

# Витамины

Разработал учитель биологии  
Бавун-оол С Д



## Цель урока:

- Познакомить учащихся с витаминами, значением витаминов; содержания их в продуктах питания; роль витаминов в обмене веществ. Их связь с ферментами.



# Задачи урока

- Задачи урока: формировать умения самостоятельно получить нужную информацию; логически мыслить, выяснить значение и функции витаминов.
- Развивать познавательный интерес через ИКТ.
- Воспитать самостоятельность, культуру учебного труда.



# Методические рекомендации:

- На этом уроке вводится понятие о витаминах, авитаминозе, гиповитаминозе, гипервитаминозе. Значение витаминов для нормального обмена веществ и жизнедеятельности организма .
- В ходе объяснения нового материала, учащиеся посмотрят электронный учебник «Витамины». Затем работают над тестом и выполняют интерактивные задание. В конце урока самостоятельно заполняют таблицу как закрепление изученного материала. И сами делают выводы.



# Ход урока:

- **Опрос. (фронтальный)**
- - Что называют обменом веществ?
- - Какие вещества и через какие органы поступают в организм?
- - Какие вещества удаляются и через какие органы?
- - Что такое пластический обмен?
- - Что такое энергетический обмен ?
- - - Изучение нового материала: Просмотр электронного учебника «Витамины». Затем работа над тестовым заданием и интерактивные задания по изученной теме.
- Закрепление знаний: Самостоятельное заполнение таблицы.
- Домашнее задание: Изучить текст учебника и прочитать с166-167.



# Витамины

Жирорастворимы  
е  
А ,Д ,Е ,К

Водорастворимые  
В -1,В -2,В -6,В  
-12,РР ,С и др .

# Работа с новыми понятиями

- Авитаминоз – заболевание, связанное с отсутствием в пище хотя бы одного из витаминов.
- Гиповитаминоз – ограниченное поступление витаминов в организм вследствие неправильного питания или нарушение всасывания витаминов из-за болезни желудочно-кишечного тракта.
- Гипервитаминоз – избыточное поступление витаминов, наблюдаемое при бесконтрольном приеме синтетических витаминных препаратов.



# Выводы:

- Из этого урока мы узнали, что;
- - витамины необходимые вещества для нормального обмена веществ и жизнедеятельности организма.
- - познакомились функциями витаминов и проявлениями авитаминоза.
- - значениями витаминов.
- - узнали в каких продуктах содержится витамины и о болезнях развивающихся при недостатке витаминов.



# Домашнее задание

- Изучить текст учебника и прочитать с166-167.

