

Можно ли поставить тряпичных кукол?

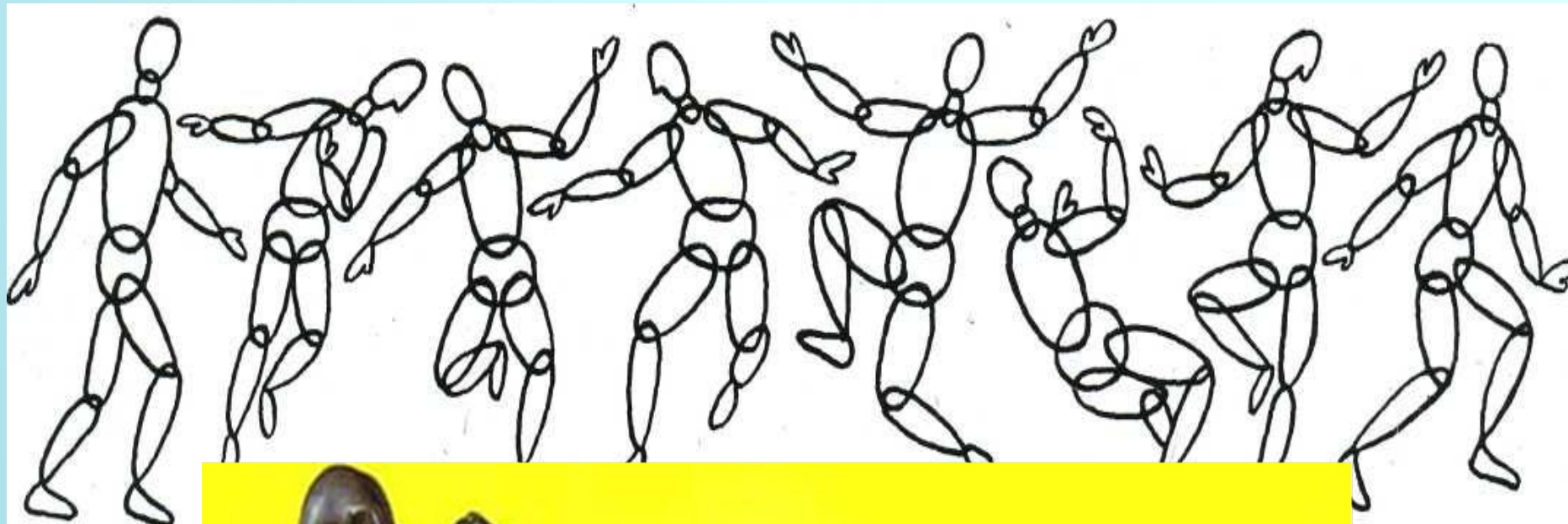




Почему тряпичная кукла падает и требует опоры, а человек может выполнять различные движения и не падать?

**Цель урока:
узнать роль скелета и
мышц в жизни человека**

ТЕМА урока : «Опора тела и движение»



О чём мы узнаем на уроке

- **Узнаем, что такое скелет, из каких частей он состоит;**
- **Выясним, для чего служит каждая часть и весь скелет полностью;**
- **Узнаем, что приводит скелет в движение;**
- **Выясним, как связаны скелет, мышцы и наше здоровье.**

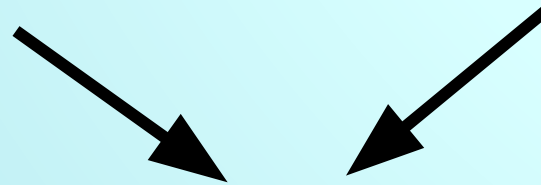
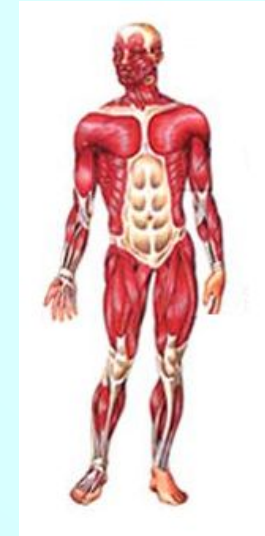


«СКЕЛЕТ»
произошло от
греческого
слова
«СКЕЛЕТΟΣ»-
ВЫСОХШИЙ.



СКЕЛЕТ

МЫШЦЫ



ОПОРНО- ДВИГАТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА

Правила выработки хорошей осанки.

- -Выполнять разные упражнения по укреплению мышц туловища.
- -Правильно сидеть за столом, партой, не горбиться.
- -При переносе тяжести нужно равномерно нагружать руки.
- -Спать на жесткой постели с невысокой подушкой.
- -Сидеть с выпрямленной спиной, избегать неудобных поз.
- -Каждый день смотреть на себя в зеркало, которая подскажет, какая у вас осанка

Одному мудрецу задали вопрос:
**«Что для человека важнее-
богатство или слава?»**

Он ответил:

**«Ни то, ни другое, а
здоровье. Здоровый
нищий счастливее
больного короля».**



**СПАСИБО,
ДОРОГИЕ ДЕТИ,
ЗА УРОК!!!**