



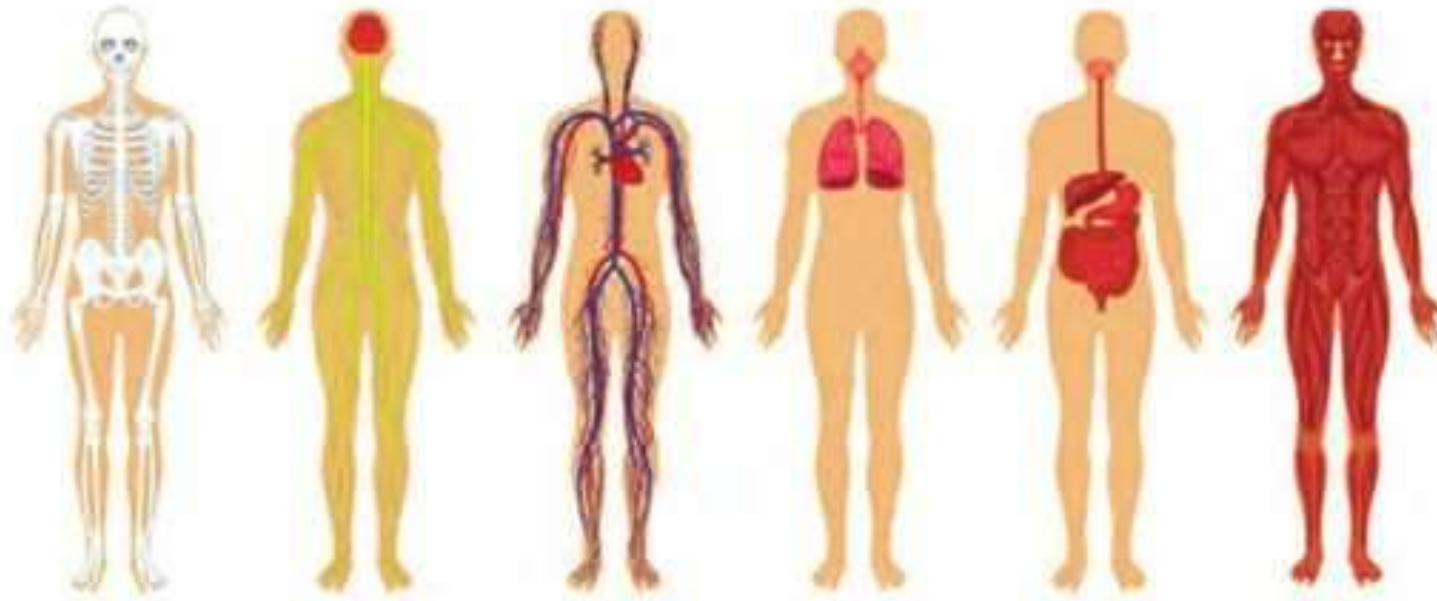
Що утворює опорно-рухову систему.

Мета: розширити і систематизувати знання дітей про опорно-рухову систему, призначенням та дією; розуміти цінність природи для життя людей, залежність якості життя людей від стану навколишнього середовища; розвивати увагу, мислення, мовлення.

Що таке система органів?

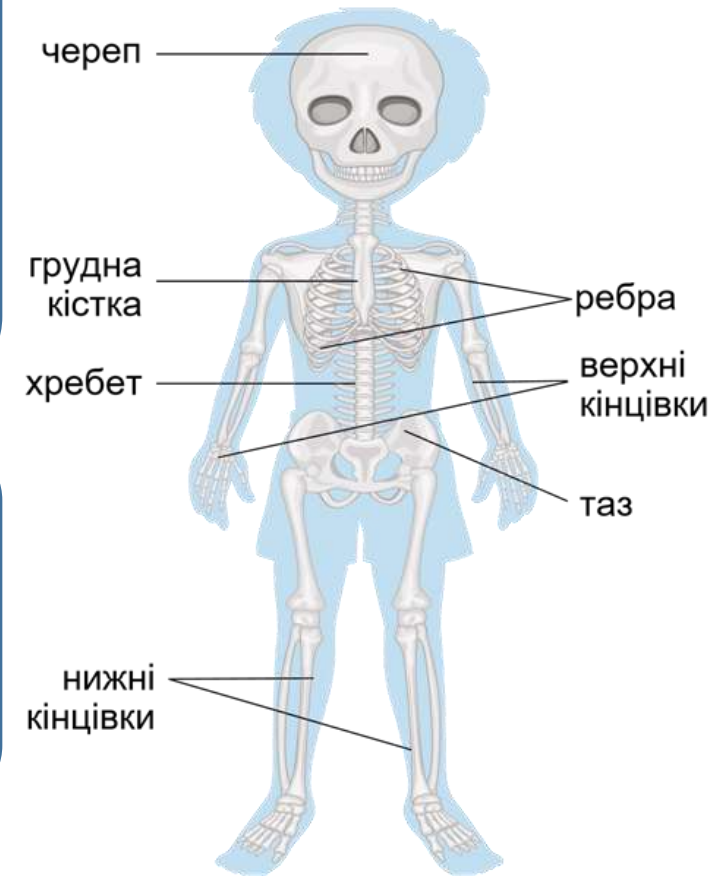
Система органів – сукупність усіх органів, які виконують спільну роботу.

Які ви знаєте системи органів? Наведіть приклади



Людині властивий рух. Злагоджена робота кісток і м'язів дає змогу людині вставати, ходити, гратися, займатися спортом і працювати. Кістки утворюють скелет.

Скелет — це всі кістки людського тіла, з'єднані між собою.



Сьогодні
19.01.2023

Це цікаво...



Драглиста(желеподібна)
речовина виконує роль
скелета в медузи

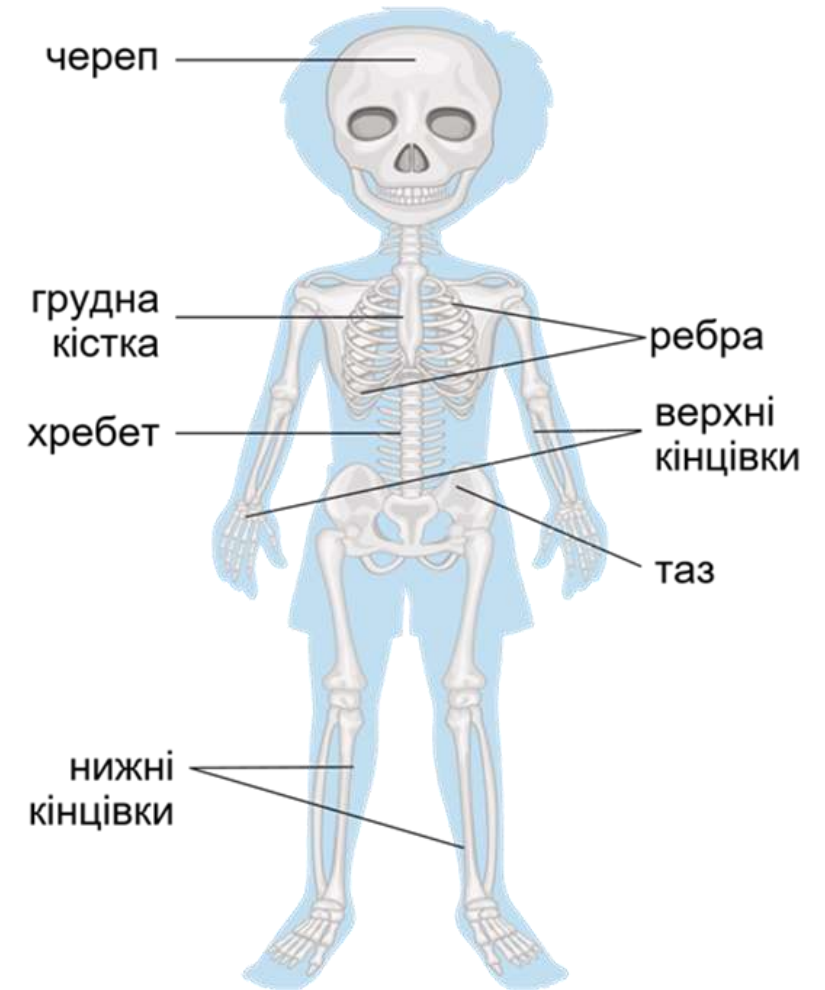
Сьогодні
19.01.2023

Припустіть, який би вигляд мало тіло будь-якої живої істоти, якби в ньому не було скелета

Скелет визначає форму тіла людини та слугує його опорою. Він захищає від травмування м'які внутрішні органи – головний мозок, легені, серце та інші. У скелеті людини розрізняють: кістки **черепа**, кістки **тулуба**, кістки **кінцівок**, тобто рук і ніг.



Розгляньте малюнок скелета людини. Знайдіть вказані частини скелета на малюнку. Знайдіть (спробуйте намацати) їх у своєму тілі. Назвіть ці кістки.



Чому м'язи та кістки називають **органами руху**? Доведіть та продемонструйте.



О́ргани ру́ху — скелет і пов'язані
з ним м'язи.

Сьогодні
19.01.2023

Робота з підручником

Прочитайте
параграф на
ст.16-17



Сьогодні
19.01.2023

Перегляд відео



VIDEO



Загальна
будова скелета



Сьогодні
19.01.2023

Бесіда за змістом прочитаного

Що утворює каркас?

Які кістки утворюють скелет тулуба?

Де міститься спинний мозок?

Яка функція грудної клітки?

Чому ми можемо опускати і піднімати руки, згинати їх у ліктях?

Без чого ми не могли б рухатися?

Завдяки чому відбувається зміна положення тіла?

Що утворює опорно-рухову систему?

Яке головне завдання опорно-рухової системи?

М'язи - тканини організму,
здатні скорочуватися і
розслаблятися, забезпечуючи
рухи кісток скелета.



Сьогодні
19.01.2023

Поміркуй

Назвіть види спорту, які розвивають м'язи рук.



А м'язи рук і ніг разом?



Зігніть ліву руку в лікті, а правою помагайте м'яз. Що відчуваєте? Опустіть руку. Тримайте її вільно. Помагайте м'яз. Які зміни відбулися?



Сьогодні
19.01.2023

Робота з підручником

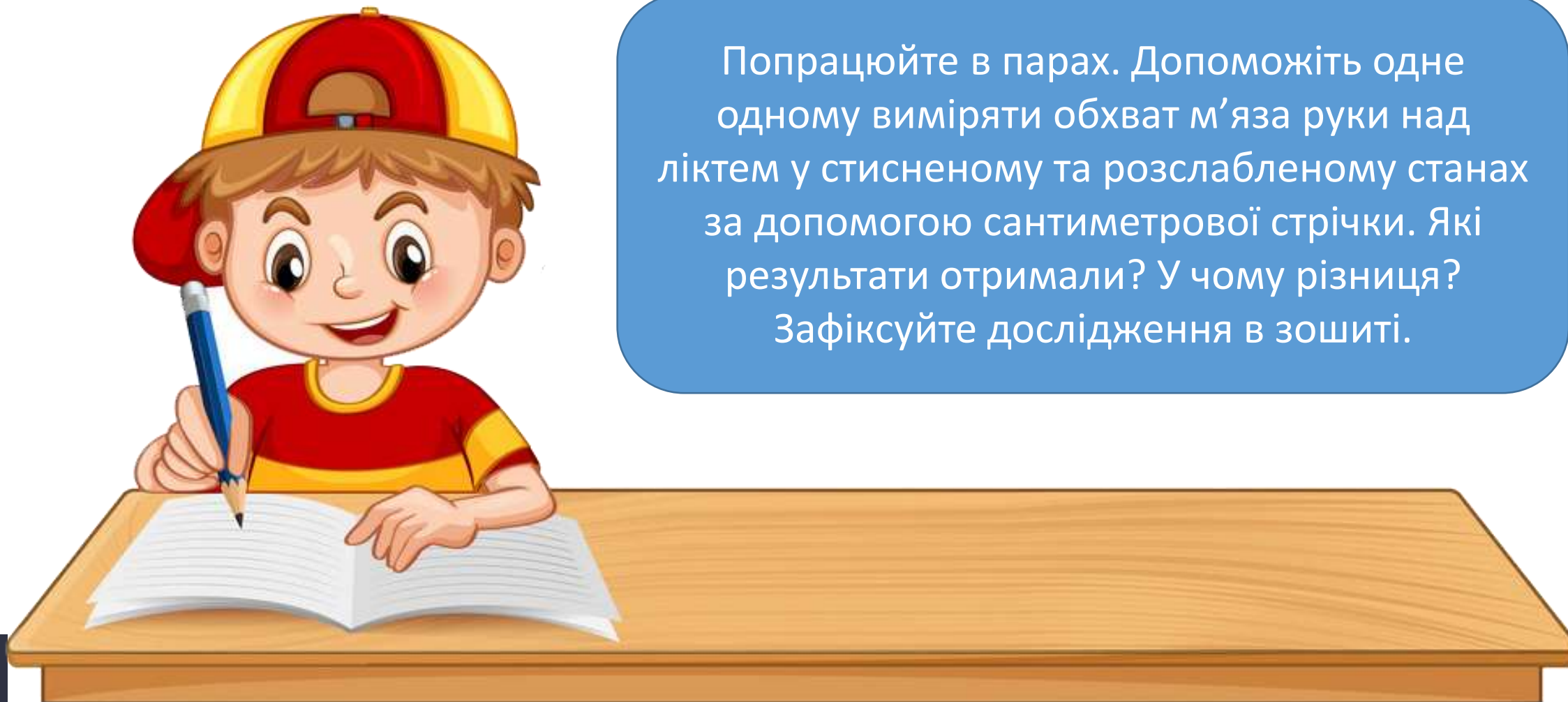
Прочитайте
параграф на
ст.17



Сьогодні
19.01.2023

Робота в парах. Робота в зошитах

Попрацюйте в парах. Допоможіть одне одному виміряти обхват м'яза руки над ліктем у стисненому та розслабленому станах за допомогою сантиметрової стрічки. Які результати отримали? У чому різниця? Зафіксуйте дослідження в зошиті.



Як м'язи можуть стати сильнішими?

Щоб м'язи стали сильнішими, потрібні такі складові:

1. Постійні тренування.
2. Повноцінне харчування.
3. Здоровий сон.

Як взаємопов'язані скелетна та м'язова системи організму?

М'язова система приводить в рух кістки скелета, завдяки такій взаємодії, організмом здійснюється рух в усіх його проявах.



Сьогодні
19.01.2023

Робота в зошитах

Завдання 1

Розглянь скелети. Напиши, яким тваринам вони належать.



А _____ птах



Б _____ риба



В _____ собака



Г _____ жаба

Завдання 2

Що допомагає нам займатися гімнастикою?

Злагоджена робота кісток і м'язів дає змогу людині
займатися гімнастикою.



Сьогодні
19.01.2023

Робота в зошитах

Завдання 3

Запиши поради «Як зміцнити м'язи».

1. Правильне харчування.
2. Помірні навантаження(ранкова зарядка, фізкультхвилинки, тренування).
3. Рухливі ігри на свіжому повітрі.

Завдання 4

Познач ☒ , яке значення для людини має скелет.

- ☒ Захищає внутрішні органи людини.
- ☒ Забезпечує рух тіла людини.
- ☐ Забезпечує уяву й пам'ять.
- ☒ Є опорою для тіла людини.



Сьогодні
19.01.2023

Робота в зошитах

Завдання 6

Запиши частини тіла, які найбільше розвинені:

у футболістів - ноги

у жонглерів - руки

у піаністів - пальці

у артистів балету - ноги

Завдання 7

Відгадай загадку. Склади зі словом-відгадкою речення.

На медузу гляньте, друзі!

Без кісток, немов желе.

А людина – не медуза,
бо в людини є скелет.



Скелет і м'язи утворюють опорно-рухову систему. Вони забезпечують підтримання і рухи тіла.

Щоб м'язи були міцними, їх потрібно тренувати.

Загалом у людини налічують від 400 до 850 м'язів (учені не можуть підрахувати їхню точну кількість).

Найшвидшими є м'язи, які відповідають за моргання.

Найсильніші — жувальні м'язи, сила стиснення може перевищувати 300 кілограмів.

Найсильніший одиничний м'яз — це язик.

Відшукайте в додаткових джерелах, який м'яз найвитриваліший, а який — найдовший, найменший, найбільший.

Сьогодні
19.01.2023

Домашнє завдання



**П.с.15-19.
З.с.5 (1-4), с.6 (5-7).**