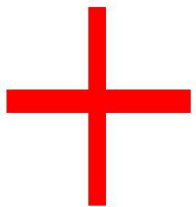
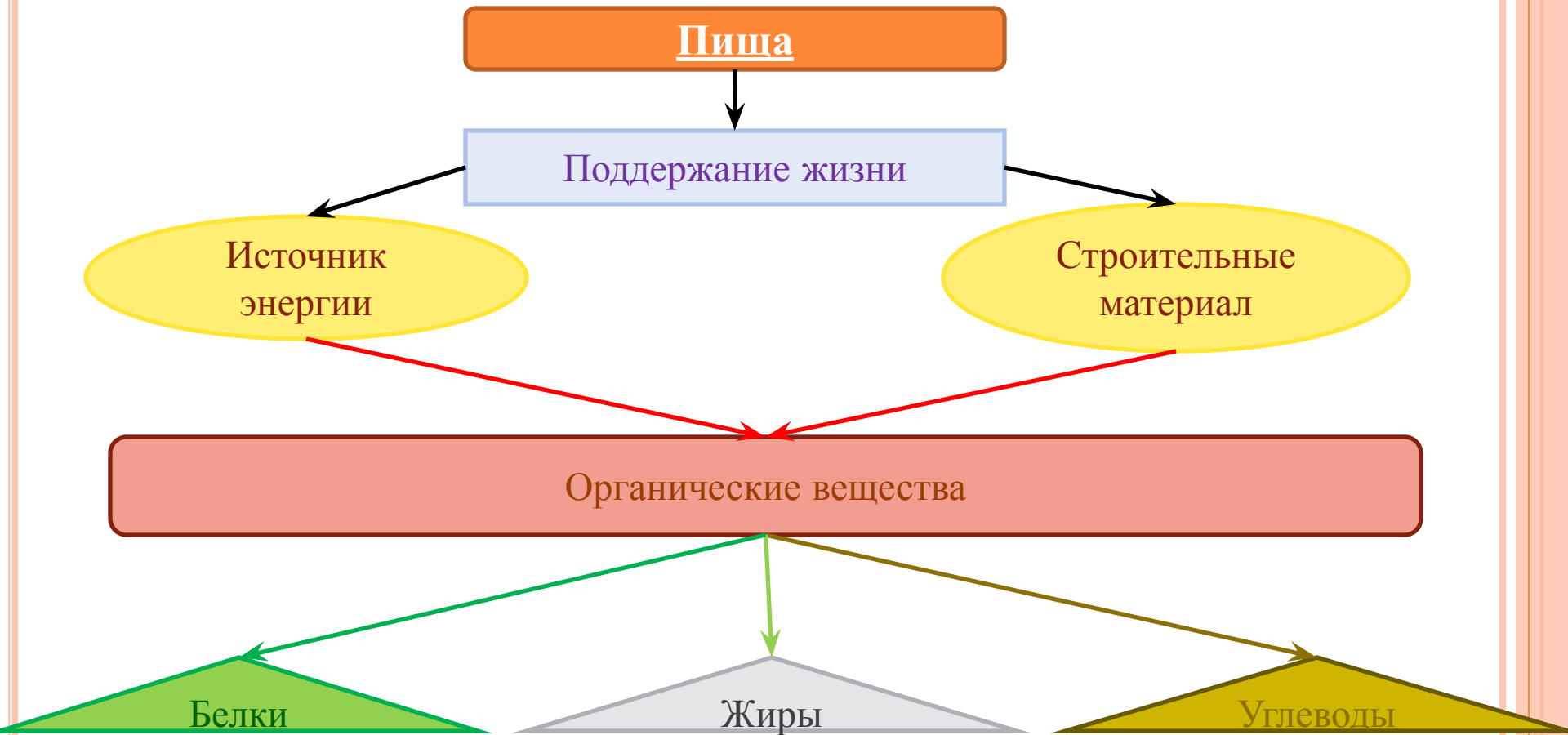




ПИТАНИЕ И ПИЩЕВАРЕНИЕ.

- * МОЖЕТ ЛИ ОРГАНИЗМ ОБОЙТИСЬ БЕЗ ПИЩИ?
- * ДЛЯ ЧЕГО НУЖНА ПИЩА ЖИВОМУ ОРГАНИЗМУ?



ФУНКЦИИ ПИЩИ

- *Снабжение организма пластическими веществами необходимыми для создания новых клеток*
- *Энергетическая- энергия выделяется при расщеплении сложных органических веществ, поступающих с пищей*
- *Снабжение организма биологически активными веществами- витаминами, минералами*

∞

Записываем



СОСТАВ ПИЩИ

Записываем

(питательные
вещества)

**Органические
вещества**

**Неорганические
вещества**



белки

жиры

углеводы

Минеральны

H₂O

е

соли



***МОГУТ ЛИ УСВАИВАТЬСЯ В ТОМ ВИДЕ, В КОТОРОМ ПОСТУПАЮТ С ПИЩЕЙ?**

Органические вещества

Белки

Жиры

Углеводы

Р а с щ е п л я ю т с я н а :

**Амино –
кислоты**

**1.Глицерин
И
2.Жирные
кислоты**

Глюкоза

Записываем

ЖИРЫ – природные органические соединения, источник энергии для организма



Записываем

Животные жиры – твердые при комнатной температуре (бараний, свиной, говяжий и др.)

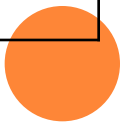
исключение- рыбий жир

Растительные жиры – масла (подсолнечное, льняное масло, хлопковое и др.)

исключение- кокосовое масло

ЗАПОЛНИТЬ ТАБЛИЦУ ИСПОЛЬЗУЯ ПРЕЗЕНТАЦИЮ!!!!!!!!!!

Вещества	Продукты де находятся	значение
Жиры		
Углеводы		
Белки		
Минеральные соли		
Вода		



ЖИРЫ

**Яйца, слив. масло, живот.
сало, рыбий жир, растит.
масло, молоко и др.**



Жиры

1. **Используется как запасное вещество и строительный материал => структурно-пластическая функция.**
2. **При окислении выделяют энергию => энергетическая функция.**
3. **При распаде жиров выделяется много воды => поддержание водного обмена.**
4. **Выделяемые кожными сальными железами жиры делают кожу мягкой => теплоизоляционная функция.**
5. **Жиры предохраняют важные органы от сотрясений => защитная функция.**
6. **Производные жиров используются в работе синапсов; жиры входят в состав клеточных мембран => регуляторная функция.**



УГЛЕВОДЫ

- Составляют значительную часть растительной пищи, являются *источником энергии*. Делятся на: моносахариды (сладкие на вкус), полисахариды (крахмал, клетчатка) не сладкие на вкус.




УГЛЕВОДЫ

**Картофель, мука, фрукты,
ягоды, различные крупы и
др.**



Углеводы

- 1. Продукты распада углеводов всасываются кишечными ворсинками и направляются в печень => структурно-пластическая функция.**
 - 2. Головной мозг не может функционировать, если к нему в качестве энергетического материала не поступит глюкоза, которая является источником энергии => источник энергии.**
 - 3. Углеводы взаимодействуют в печени со многими ядовитыми соединениями, переводя их в безвредные, легкорастворимые вещества => защитная функция.**
- 

БЕЛКИ

**Мясо, птица, рыба,
яйца, молоко, горох,
орехи и др..**



Белки

Высокомолекулярные, сложные органические вещества – полимеры. Мономерами белков являются аминокислоты. Индивидуальны для каждой особи.

- Строительная функция (белки входят в состав различных органелл клетки);
- Каталитическая (ферменты- белки);
- Энергетическая (могут распадаться с высвобождением энергии);
- Защитная (Антитела – белки.
- Двигательная (сократительные волокна состоят из белков).
- Транспортная (белки-переносчики для разных веществ).



*ЕСТЬ ЛИ ЕЩЁ НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ОРГАНИЗМА ДРУГИЕ ВЕЩЕСТВА КРОМЕ ОРГАНИЧЕСКИХ?

Неорганические вещества

Вода



Минеральные соли



Витамины



МИНЕРАЛЬНЫЕ СОЛИ

Хлеб, яйцо, мясо,
крупы, овощи



Минеральные соли

Необходимы для поддержания кислотно-щелочного равновесия в клетках тела и во внутренней среде организма.

Вода

Поддержание определённого баланса между поступающей и выделяемой водой. Сохранение водно-солевого равновесия.



**ВСЕ ОРГАНИЧЕСКИЕ И НЕОРГАНИЧЕСКИЕ ВЕЩЕСТВА
ПОСТУПАЮЩИЕ В ОРГАНИЗМ С ПИЩЕЙ НАЗЫВАЮТСЯ
ПИТАТЕЛЬНЫЕ ВЕЩЕСТВА. ОНИ СОДЕРЖАТСЯ В ПРОДУКТАХ
ПИТАНИЯ.**

Питательные вещества –

это жизненно необходимые составные части пищи, используемые организмом как пластический материал для построения живого вещества клеток и служащие источником энергии, необходимой для его жизнедеятельности.

Записываем



*ЧТО ТАКОЕ ПИЩЕВАРЕНИЕ?



Пищеварение –

сложный физиологический процесс, в ходе которого пища, поступающая в организм, подвергается химическим и физическим изменениям и всасывается в кровь или лимфу.

Записываем





**Благодарю
за
Сотрудничество !**

