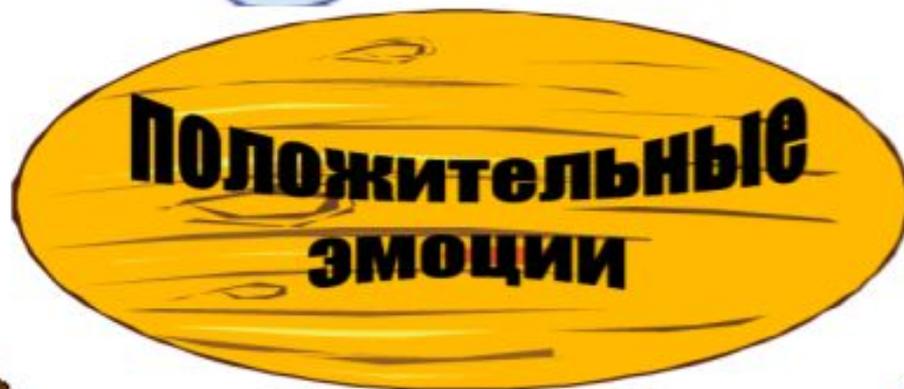
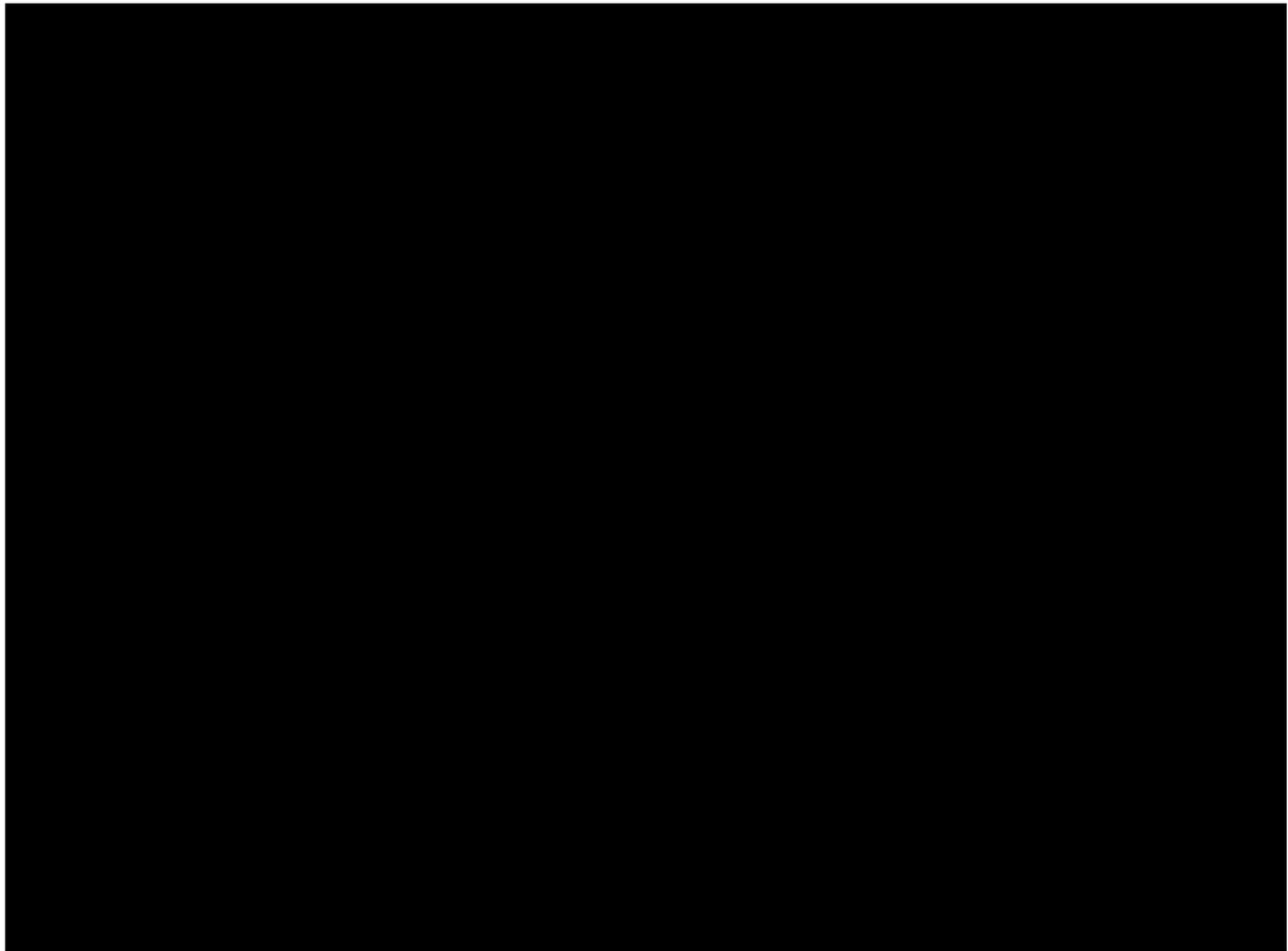


Тема урока: «Наше питание»



3 класс





Вкусные продукты

Полезные продукты

творог



выпечка



газвода



рыба



молоко



конфеты



фрукты



мясо



черный хлеб



чипсы



каша



кисель



Питательные вещества

```
graph TD; A[Питательные вещества] --> B[Белки]; A --> C[Жиры]; A --> D[Углеводы]; A --> E[Витамины]; B --> B1["\"Строительный материал\""]; C --> C1["Источник энергии, \"строительный материал\""]; D --> D1["Источник энергии"]; E --> E1["Сохранение и укрепление здоровья"];
```

Белки

"Строительный материал"

Жиры

Источник энергии,
"строительный материал"

Углеводы

Источник энергии

Витамины

Сохранение и укрепление здоровья

белки
"строительный
материал"



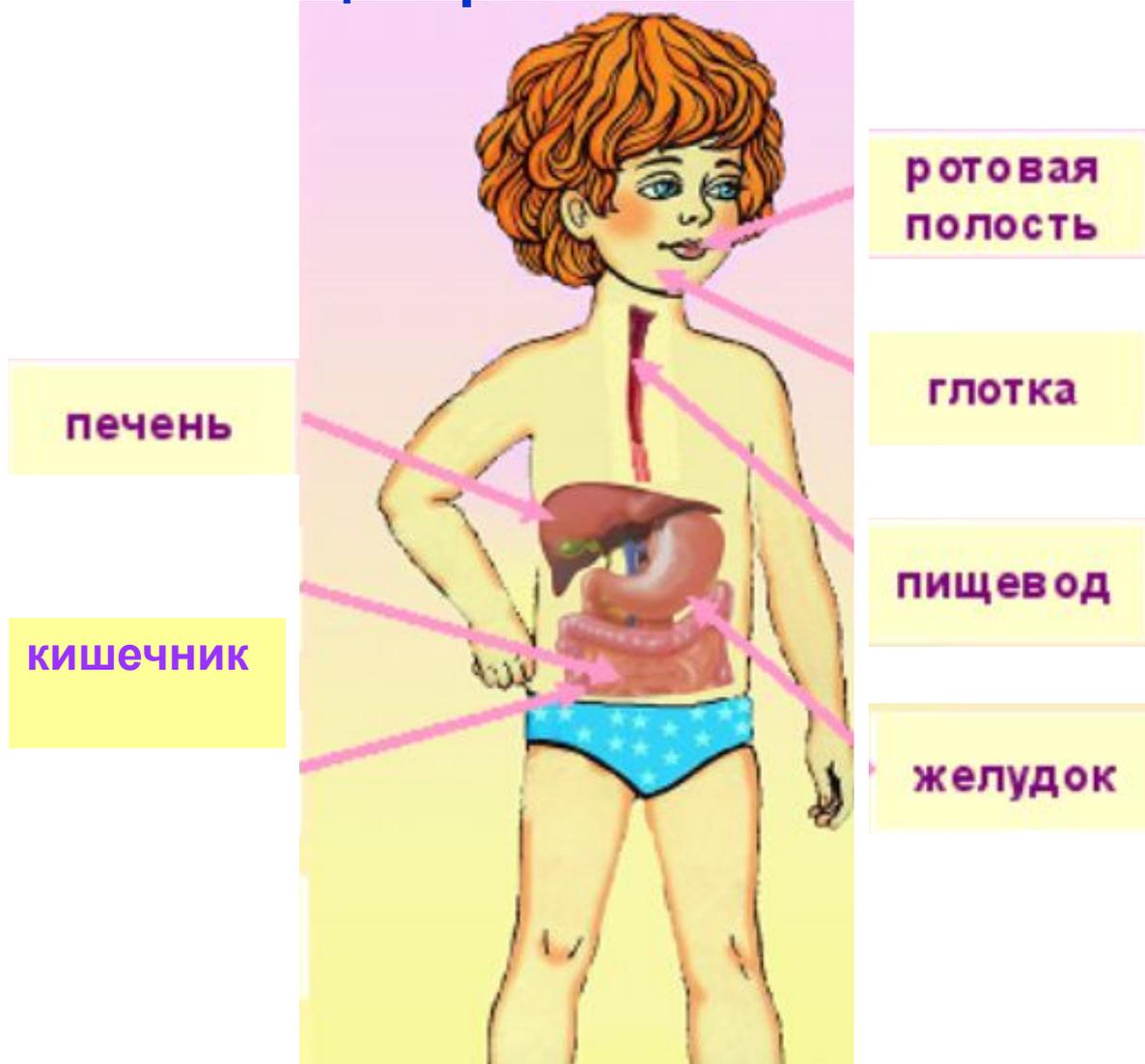
жиры
источник энергии
"строительный материал"



углеводы
источник энергии



Пищеварительная система



Тетрадь стр.79 №4

1. Ротовая полость.
2. Глотка.
3. Пищевод.
4. Желудок.
5. Кишечник.



- 1. Нужно стараться есть разнообразную пищу.**
- 2. В твоём рационе должно быть как можно больше булочек и сладостей.**
- 3. Не надо есть много жареного, копчёного, солёного, острого.**
- 4. Нужно стараться есть в одно и то же время.**
- 5. Перед ужином поешь плотно.**
- 6. Перед школой утром лучше поспи подольше. Ничего, что позавтракать не успел, зато выспался.**
- 7. Ужинать надо не позже, чем за 2 часа до сна.**

Я узнал...

Я понял

Было трудно...

Было интересно...

