

Тема: Скелет - опора тела.

Урок в 4 классе

учебник «Окружающий мир» автор Н.Ф.Виноградова, по программе «Начальная школа XXI века»)

Цель: расширять представления учащихся о скелете, мышцах, и их значении и связи друг с другом;

Задачи:

Образовательные:

- ввести понятие «внешнее» и «внутреннее» строение тела человека;

Развивающие:

- способствовать развитию логического мышления, мыслительных операций анализа и синтеза;

Воспитательные:

- содействовать воспитанию у младших школьников бережного отношения к своему здоровью, здоровью окружающих;

- воспитание умения работать в коллективе;

Оборудование:

- презентация к уроку «Строение тела человека»;

Ход урока

I. Организационный момент.

II. Введение в тему урока.

Учитель: О здоровье и нездоровье сложено много пословиц. Прочитайте эти пословицы и подумайте, какую народную мудрость они содержат. (*Учащиеся читают по цепочке.*)

- Дал бог здоровья, а счастье найдём.
- Здоров будешь – всё добудешь.
- Быстрого и ловкого болезнь не догонит.
- Здоровый человек не тот, кто в детстве прыгает, а тот кто под старость бегаёт

Дети: человека можно назвать здоровым, если он дожил до старости и не болеет, может быстро ходить, работать;

Дети: если человек может быстро двигаться, сам поднимается по лестнице, выполняет тяжёлую физическую работу, не принимает лекарства, то его можно назвать здоровым и др.

Учитель: вы правы, человека, который достиг преклонного возраста и сохранил двигательную активность, мы уверенно можем назвать здоровым человеком

- А что позволяет человеку совершать различные движения ?
- Правильно, кость скелета

III. Сообщение темы урока. Формирование новых знаний.

- А знаете ли вы, как устроены мы с вами?

- Сегодня на уроке мы узнаем, как устроено тело человека. Тема нашего урока: «Скелет – опора тела» **слайд 1**

В течение урока нам предстоит ответить на вопросы. Посмотрите, что это за вопросы. Прочитайте. **слайд 2**

1. Удивительное тело (внешнее строение тела человека).
2. Суперскелет.
3. Сила мышц.
4. Зачем нам знать строение тела человека?

IV. Изучение нового материала.

Учитель: Итак, первый наш вопрос **слайд 3.**

1) Удивительное тело (внешнее строение тела человека).

Учитель: Встаньте, пожалуйста. Погладьте себя по голове.

Покажите шею. Далее туловище. На туловище похлопайте по груди, покажите спину. Погладьте живот. Поднимите руки вверх. Похлопайте руками.

Потопайте ногами.

Молодцы! Садитесь.

Учитель: Почему мы ходим вертикально?

- Если бы в нашем теле не было костей, смогли бы мы ходить?
- Кто же может сказать какие части тела относятся к внешнему строению тела человека? **(ответы детей).**
- Правильно! К внешнему строению тела человека относятся следующие части тела: **голова, шея, туловище, на котором находится грудь, спина, живот, потом руки и ноги.** **Слайд 4**
- Переходим ко второму вопросу.

Обсуждение высказывания в рубрике «Выскажи предположение» на с.9

2) Суперскелет.

Учитель: Постучите себя по лбу. Чувствуешь, что-то твердое под кожей? Это кость. В нашем теле 212 костей. **слайд 5**

Они служат опорой организму и защищают его важнейшие внутренние части. Поэтому кости должны быть прочными. Трудно представить, как выглядел бы человек без опорно-двигательного аппарата. Скорее всего, он напоминал бы медузу, вытасченную на берег. Он не смог бы активно передвигаться, а любая, даже незначительная травма повреждала бы внутренние органы, вызывая сотрясение головного мозга. Опорно-двигательный аппарат человека составляют кости скелета, их соединения и мышцы. В скелете различают: кости туловища – позвоночник с грудной

клеткой; кости черепа; кости верхних и нижних конечностей, то есть рук и ног.

Учитель: Найдите друг у друга позвоночник. Проведите рукой.

слайд 6

Позвоночник – это основная часть скелета человека. С позвоночником соединяются задние концы рёбер, передние их концы прикреплены к грудной клетке. Позвоночник вместе с грудной клеткой и рёбрами образуют грудную клетку. Она защищает находящиеся в ней сердце, лёгкие. Позвоночник состоит из 33 костей – позвонков, соединённых, словно бусинки. Это делает нас гибкими.

Встаньте, дотянитесь до пальчиков ног. Видите, какие мы гибкие! А теперь возьмите ручку и попробуйте, не сгибая руки написать. Невозможно! Поэтому в каждой руке не одна длинная кость, а несколько более коротких, подвижных.

слайд 7

-Ребята, про какие части тела можно сказать: «Это наши труженицы!»

Дети: Руки!

Учитель: Почему вы так считаете?

- Какую работу Вы умеете делать с помощью рук?

(руками можно вышивать, шить, вязать, рисовать, писать, при этом ноги могут не участвовать в работе)

Учитель: Рукам с рожденья нет покоя. Человек своими руками может сделать очень много прекрасных дел, и чтобы они не уставали, были крепкими и сильными, а пальцы быстрыми и ловкими в движении им надо помогать. Для этого мы должны хорошо их знать.

- Сейчас вам предстоит добыть новые знания о скелете пальцев рук на основе своих наблюдений.

Положите руки на стол ладонями вверх. Сгибайте и разгибайте пальцы. Обратите внимание, в каких местах каждый пальчик сгибается и разгибается.

Учитель: Большой палец сколько имеет сгибов?

Дети: Большой палец только в одном месте сгибается и разгибается.

Учитель: Пошевелим большим пальцем ещё и убедимся в этом.

- Что можете рассказать об остальных пальцах?

Ученик: Остальные пальцы сгибаются и разгибаются в двух местах.

Учитель: Исследуйте пальцы каждой руки, надавливая и поглаживая вдоль каждого из них.

- Расскажите о том, что вы чувствуете внутри каждого пальчика.

Ученик: Я чувствую, что пальцы внутри твёрдые, значит там кости.

Учитель: По толщине каждый палец одинаковый или нет?

Ученица: На сгибах пальцев кости толще, чем в других местах.

Учитель: Там, где пальцы сгибаются и разгибаются, соединяются косточки подвижными суставами. Утолщения на пальцах вы чувствуете там, где находится сустав.

- Сколько суставов у большого пальца? (один сустав)
- Значит, в скелете большого пальца сколько косточек? (две косточки)
- Сколько суставов у других пальцев? (по два сустава)
- Значит, сколько косточек в скелете этих пальцев? (по три косточки)

Учитель: Когда вы исследовали свои пальчики, вы надавливали на них, поглаживали.

- Как называются такие движения?

Ученик: Я знаю! Это массаж. Мне мама часто делает массаж спины. Она поглаживает спину, постукивает, перекачивает и прищипывает кожу.

Учитель: Значит, вы сейчас тоже массажировали пальцы рук. Массаж любой части тела снимает напряжение, усталость, восстанавливает двигательную активность и оздоравливает весь наш организм. Повторим эти движения.

Правой рукой помассируйте каждый палец на левой руке. То же сделайте с правой рукой. Старайтесь уделить внимание каждому суставчику, тщательно его растирая.

Пальцы рук связаны с мозгом и внутренними органами. Массаж большого пальца повышает деятельность головного мозга. Обратите внимание на то, как большой палец возвышается над другими, когда они сжаты в кулак, – как голова над нашим туловищем. Это поможет вам запомнить связь большого пальца с головным мозгом. Массаж указательного пальца улучшает работу желудка; среднего пальца - кишечника и позвоночника, безымянного – печени, а массаж мизинца помогает работе сердца. Зная это, вы сможете помочь себе в некоторых ситуациях.

Например, на контрольной работе тщательно помассируйте большой палец. Мозг будет лучше работать и поможет вам быстрее найти правильное решение.

Если вы плотно пообедали или поужинали, помассировав указательный палец, вы улучшите работу желудка. Ему будет легче переваривать пищу, он быстрее справится со своей работой.

Когда ваше сердце учащённо бьётся после сильного эмоционального напряжения или физических нагрузок, помассировав мизинец, вы поможете сердцу быстрее успокоиться и начать работать в привычном ритме.

После массажа встряхните кисти рук, словно сбрасываете с них капельки воды. Делайте дома такой массаж в свободное время и оздоравливайте свой организм.

слайд 8

Учитель: Нога тоже состоит из трёх частей: бедра, голени и стопы. В бедре одна толстая кость – бедренная, в голени – две, а в стопе, как и в кисти, много небольших костей. Прощупайте на себе кости ног.

- Итак, давайте посмотрим на наш скелет и назовем его составные части

Работа по учебнику с.10 « Скелет человека». Молодцы!

Вывод: Учитель: Ребята, так какое же значение имеет скелет для человека?
Дети: Скелет служит опорой. Он защищает от повреждений внутренние органы – мозг, сердце, лёгкие. **слайд 9**

Физкультминутка

На зарядку солнышко

Поднимает нас.

Поднимайте руки

По команде «раз».

А над нами весело

Шелестит листва.

Опускаем руки мы

По команде «два».

3) Сила мышц.

Учитель: Но кости не могут двигаться сами собой. Их приводит в движение мышцы, или мускулы. Согните руку в локте. Вы почувствовали, что мышца, которая находится выше локтя, стала упругой, а если опустите, то мышца становится более мягкой и менее заметной. Мышцы при сгибании сократились, то есть сделались твёрже, толще, короче, и притянули друг к другу кости руки. Мышцы есть везде: лицо, руки, шея, грудь, живот, сердце и другие органы имеют свои мышцы.

слайд 10

При помощи сокращения мышц человек производит разнообразные движения – ходит, бегает, работает. Они удерживают тело в вертикальном положении. У человека более 600 скелетных мышц. Сокращаясь, мышцы приводят в движение кости, действуя на них, как рычаги. Сила мышц и прочность костей взаимосвязаны между собой.

От скелета и мышц зависит осанка человека. И сегодня я хотела бы еще поговорить об осанке. Правильная осанка не только красива, но и полезна для здоровья. При плохой осанке человеку труднее дышать, начинают хуже работать внутренние органы.

- Как выработать правильную осанку?

(Ученики говорят о значении физических упражнений.)

слайд 11

Практическая работа: Учитель приглашает помочь 4 человек.

Одному ученику учитель помогает надеть ранец, другому дает в руку портфель и просит пройти перед всем классом, а затем повернуться спиной к ученикам. Ребенок, который держит в руке тяжелый портфель, наклоняется в сторону, у другого ученика спина не искривлена.

(Ученики делают выводы о том, с чем лучше ходить в школу: с портфелем или с ранцем.)

слайд 12

Третий ученик держит небольшое детское ведёрко, наполненное водой. А четвертый берет 2 маленьких ведра. Казалось бы, очень легкое ведро, но подержав его в одной руке, ребенок устаёт и начинает наклоняться в сторону. Второй ученик ровно держит спинку. На основе своих наблюдений дети делают вывод. Как лучше носить, например, сумки, помогая маме.
(*Лучше разложить все покупки в две сумочки и нести в двух руках.*)

Учитель: Ребята, а что нужно делать, чтобы укреплять мышцы?

Дети: делать физические упражнения, заниматься спортом

Физкультминутка

Мы сейчас все дружно встанем,
Отдохнем мы на привале...
Вправо, влево повернись!
Наклонись и поклонись!
Лапки вверх и лапки в бок
И на месте прыг да скок!
А теперь бежим вприпрыжку,
Молодцы, мои зайчишки!

Выполнение задания 6 на с. 4 в рабочей тетради №1

Учитель: Ребята, а сейчас я послушайте рассказ А. Дорохова «Молодой старичок»

Я знал одного ленивого мальчишку. Когда он проходил по коридору мимо моей комнаты, я всегда мог догадаться, кто идет, хотя дверь была закрыта: только он один во все квартире волочил ноги, словно дряхлый старик. А когда он садился за книгу, на него было жалко смотреть. Он не мог сидеть прямо, не сгибаясь, и десяти минут. Сперва подопрет голову одной рукой, потом другой и, в конце концов, ляжет всей грудью на стол. Такая у него была слабая спина.

А почему?

Только потому, что он не любил давать работу своим мышцам.

Ребята бегут трудиться зимой на дворе снег разгрести, весной – цветы сажать, осенью – новые деревья, а он всякий раз найдет предлог, чтобы увильнуть. Даже на уроках физкультуры он вечно присаживался на скамеечку у стены – у него, мол, на прошлой неделе был насморк, и он себя плохо чувствует.

Вот так он и стал молодым старичком (по А.Дорохову).

6. Итог урока.

Прочитайте текст, выражающий главную мысль нашей сегодняшней темы урока (с. 11)

Учитель: Зачем нам знать строение тела человека?

Дети: Чтобы сохранять и укреплять здоровье

слайд 13

Учитель: А как мы можем это сделать?

Дети: Делать зарядку, больше ходить пешком, не пропускать уроки физкультуры, правильно питаться.

- С чем вы познакомились на уроке?

- Назовите части тела человека?

7. Домашнее задание.

Ребята, представьте, что вы ученые-биологи. Расскажите родителям о внешнем и внутреннем строении тела человека.

Выполнить задание на с. 6 рабочей тетради.