

Дата: 27.01.22

Клас: 3 – Б

Предмет: ЯДС

Вчитель: Лисенко О. Б.

Тема: **Як оберігати дихальну систему. Дослідження свого дихання**

**Мета:** розширити і систематизувати знання дітей про дихальну 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.

### Хід уроку

Користуйтеся презентацією під час опрацювання даної теми уроку.

#### 1. Організаційний момент.

*Приготуйте, будь ласка, все, що потрібно для уроку: підручник, зошит, ручку, олівці.*

*Старанно працюйте. Не забувайте робити хвилинки відпочинку та релаксації під час уроку.*

#### 2. Актуалізація опорних знань

*1) Фенологічні спостереження. Вправа «Синоптик».*

*Дайте характеристику сьогоднішньому дню.*

*2) Поміркуйте.*

Що є складником повітря, необхідним людині постійно для одержання енергії з поживних речовин і підтримання життєдіяльності?

Людина дихає весь час, навіть уві сні.  
Без кисню ми не зможемо прожити довше, ніж декілька хвилин.

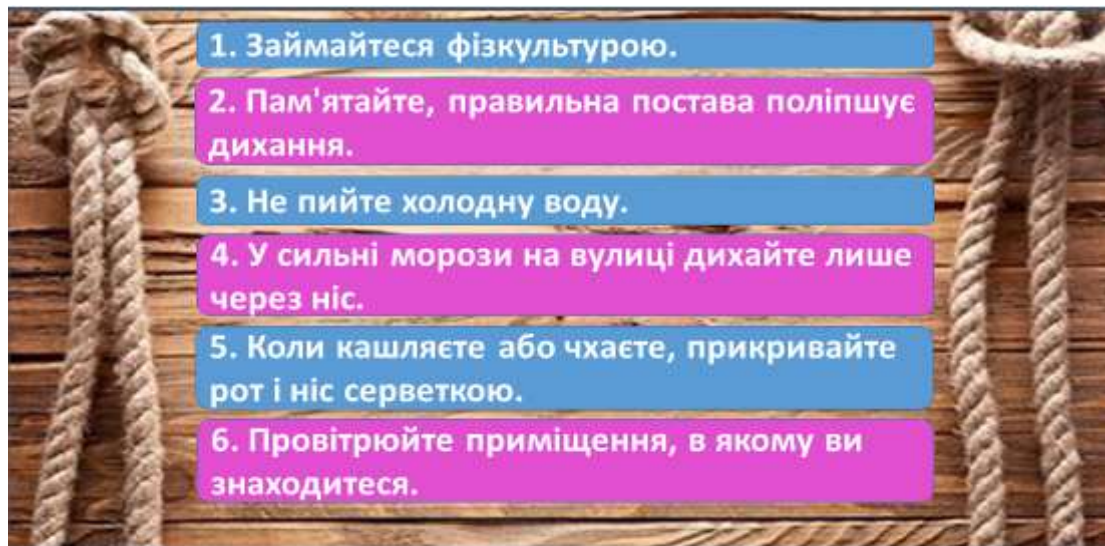
### 3. Повідомлення теми уроку.

- *Сьогодні ми поговоримо про те, як оберігати дихальну систему, як dbати про органи дихання.*

### 4. Вивчення нового матеріалу.

**Що ж треба робити, щоб берегти дихальну систему?**

Для здоров'я людини дуже важливою є чистота повітря. Як її досягти? Насамперед слід робити вологе прибирання приміщень та регулярно провітрювати їх.



### 5. Закріплення вивченого.

#### 1) Практична вправа. *Дослідіть своє дихання.*

**Дослід 1.** Спробуйте сказати щось під час вдиху. Спробуйте сказати щось під час видиху. Який висновок можна зробити із цього досліду?

**Дослід 2.** Покладіть руку на груди і полічіть кількість вдихів і видихів за хвилину, коли сидите, і після 10 присідань. Коли ви дихаєте частіше?

#### **Дослід 3.**

1. Наповніть велику пластикову пляшку водою і закрийте її корком. Переверніть пляшку та опустіть у миску, що також наповнена водою.
2. Відкоркуйте пляшку.
3. Вставте соломинку в шийку пляшки. Зробіть глибокий вдих і обережно видихайте через соломинку, допоки легені не спорожняться. Що ви спостерігали? Який результат отримали?



Через який час стає душно у закритому приміщенні де збирається багато людей? Поясніть чому.



2) Виконайте вправи дихальної гімнастики за посиланням:

<https://www.youtube.com/watch?v=67nsp58w284>

3) Запам'ятайте: Усі захворювання, пов'язані з дихальною системою, лікує лікар **пульмонолог**.



4) Вправа «Інтерв'ю».

- Як би ви відповіли на такі питання?

Чому людина, яка дихає ротом, може захворіти швидше, ніж та, яка дихає носом?

Чому тютюновий дим шкодить здоров'ю?

Чому важко дихати в приміщенні, де перебувало багато людей?

Яка роль чистого повітря для легень?

Як потрібно діяти, щоб забезпечити свій організм чистим повітрям?





## 5) Робота в зошитах ст. 11 - 12.

## 6. Підсумок

### 1) Висновок.

Дихальна система забезпечує організм киснем. Основними органами дихання є легені. Під час вдиху кисень у складі повітря надходить до легень. Під час видиху з легень виходить повітря, насичене вуглекислим газом.  
**Дихальну систему треба берегти!**

### 2) Чи знаєте ви, що...

Чисте повітря — запорука здоров'я. Мешканці села в середньому на 50% рідше страждають від різних захворювань дихальних шляхів, ніж містяни. Вся справа в екології.

### 3) Домашнє завдання.

Підручник ст. 28 - 30, Зошит ст. 11 – 12.

### 4) Вправа «Веселка».



Я не міг, не хотів це робити.

Я це робив, але не вдалося.

Я це робив з допомогою.

Я це робив, хоча були помилки.

Я це робив, але не відразу.

Я це зробив.

Це було дуже просто!