

Я досліджую світ

Сьогодні

Урок  
№52

*Всім.pptx*  
Нова українська школа



# Що утворює опорно-рухову систему

Сьогодні

# Урок №52

*Всім.pptx*  
Нова українська школа



**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; продовжувати вчити виявляти пізнавальну активність на уроках, співпрацювати і взаємодіяти з іншими у різних ситуаціях (навчання, гра); продовжувати формувати вміння працювати у спільноті, дотримуючись правил; виховувати дружні стосунки в класі, спільноті, розвивати увагу, мислення, мовлення.

Всім.pptx  
Нова українська школа

# Сьогодні

## Організація класу



Сонце ранком  
розбудило,  
Підняло і звеселило.  
Потім чемненько  
сказало: — Швидше  
поспішай,  
Не лілуйсь, не позіхай.  
Сонячний заряд візьми,  
З ним в країну Знань  
іди!

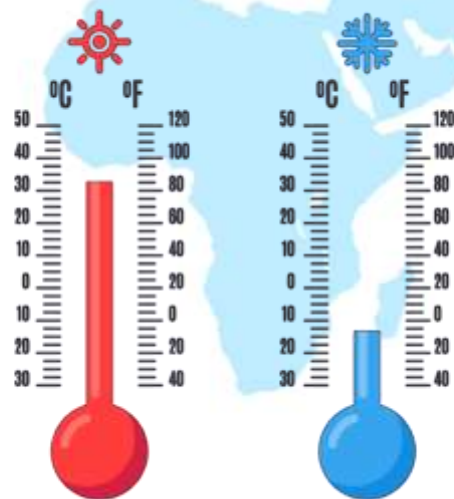


LIVE

Привіт, друзі!  
А яка зараз пора року?  
Який місяць?  
Яке сьогодні число?



Мої вітання!  
Яким було вранці небо?  
Що стосовно опадів?  
Кому відома температура повітря?

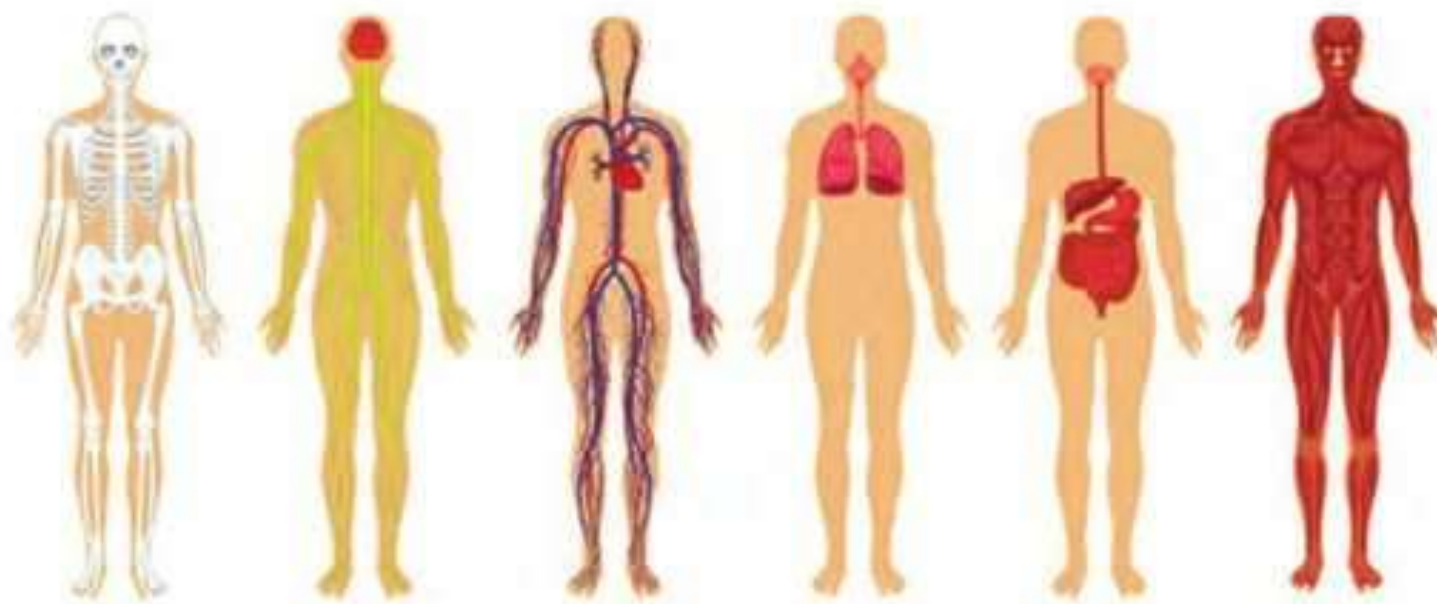




Що таке система органів?

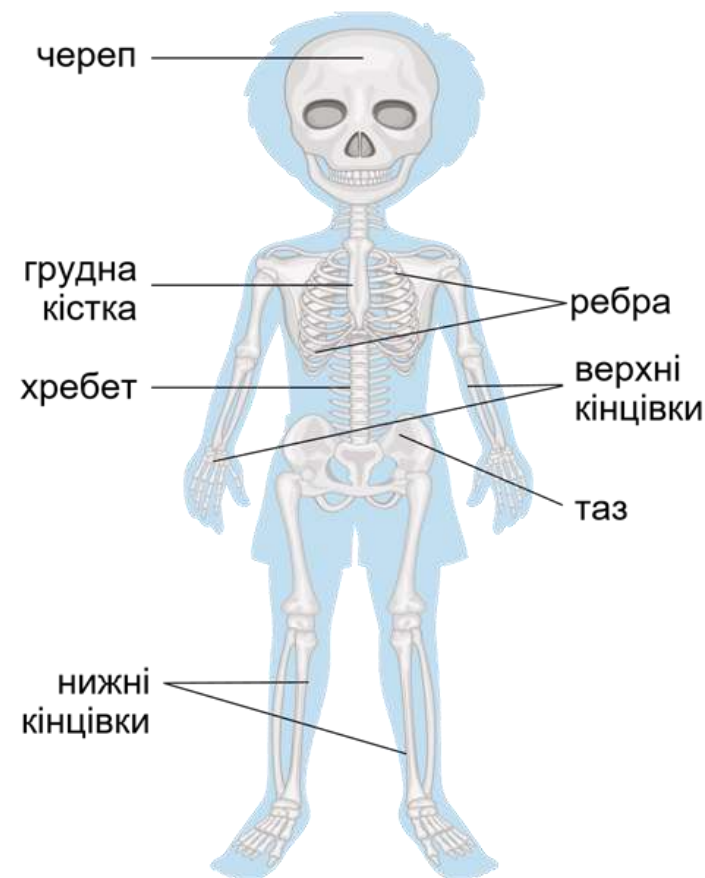
**Система органів** – сукупність усіх органів, які виконують спільну роботу.

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.





Драглиста(желеподібна)  
речовина виконує роль  
скелета в медузи

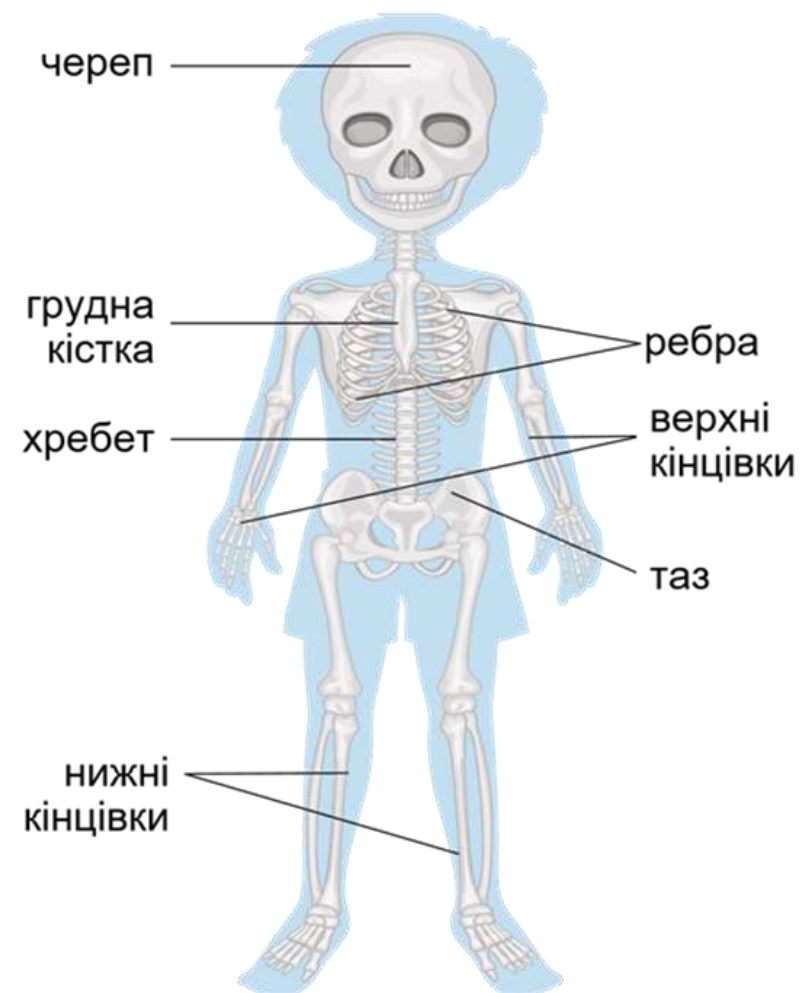
Припустіть, який би вигляд мало тіло будь-якої живої істоти, якби в ньому не було скелета

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.

Прочитайте  
параграф на  
ст.15-19



Сьогодні

*Vсім.pptx*  
Нова українська школа

Перегляд відео



VIDEO



Загальна  
будова скелета



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.



Назвіть види спорту, які розвивають м'язи рук.



А м'язи рук і ніг разом?

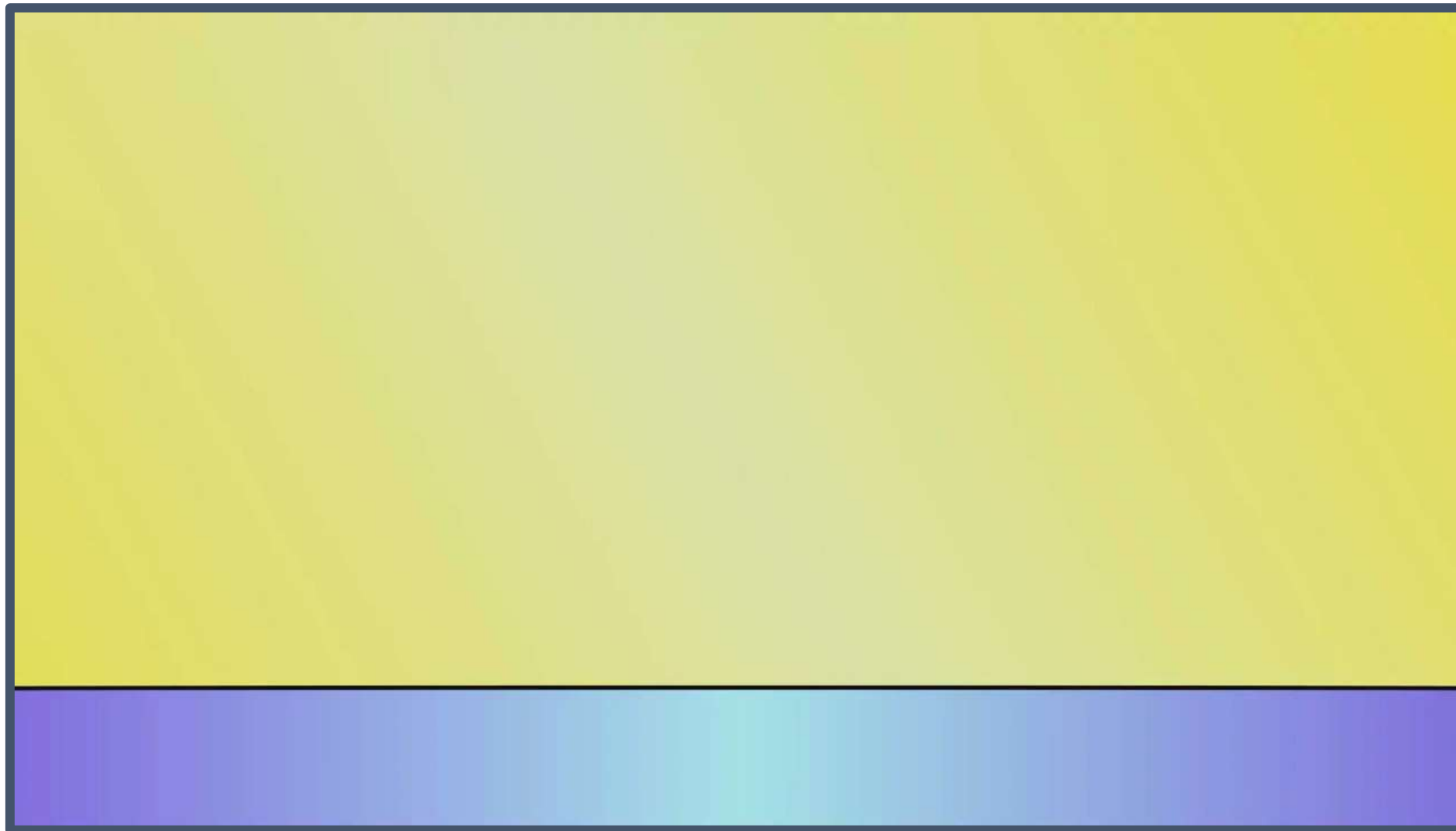


Зігніть ліву руку в лікті, а правою помагайте м'яз. Що відчуваєте? Опустіть руку. Тримайте її вільно. Помагайте м'яз. Які зміни відбулися?



Сьогодні

Фізкультхвилинка



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.





## 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.



### 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.



## 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.





**Повторити тему на  
сторінках 15-19,  
друкований зошит  
стр.5-6.**



Не забувайте, будь ласка, надсилати виконані завдання для перевірки вчителів на освітню платформу для дистанційного навчання HUMAN. Робіть це систематично.