

**Можно ли поставить тряпичных кукол?**

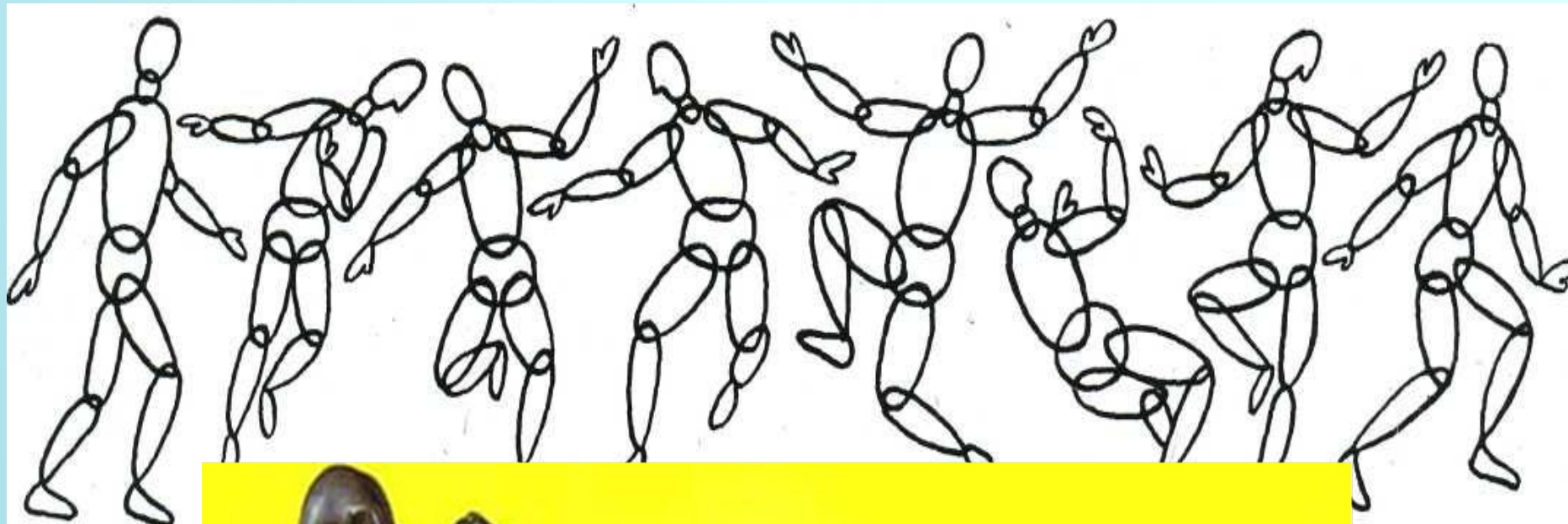




**Почему тряпичная кукла падает и требует опоры, а человек может выполнять различные движения и не падать?**

**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.**

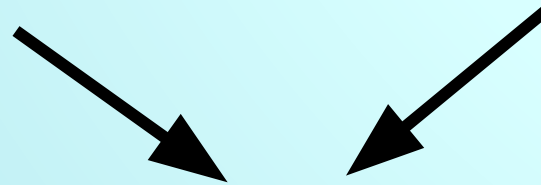
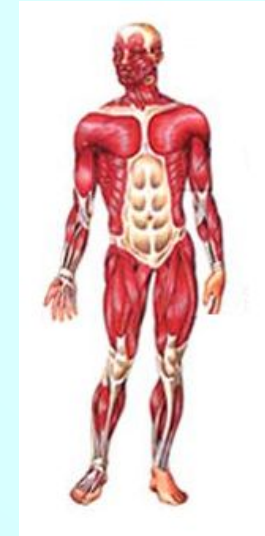


**«СКЕЛЕТ»**  
произошло от  
греческого  
слова  
**«СКЕЛЕТΟΣ»-**  
**ВЫСОХШИЙ.**



# 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!!!**