

Тема урока: « Витаминy – чудесные вещества»

Задачи урока:

1. Образовательные.

- Сформировать представление о витаминах как биологически активных веществах клетки, об их влиянии на обменные процессы;
- познакомить с понятием “авитаминоз” и его последствиями;
- сориентировать учащихся на продукты, содержащие наибольшее количество определённых витаминов;

2.Развивающие. Продолжить:

- развитие навыков самостоятельной работы с учебником и дополнительной литературой;
- развитие умений применять полученные знания на практике;
- определять личностную значимость темы для каждого ученика.

3. Воспитательные.

- Показать приоритет отечественной науки в открытии витаминов;
- развивать критическое мышление и интеллектуальные способности учащихся.
- продолжить воспитание и стремление учащихся к правильному и здоровому образу жизни;

Оборудование: учебник Д.В. Колесова, рабочая тетрадь к учебнику Д. В.Колесова, компьютер и мультимедиа для демонстрации слайдов, гербарии, карточки-домино.

Тип урока: урок изучения и первичного закрепления новых знаний.

Ход урока:

1. Организационный момент

2.Изучение новой темы

Учитель. Для жизни необходимы белки, жиры, углеводы, минеральные соли и вода.

В1881г. Русский врач Н. И. Луниh произвел опыты над двумя группами мышей. Одних он кормил натуральным молоком, а других - искусственной смесью, куда входили белки, жиры, углеводы, соли и вода в тех же пропорциях, что и в молоке. Животные второй группы вскоре погибли. Опыты Н. И. Лунина были повторены в России, Швейцарии, Англии, Америке. Результаты неизменно были те же, правильность и точность опыта подтвердилась.

Но как объяснить результаты такого опыта? Почему погибли мыши, вскормленные искусственной пищей?

Н. И. Лунин решил, что в пище есть еще какое-то незаменимое вещество, необходимое для поддержания жизни.

1912г.-польский ученый К. Функ выделил из рисовых отрубей активное вещество и назвал его «витамин»(от лат. *vita* — **жизнь** и...**амин**).

Витамины – биологически активные вещества, синтезирующиеся в организме или поступающие с пищей, которые в малых количествах необходимы для нормального обмена веществ и жизнедеятельности организма

Почему же так велико влияние витаминов на обмен веществ?

Ферменты- это белки, которые образуются клетками и тканями нашего организма.

Витамины входят в состав почти всех ферментов и вместе с ними являются ускорителями процессов обмена веществ. В отличие от ферментов, витамины не могут синтезироваться в организме человека, они поступают в организм с пищей. Лишь некоторые витамины вырабатываются бактериями, живущими в нашем кишечнике.

Все витамины делятся на две большие группы – растворимые в воде и растворимые в жирах. Водорастворимые витамины - это витамины группы В, С, а жирорастворимые- А,Д,Е. При длительном недополучении организмом какого- либо витамина возникает заболевание- авитаминоз. Если организм все- таки получает витамин, но не достаточно, то возникающее заболевание называется гиповитаминоз. Бывают и случаи гипervитаминоза – заболевания, связанного передозировкой витаминов

Ребята! Чтобы полученные на уроке знания прочно усвоились вами, в ходе урока предлагаю заполнить таблицу в рабочей тетради

Название витамина	Функции	Симптомы авитаминоза и гиповитаминоза	Источники витамина для организма

Учитель. Сегодня мы познакомимся с азбукой чудесной здоровья, а состоит она из букв латинского алфавита, которыми обозначают различные витамины. Итак, вашему вниманию предлагается первая страница нашего журнала «Жизненно необходимые».

Страница первая: «Жизненно необходимые»

Выступает группа учащихся, подготовившая небольшие сообщения об основных витаминах

(А, Д, В, С), истории их открытия, функции, признаках гипо –и авитаминозах, заболеваниях, вызванных их недостатком в организме, источниках витаминов для организма.

Учитель. *Страница вторая: «Лесные целители».*

Выступления данной группы школьников рассказывают о растениях, содержащих несколько витаминов: шиповнике, сосне, крапиве двудомной пастушьей сумке и др. Свои рассказы учащиеся сопровождают демонстрацией гербариев растений.

Учитель. Следующая страница нашего журнала «Азбука витаминов»- кулинарная.

Страница третья: кулинарная.

Подготовившиеся учащиеся рассказывают о правилах приготовления пищи, при которых обеспечивается наиболее полное сохранение витаминов

Учитель. В заключении нашего журнала я еще раз хочу подчеркнуть роль витаминов в жизнедеятельности нашего организма, повышении сопротивляемости его к инфекционным заболеваниям. Если вы хотите, чтобы у вас были хорошая реакция, отличное самочувствие и крепкое здоровье на долгие годы, дружите с витаминами, ешьте побольше овощей, фруктов и ягод.

Организуется обсуждение результатов заполнения таблицы.

3.Закрепление изученного материала

Игра «Витаминное домино»

4.Домашнее задание: Учебник Д. В. Колесова §37. Работа с терминами. Составить кроссворд на тему «Витамины»

5.Литература

- Биология.Человек.8 кл.:учеб.для общеобразоват.учреждений / Д.В. Колесов,Р.Д.Маш ,И.Н Беляев – 9е- изд.,стереотип.-М.:Дрофа,2008. – 332.
- Резанова Е.А.,Антонова И.П.,Резанов А.А., Биология человека.В таблицах и схемах.-М. «Издат-школа 2000»,1999 г.-208с.
- Пепеляева О. В. Поурочные разработки «Биология.Челов», Д.В. Колесова-М.:ВАКО,2005.- ;416с.
- Рабочая тетрадь на печатной основе

Интернет ресурсы :

- <http://school-collection.edu.ru>
- <http://images.yandex.ru/>
- <http://www.vit-amin.ru>
- <http://ru.wikipedia.org>