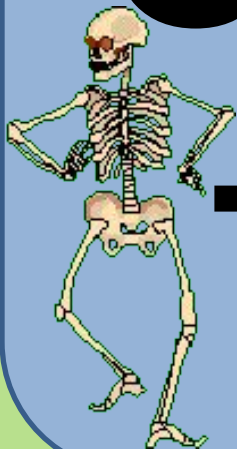


Опора тела



www.HelloCrazy.com



Скелет
головы

Скелет
верхних
конечностей

Скелет
туловища

Скелет нижних
конечностей

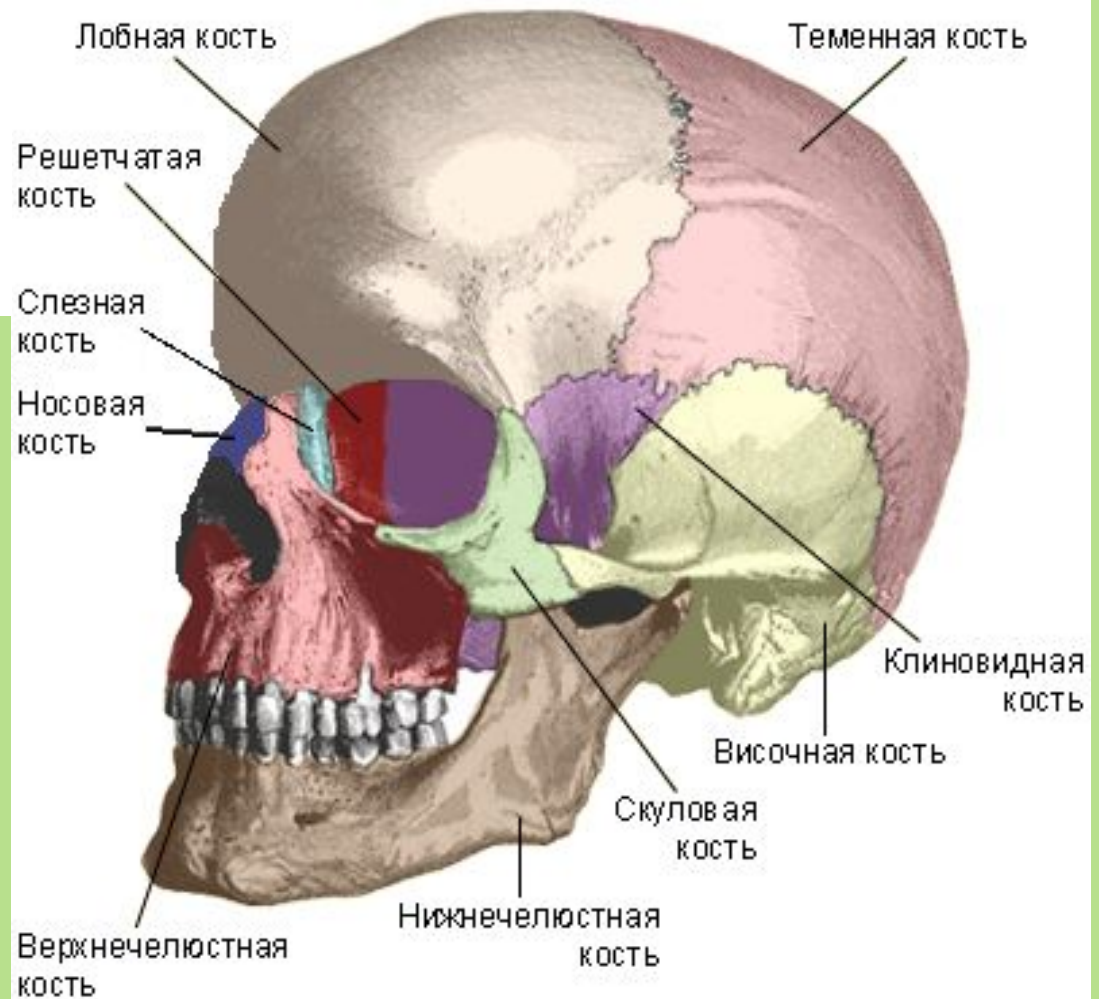


Скелет головы

Неподвиж
ое



Подвижное

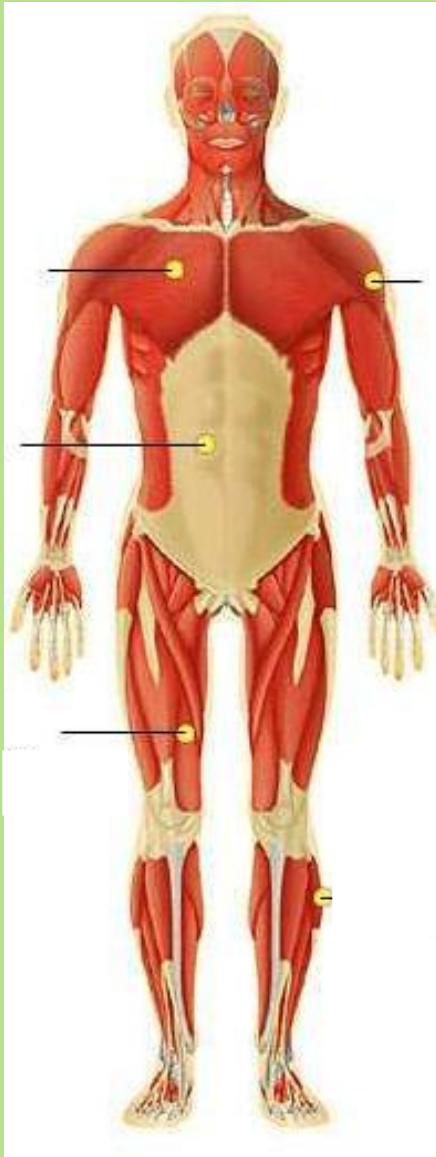


Скелет туловища



позвоночник + грудная клетка





Мышцы прикрепляются к скелету и заставляют его двигаться по команде мозга. Без мышц все кости были бы неподвижны. Мы подпрыгиваем, переворачиваемся, размахиваем руками, крутим головой, шевелим пальцами, щуримся и поем. И всё это – работа мышц.

СКЕЛЕТ

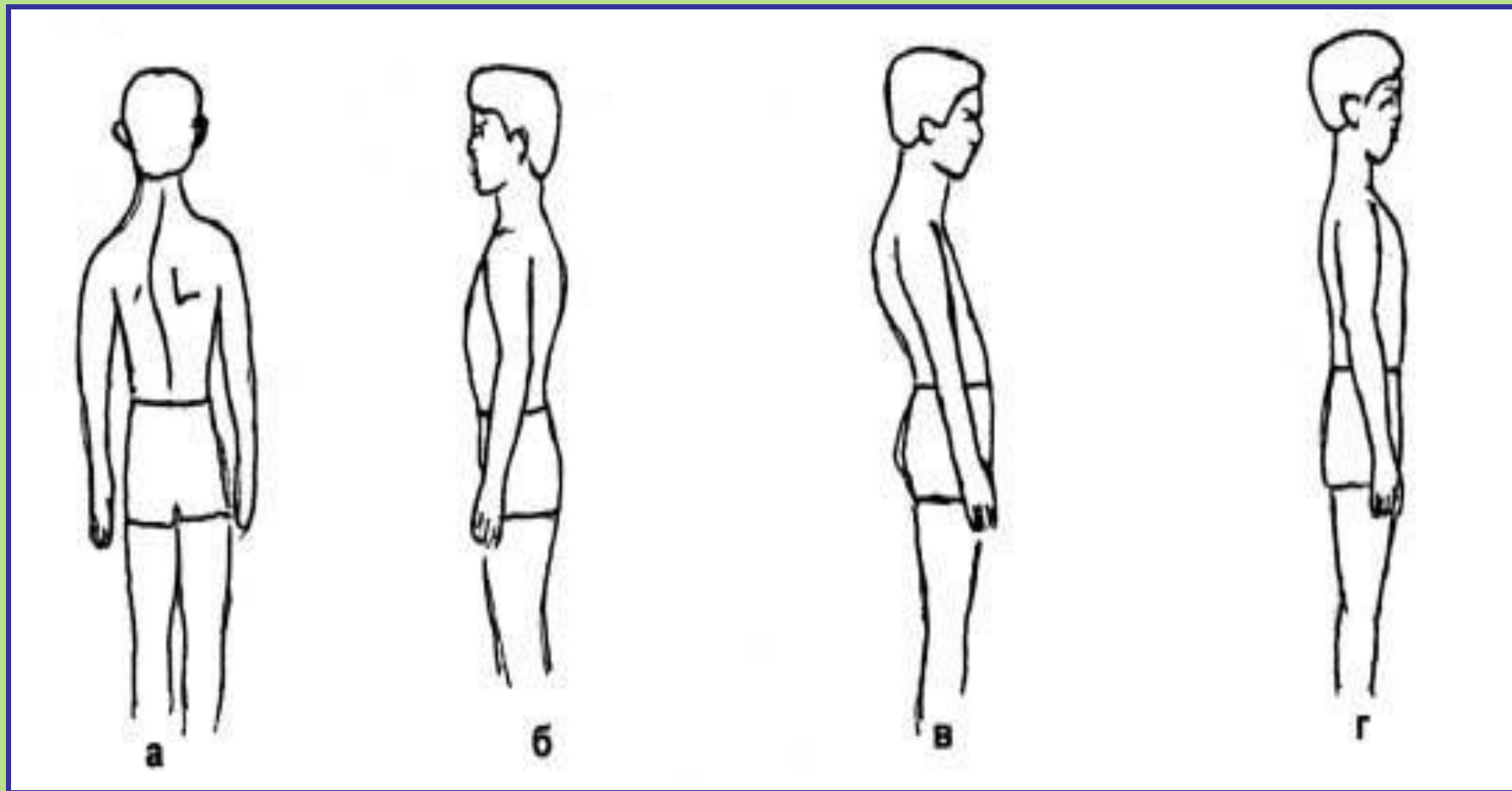


МЫШЦЫ



**ОПОРНО-
ДВИГАТЕЛЬНАЯ
СИСТЕМА**

Осанка – это правильное положение тела при стоянии, ходьбе и сидении.



сколиоз

лордоз

кифоз

правильная осанка

8 причин иметь правильную осанку

- 1. Чем красивее спина, тем увереннее личность**
- 2. Дыхание становится легким и более глубоким**
- 3. Улучшается дыхание и пищеварение**
- 4. Вы выглядите более стройными и молодыми**
- 5. Голос будет казаться лучше**
- 6. Помогает мышцам и суставам**
- 7. Улучшается мышление**
- 8. Здоровый позвоночник**

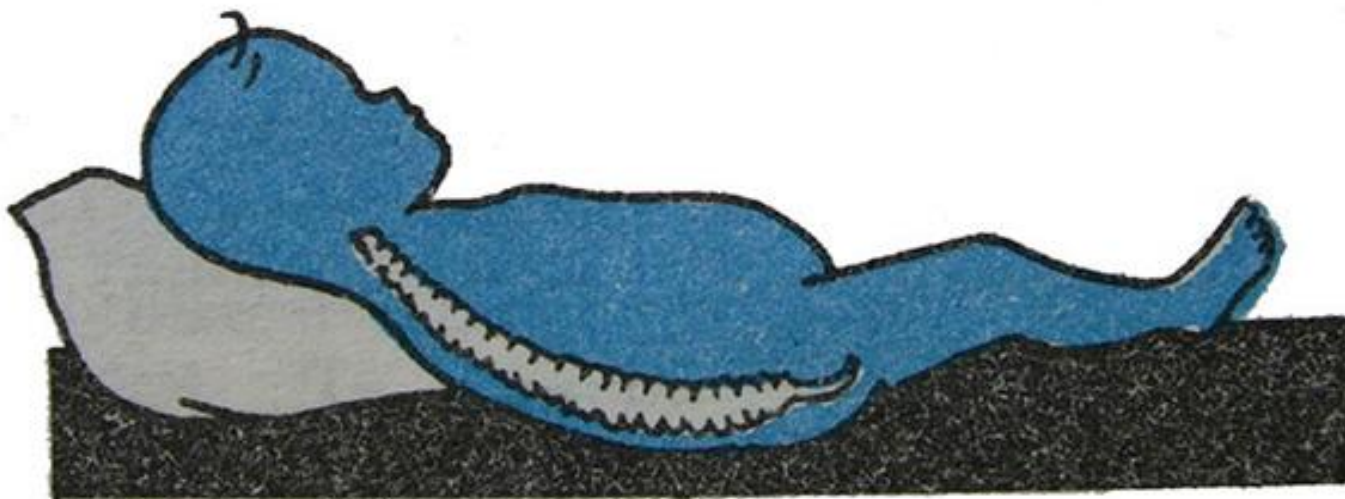
Советы по охране осанки



Советы по охране осанки



правильно
(ровный твердый матрас и отсутствие подушки)



неправильно (мягкий матрас и подушка)



Правила посадки за СТОЛОМ





Ну что,
проверим,
как ты
усвоил
материал?



«ПРОВЕРЬ СЕБЯ»

1

2

3

4

5

6

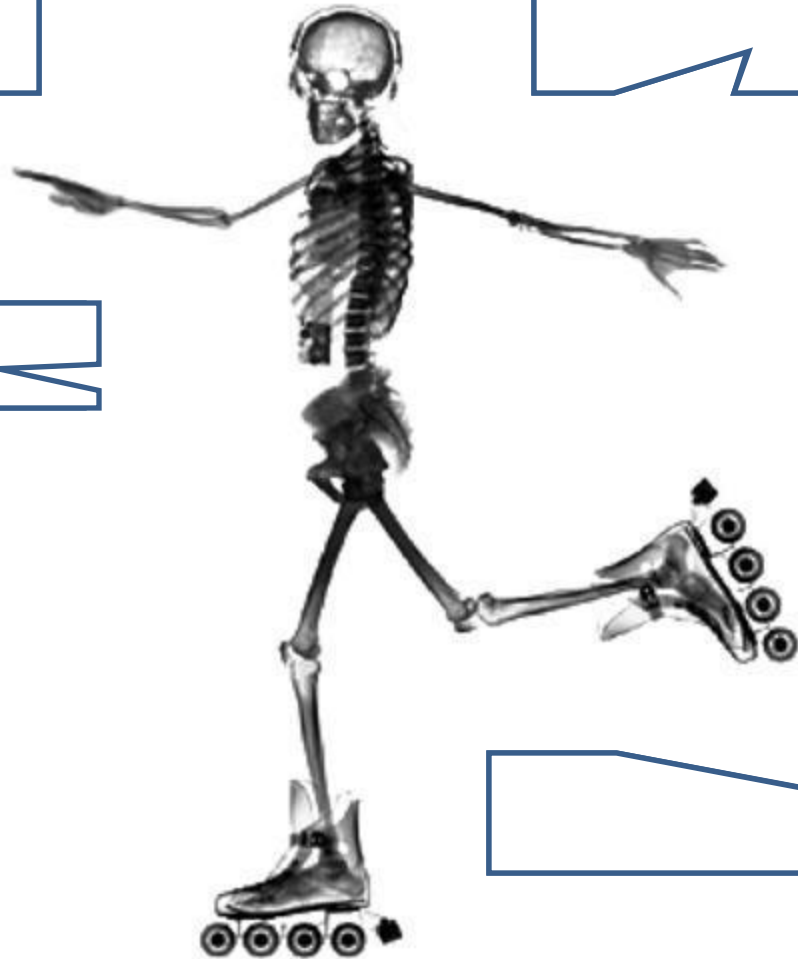
1

**Что является опорой
тела?**



2

Из каких частей состоит скелет человека?



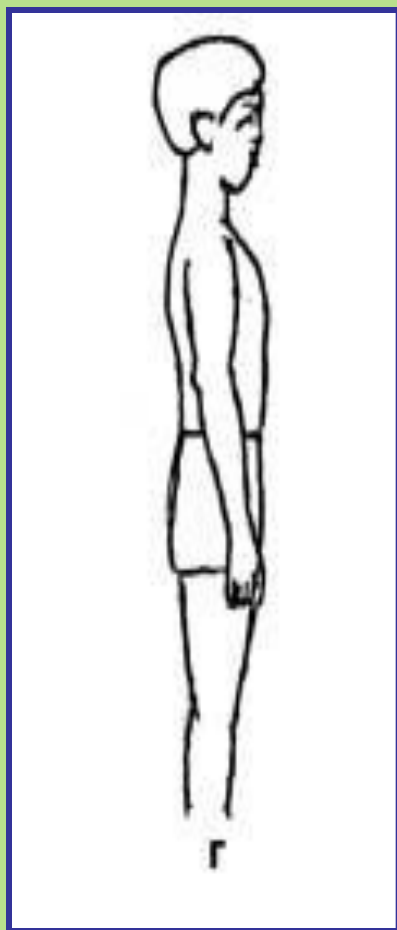
3

**Что составляет опорно –
двигательную систему
человека?**



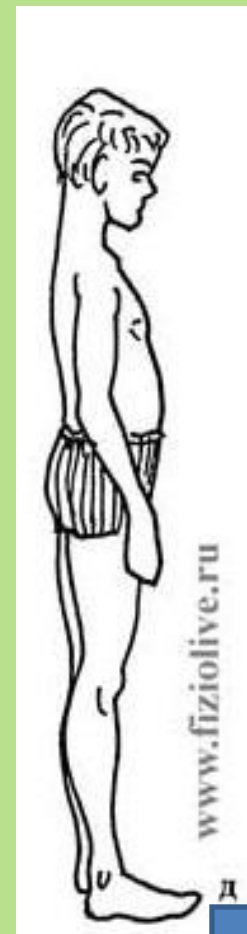
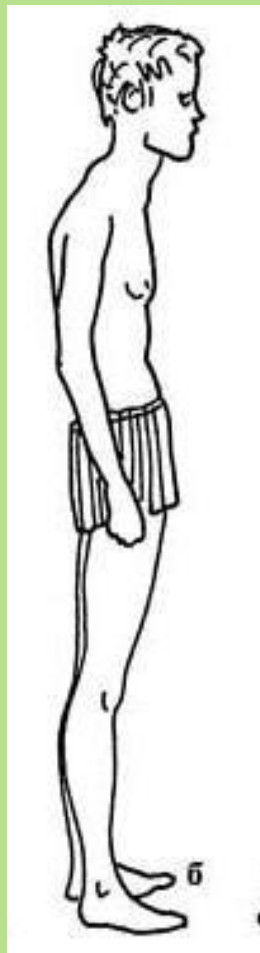
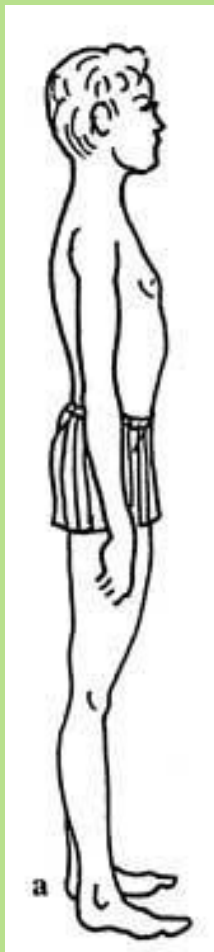
4

**Как называется
правильное положение
тела при стоянии, ходьбе
и сидении?**



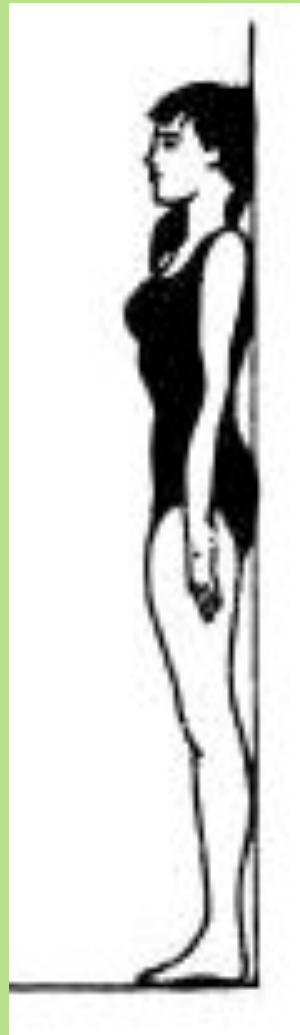
5

Выбери правильную осанку



6

Тест на правильную осанку





До новых
встреч!!!



Интернет ресурсы:

<http://www.snowball.ru/forums/?board=hoi&action=list&thread=177537>

<http://apteka.uz/books/book1204/text42409>

<http://wordpresstemplatesblogger.com/new-blogger-wordpress/картинки-для-презентаций>

<http://www.ebayclub.ru/modules/ebay/item.php?id=350197312186&category=86941>

<http://www.rudnik43.ru/forum/jumor/uvlekatelnaja-igra-associacii?action=rsrtme&offset=1180>

<http://www.claw.ru/a-children/man/skan/06.htm>

<http://900igr.net/kartinki/biologija/Tkani-i-organy/028-Svjazannye-mezhdu-soboj-organy-obedinjonnye-obschej-rabotoj-sostavljajut.html>

<http://sportfitnes.in.ua/skelet-golovy-cherep/>

<http://varles.narod.ru/atlas/kosti/skel.html>

<http://tana.ucoz.ru/load/1/194-1-0-2411>

<http://900igr.net/prezentatsii/okruzhajuschij-mir/Telo-cheloveka/005-Skelet.html>

<http://www.ivanovomama.ru/articles-one?id=839>

<http://www.mamanya.ru/node/3285>

<http://lulu.shop.by/21/10/1373/>

<http://www.metod-kopilka.ru/page-7-47.html>

<http://www.dondermadeurs.nl/we-skeleton-pictures-for-children/>

<http://sitegames.ru/gamemini/1391-zanimatelnaya-nauka-kak-ustroeno-moe-telo.html>

<http://www.nd.ru/catalog/products/mybody/articles/105093/>

http://mirgif.com/smajly-animacionnye_kartinki-jivotnie.htm

http://riers.ru/load/prezentacii/prezentacija_na_temu_stroenie_skeleta_cheloveka/5-1-0-828

http://www.modernlib.ru/books/nishi_kacudzo/sistema_zdorovya_kacudzo_nishi/read/

<http://life-ergo.livejournal.com/39246.html>

<http://www.deti74.ru/forum/index.php?topic=41078.msg2155534;topicseen>