

ABC

Окружающий мир



Девиз урока:

Думать – коллективно!

Решать – оперативно!

Отвечать – доказательно!

Бороться – старательно!

И открытия нас ждут
обязательно!



Начни свой день с улыбки!



- Ребята, а что нужно человеку, чтобы быть всегда в хорошем настроении, в хорошей форме?



Тема урока:



Тема урока: Расти здоровым



Раздел №3

ЧЕЛОВЕК РАЗУМНЫЙ -ЧАСТЬ ПРИРОДЫ

Цель урока:



- 1. Узнать, какие правила надо соблюдать, чтобы расти здоровыми?*
- 2. Узнать, что такое экология?*
- 3. Выяснить, от кого зависит здоровье человека?*
- 4. Выяснить, от кого зависит успех человека?*

Цель урока:



- 1. Узнать, какие правила надо соблюдать, чтобы расти здоровыми?**
- 2. Узнать, что такое экология?**
- 3. Выяснить, от кого зависит здоровье человека?**
- 4. Выяснить, от кого зависит успех человека?**

От чего зависит здоровье человека?



ФОРМУЛА



Рассмотрите схему «Здоровье человека» в учебнике. От чего зависит здоровье человека?





?

**искусственное
освещение**

?

**ТЕПЛО
тёплая одежда**

ЗДОРОВЬЕ

СВЕЖИЙ

?

проветривание

**ЧИСТАЯ ?
кипячение**

?





Проверьте!

СВЕТ

искусственное
освещение

питание

ТЕПЛО

тёплая одежда

ЗДОРОВЬЕ

СВЕЖИЙ

ВОЗДУХ

проветривание

ЧИСТАЯ ВОДА

кипячение

режим



Домашнее задание

НАРИСОВАТЬ РИСУНОК, ЧТО
ТАКОЕ ЗОЖ



ЗДОРОВЬЕ ЭТО ЗДОРОВО!

Чистый
воздух



Регулярный
день



Правильное
питание



Хорошее
настроение



**Раз, два, три, четыре, пять,
Начинаем отдыхать!
Спинку бодро разогнули,
Ручки кверху потянули!
Раз и два, присесть и
встать,
Чтобы отдохнуть опять.
Раз и два вперед нагнуться,
Раз и два назад прогнуться.
Вот и стали мы сильнеей,

Здоровей и веселей!**



1 группа – 1 правило
2 группа – 2 правило
3 группа – 3 правило
4 группа – 4 правило



Правило №1



Промокнув или вспотев, сразу же переодевайся в (**сухое**, мокрое).

Просушивай (**мокрую**, сухую) одежду и обувь.

Если ты переутеплишься, то можешь (**перегреться**, замерзнуть). Это опасно.

Самые тёплые одежда и обувь бесполезны и даже вредны, если (**промокли**, высохли). Сохнущие на тебе вещи действуют так же, как (**морозильник**, **холодильник**).

На прогулку выходи,
Свежим воздухом дыши.
Только помни при уходе:
Одеваться по погоде!



Писаревская Т.П., БСОШ№1 Баган

Правило №2.



Рабочее место должно быть правильно (**освещено**, приготовлено). Помимо настольной лампы включай (нижний, **верхний**) свет. Следи за тем, чтобы не (**загораживать**, выключать) свет.

Когда страницы правильно освещены, твои глаза (больше, **меньше**) устают. Так ты сохраняешь (осанку, **зрение**).

KR
BY



Зарядка для глаз







Правило №3.

На время проветривания (не выходи, **выходи**) из комнаты.

Когда в помещении душно, твоему организму не хватает (**кислорода**, углекислого газа) у тебя начинает болеть (шея, **голова**).

Поток свежего воздуха может стать (**опасным**, не опасным) сквозняком, если задержаться на его пути. Вовремя (не закрывай, **прикрывай**) окно.

Проветри комнату до начала занятий.





Правило №4.

Пей только (грязную, **чистую**) воду. Вода – это (окислитель, **растворитель**).

В ней могут быть (полезные, **вредные**) для здоровья соли. А ещё в сырой воде много опасных (**микробов**, веществ).

Холодная вода – одна из причин (ожогов, **простуды**).





Сегодня на уроке

Я узнал...

Мне понравилось

...

Мне было
интересно ...

Мне было
трудно ...





**ЗДОРОВЫМ
БЫТЬ ЗДОРОВО!**

