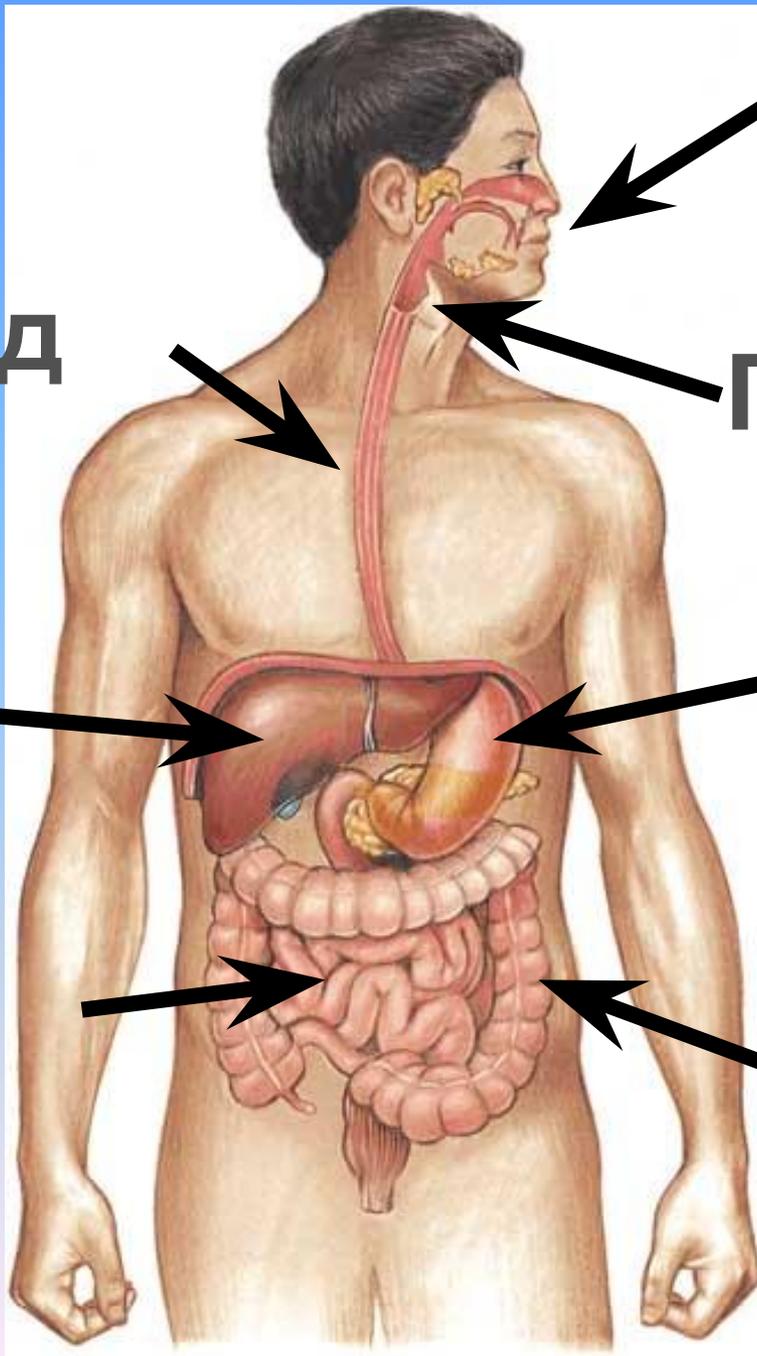
# Вспомнит

Работа! в ТПО

Стр. 62, задание

№ 2





**Ротовая  
полость**

**Глотка**

**Желудок**

**Толстая  
кишка**

**Пищевод**

**Печень**

**Тонкая  
кишка**

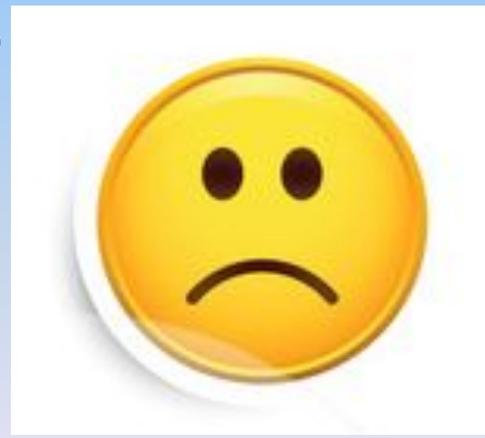


# Молодц

# ы!

Оцените свою

работу.



# Рефлексии



*Спасибо за  
внимание!*

**Д/З - СОСТАВИТЬ МЕНЮ  
ДЛЯ НЕЗНАЙКИ.**

## Использованная литература:

- учебник для 3 класса «Мир вокруг нас» А.А. Плешакова;
- рабочая тетрадь на печатной основе;
  - поурочный разработки к учебнику А.А, Плешаков – 3 класс
- Интернет страница – Википедия - [http://ru.wikipedia.org/wiki/Заглавная\\_страница](http://ru.wikipedia.org/wiki/Заглавная_страница)
- <http://images.yandex.ru/> - яндекс - картинки