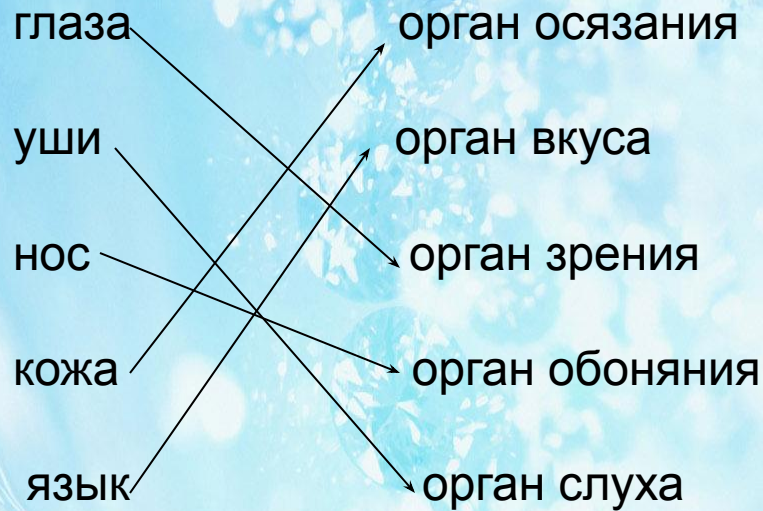


Опора тела и движение

Урок по окружающему миру
в 3 «Б» классе
ГБОУ СОШ с.Васильевка
подготовила Сладкова М.Г.

Проверка домашнего задания

1. Соедини стрелками.



2. Сколько органов чувств ты знаешь? 5

3. Как называется наука, изучающая строение тела человека?
анатомия

4. Какое значение имеет кожа?

Защищает от повреждений, от жары и холода, от болезнетворных бактерий

Опора тела и движение

СКЕЛЕТ



МЫШЦЫ

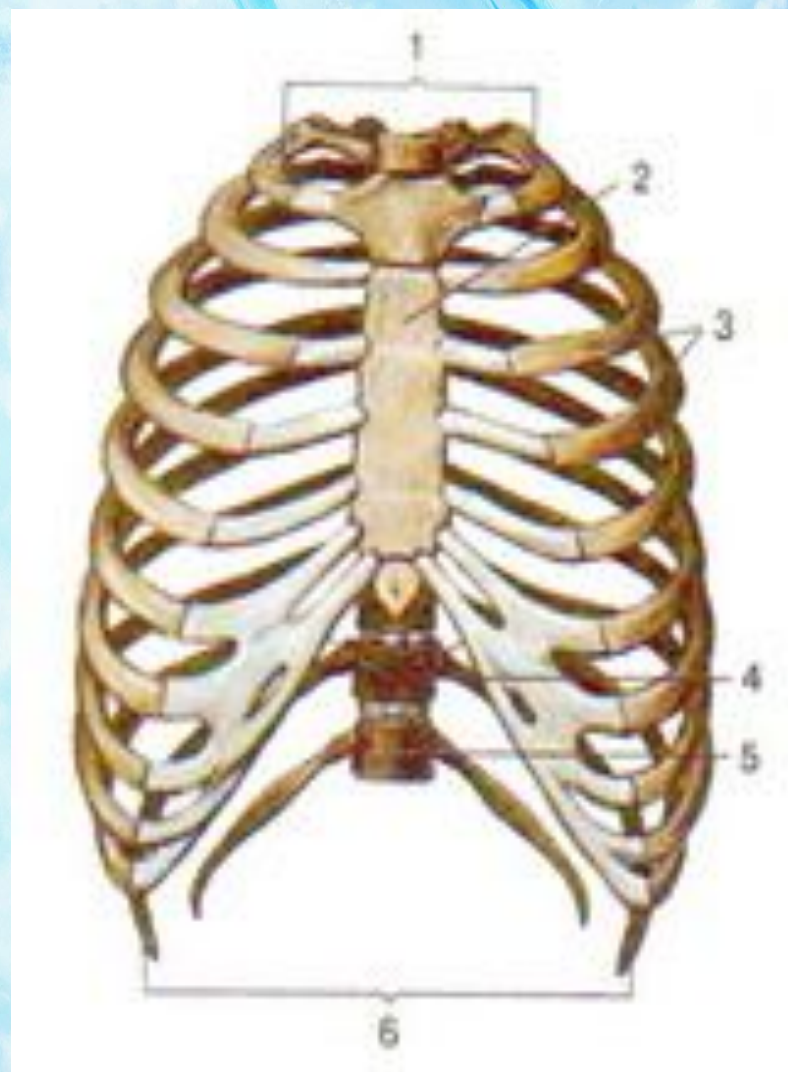
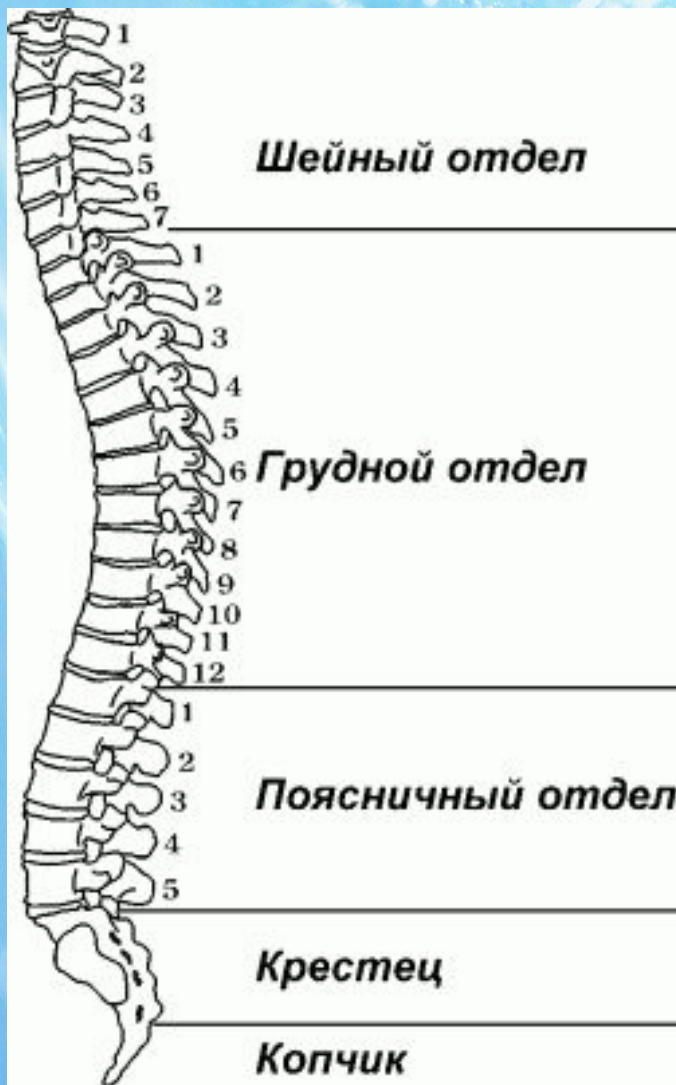


**ОПОРНО-
ДВИГАТЕЛЬНАЯ
СИСТЕМА**





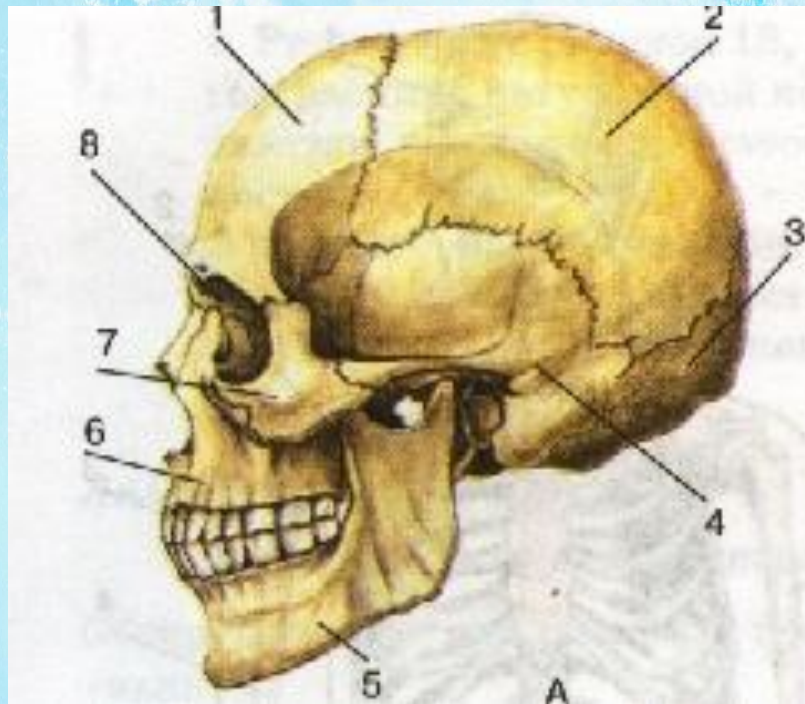
Строение позвоночника и ребер



Строение верхних и нижних конечностей



Строение черепа





1. Не прыгайте неожиданно на своих товарищей.

2. Не бейте друг друга по голове.

3. Не выкручивайте друг другу руки.

4. Не ставьте подножки.

ФИЗМИНУТКА

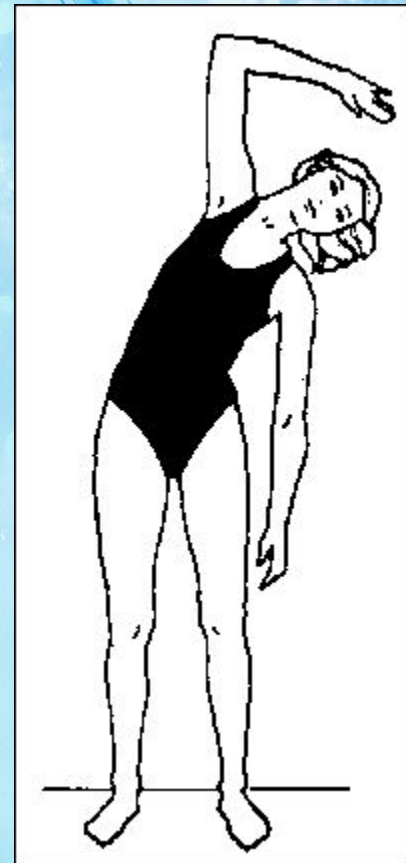
Вы, наверное, все устали?
Ну, тогда все дружно встали.

Физминутку проведем,
Спинки наши разомнем
Ножками потопали,
Ручками похлопали.

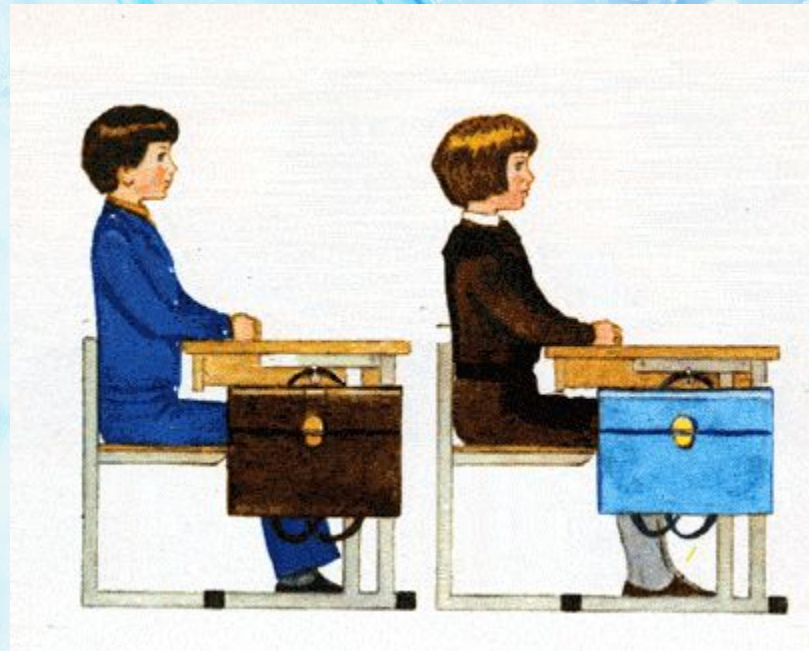
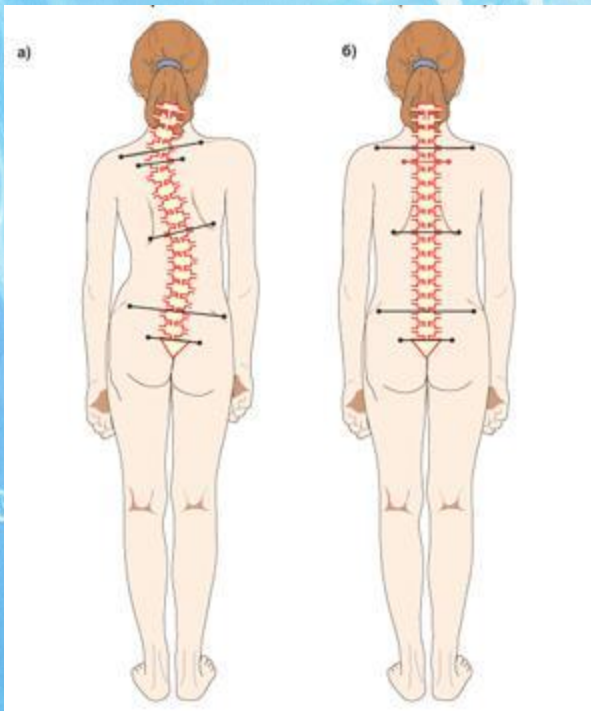
Покрутились. Повертелись
и за парты все уселись.

Глазки крепко закрываем,
дружно до 5-ти считаем.

Открываем, поморгаем
и работать продолжаем.



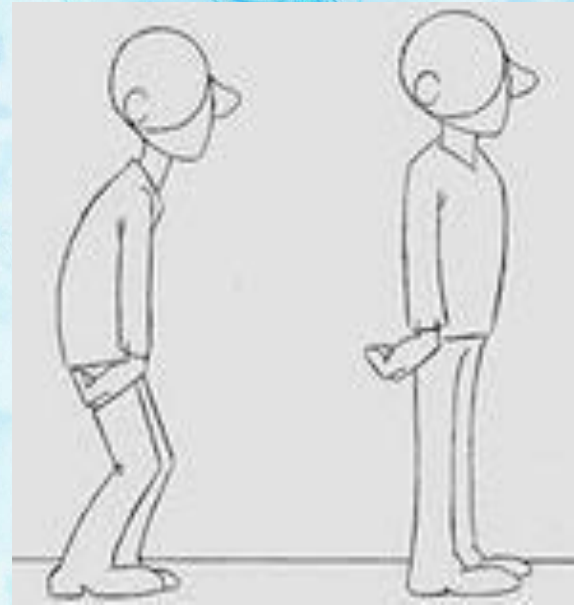
Осанка



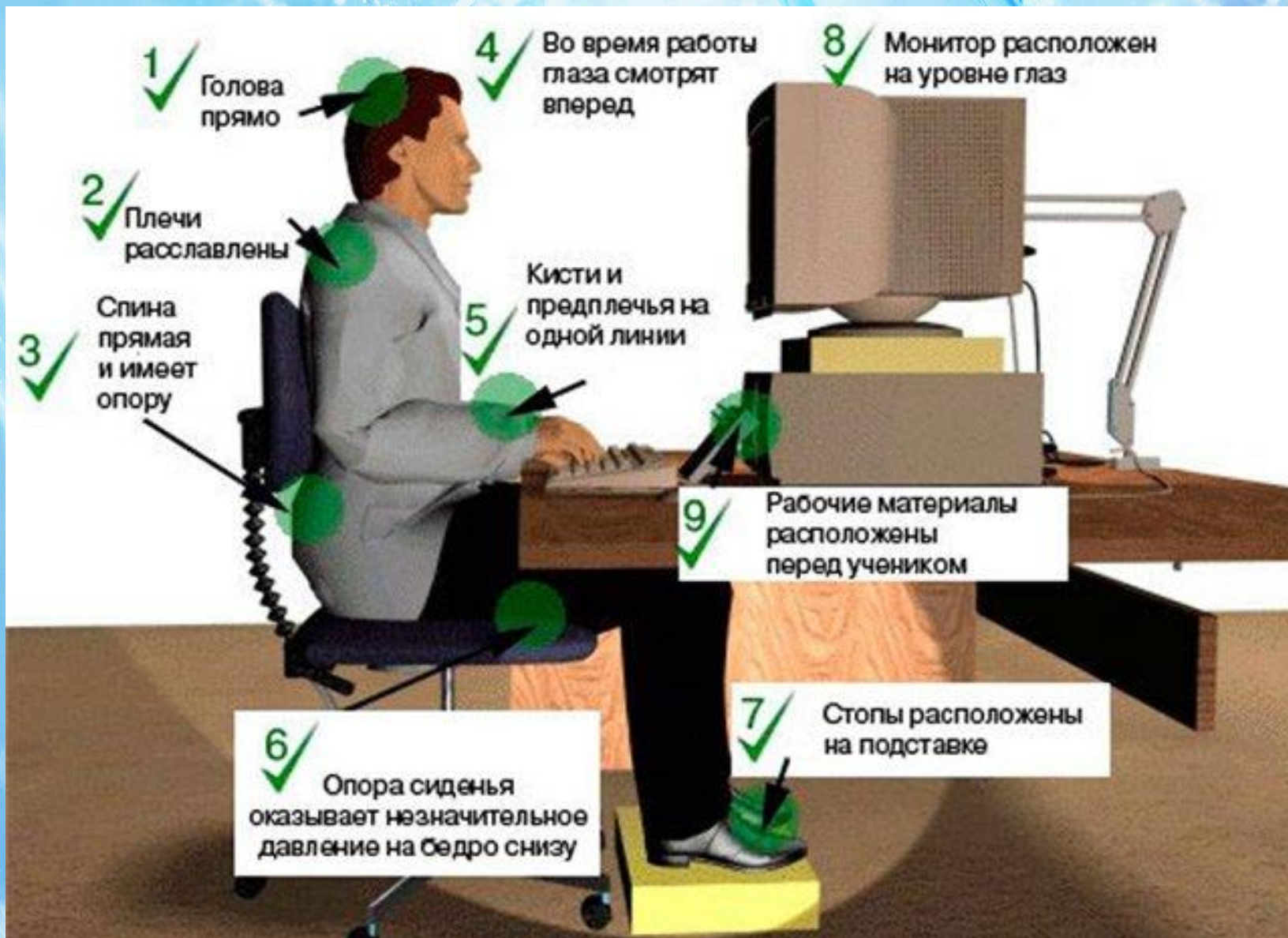
Правила выработки правильной осанки



- Сиди прямо, голову лишь слегка наклонив
- Расстояние между грудью и столом должно быть равно ширине ладони
- Ноги ставь полной ступней на стол

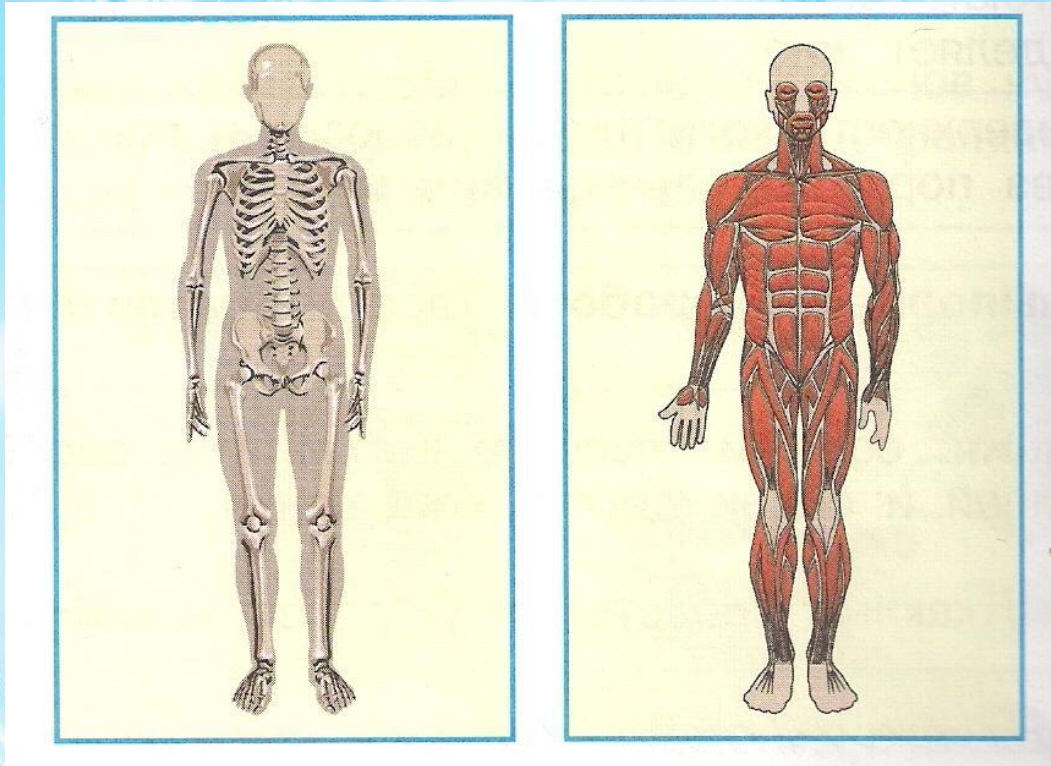


Как правильно сидеть за компьютером



Работа в тетради

Подпиши изображённые на рисунке части опорно-двигательной системы человека



СКЕЛЕТ

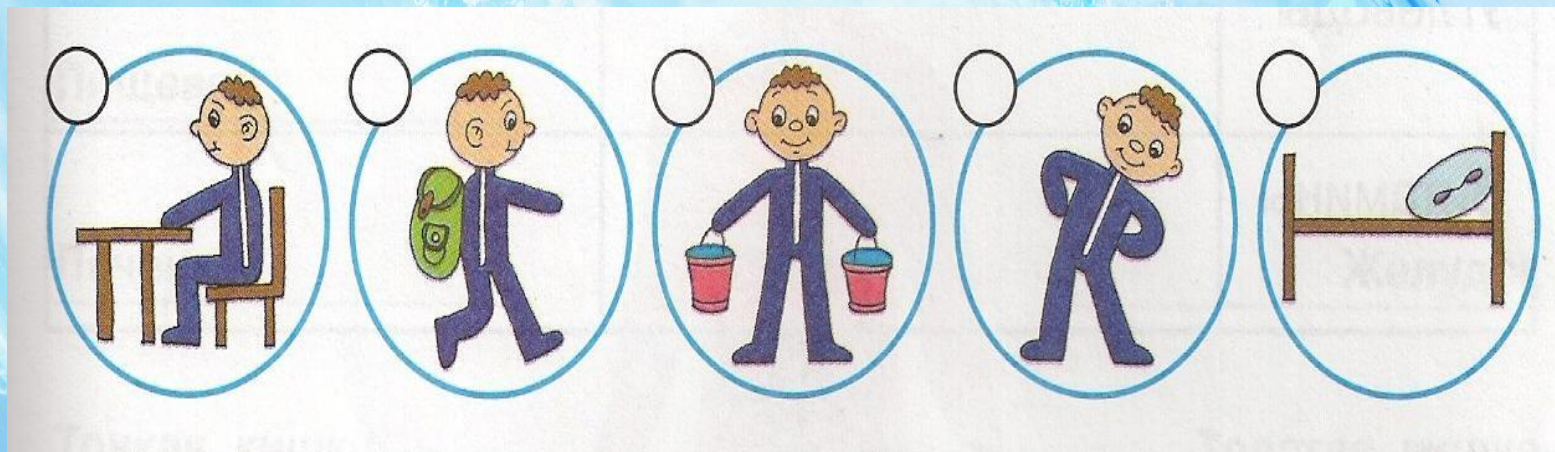
МЫШЦЫ

Используя информацию из учебника, впиши цифровые данные в текст

Скелет и мышцы

Опорно - двигательная система состоит из скелета и мышц. В скелете человека более 200 костей. Количество различных мышц в теле человека ещё больше: 650. При ходьбе используется 200 мышц. Для того чтобы наморщить лоб, нам требуется 43 мышцы, а для того чтобы улыбнуться, - 17 мышц.

Папа Серёжи и Нади нарисовал для вас эти условные знаки. Расскажи с их помощью, как выработать правильную осанку.



Отметь, какие правила ты выполняешь.

СТОПА
КОПЧИК
РЕБРО
ЛОПАТКА
ПРЕДПЛЕЧЬЕ
КОСТИ

ЧЕРЕП
ГОЛЕНЬ
ПЛЕЧО
ОПОРА
ПОЗВОНОЧНИК
ПЕРЕЛОМ
КИСТЬ
ОСАНКА

