

Тема урока : «Витамины»

Цель: Сформировать общее представление о витаминах, познакомить с их классификацией, представителями и значением, на основе межпредметных связей с биологией на примере важнейших представителей водо-и жирорастворимых витаминов изучить их влияние на процессы жизнедеятельности

Ход урока:

I. Изучение нового материала:

Прочитайте параграф 29 стр.241-248

Витамины – низкомолекулярные органические соединения различной химической природы, катализаторы, биорегуляторы процессов, протекающих в живом организме.

Устно ответьте на вопросы:

- 1) Когда и кем были открыты витамины?
- 2) Какие бывают витамины?
- 3) Работа с таблицей №10 стр. 243 «Суточная потребность человека витаминов». Проанализируйте колонки таблицы.

Вывод: витамины необходимы организму в ничтожных (по сравнению с другими питательными веществами) количествах.

- 4) Как поступают витамины в организм?
- 5) Витамины в продуктах питания
- 6) Отсутствие или недостаток витаминов в организме приводит к заболеваниям: авитаминозам, гиповитаминозам, гипервитаминозам

Заполните таблицу:

Название витамина	Функции	Симптомы авитаминоза и гиповитаминоза	Суточная норма	Источник витамина для организма