**Человек и мир**

**Кровообращение**

**Цель:** формировать представление о системе кровообращения человека, о работе сердца, кровеносных сосудов.

**Задачи:** подвести к пониманию особой роли сердца в жизнедеятельности человека, необходимости его укрепления, осознанию роли здорового образа жизни для укрепления сердца; содействовать осознанию учащимися значения физических упражнений для укрепления сердца и сосудов; научить определять свой пульс; способствовать развитию речи, внимания, мышления учащихся; содействовать воспитанию у младших школьников стремления заниматься физкультурой, физическим трудом, делать физзарядку, играть в подвижные игры для поддержания и укрепления своего здоровья.

**Ход урока**

1. **Организационно-мотивационный этап**

- Здравствуй! – дружно скажем.

- Здравствуй, ты и я!

Здравия желаем, мира и добра!

1. **Проверка домашнего задания.**

Из каких частей состоит скелет?

— Какую роль в нашем организме выполняет скелет?

— Какую роль в нашем организме выполняют мышцы?

— От чего зависит осанка человека?

— Назови признаки хорошей осанки.

— Какие правила нужно соблюдать для того, чтобы сохранить хорошую осанку?

Ученики в парах отвечают по три вопроса.

***Игра «Верно ли, что…»*** (при верных утверждениях дети хлопают в ладоши, при неверных – машут руками):

– признаками хорошей осанки служат: прямая спина, расправленные плечи;

– при плохой осанке хуже работает сердце, труднее дышать;

– при письме нужно опираться грудью о стол;

– нельзя носить ранец и другие тяжести в одной руке;

– скелет служит для опоры тела и защиты внутренних органов от повреждения;

– мышцы служат опорой тела.

**3. Сообщение темы урока. Определение цели и задачи урока.**

- Отгадай те загадку:

День и ночь стучит оно,

Словно бы заведено.

Будет плохо, если вдруг

Прекратится этот стук. (Сердце)

- Как вы думаете, о чём будет идти речь сегодня на уроке, что будем изучать? (Кровообращение)

- Какие цели поставить перед собой?

**3. Актуализация знаний .**

— Зачем человеку сердце?

— Какого цвета кровь?

— Что такое артерии и вены?

— Что такое пульс?

Учитель спрашивает:

— На какие вопросы на доске вы знаете ответ?

— На остальные вопросы ответ можно будет найти в процессе изучения новой темы.

- А где у человека находится сердце? Покажите ладошкой.

- Сердце человека невелико. Это плотный мускулистый мешочек, размером немного больше кулака. Сожмите кулак – вот такое сердце бьётся у нас в груди. Ежедневно оно прокачивает примерно 10 т крови, т. е. целую цестерну, равную весу двух огромных слонов.

- Сегодня я предлагаю вам продолжить увлекательное путешествие по нашему организму и узнать о нем ещё больше.

1. **Изучение нового материала.**

 Рассмотрите таблицу с изображением кровеносной системы, установите, из чего она состоит (из сердца и кровеносных сосудов).

— Обратите внимание, что кровеносные сосуды пронизывают буквально весь организм.

На доске записать:

**Кровеносная система:**

* Сердце
* Кровеносные сосуды

— Какую же роль в нашем организме выполняет кровь? Для ответа на этот вопрос прочитаем текст учебника «Сердце и кровеносные сосуды», первый абзац.

— Какую роль в организме выполняет кровь?

— Для чего нам нужны питательные вещества? (Для роста, восстановления сил).

— Что бы было, если бы из организма не удалялся углекислый газ и другие вредные вещества?

— По чему движется кровь в нашем организме?

— Чем отличаются сосуды на таблице (размерами, цветом).

— Как вы думаете, почему кровеносные сосуды отличаются цветом?

— Так, красным цветом на таблице показаны артерии – сосуды, по которым кровь течет от сердца. Кровь в них ярко-красного цвета, она богата кислородом и питательными веществами. Синим цветом показаны сосуды, которые называются венами. По венам кровь от всех органов возвращается к сердцу. Кровь в венах темно-вишневого цвета. Она насыщена углекислым газом и различными вредными веществами, которые выделяет наш организм. Самые мелкие, тончайшие сосуды называются капиллярами. Каждый капилляр в 50 раз тоньше волоса человека. Благодаря капиллярам в каждую клеточку нашего организма поступает кислород и питательные вещества и удаляется углекислый газ и другие вредные вещества.

*Чтению текста на с. 111-113 учебного пособия.*

- Сделайте вывод о значении крови в нашем организме.

— Кровь – наша защитница. В крови есть клетки, которые всегда начеку и ведут постоянный бой с непрошеными гостями в нашем организме – вредными микробами, вызывающими болезни.

На доске строится схема:

**Кровь**

Разносит кислород и питательные вещества (артерии)

Уносит углекислый газ, другие вредные вещества (вены)

Защищает от микробов

— Почему кровь движется?

— Как быстро движется кровь по сосудам? Ответы найдите в тексте.

— По каким сосудам возвращается кровь в сердце?

— Чем она наполнена?

— Где кровь обогащается кислородом и очищается от углекислого газа?

— По каким сосудам сердце посылает кровь по всему телу?

***Работа в парах***

Задания для совместной работы учащихся:

А. Прочитайте текст. Ответьте на вопросы после него.

Два мальчика помогали родителям на дачном участке. Один очень быстро устал и стал себя чувствовать плохо. Пульс стал у него очень частым, появились боли в сердце. Второй мальчик работал с родителями долго и почти не устал.

1. Подумайте, почему первый мальчик устал быстро?

2. Почему у него появились боли в сердце?

3. Что можно сказать о втором мальчике?

4. Как вы думаете, у какого мальчика пульс был более частым? Почему?

5. Чтобы вы порекомендовали первому мальчику.

- Прочитайте текст в учебнике на с. 114

1. Почему нужно укреплять сердце?

2. Сделайте вывод,  что нужно делать для укрепления сердца.

После обсуждения результатов работы схема на доске дополняется:

***Сердце укрепляют:*** физкультура, спорт, доброта, добрые дела, положительные эмоции

**Физкультминутка**.

1. **Повторение и закрепление изученного.**

***В виде игры «Цепочка знаний…»***

Игра проводится с мячом. Учитель начинает предложение: «Сегодня на уроке …» и бросает мяч одному из учащихся. Ученик, поймавший мяч, продолжает: я узнал, что… (кровеносная система состоит из и т.д.) и бросает мяч другому ученику, который в свою очередь говорит: я узнал, что… Помогает детям играть схема на доске.

— А теперь порассуждаем над народными поговорками, пословицами и словами мудрецов:

*Гигиена сердца предполагает добрые дела…*

*Сердце добра сеет вокруг себя здоровье, улыбку…*

*Нужно сеять добро каждым взглядом, каждым прикосновением. И сердце будет расти в этом упражнении добра.*

*Гнев человеку сушит кости и рушит сердце. (Русская пословица)*

— На основании слов мудрецов скажите, что еще кроме физкультуры и спорта укрепляет сердце? (Доброта, добрые дела, добрые слова, положительные эмоции укрепляют сердце, здоровье человека.)

— Повернитесь друг к другу и скажите по доброму слову.

**5. Подведение итогов урока. Рефлексия**.

- Что интересного для себя узнали?

— Какие знания были полезными для вас?

— Как вы себя чувствовали на уроке?

— Какая запись в нашем листе «Азбуки здоровья» подходит к сегодняшнему уроку? (Занятие физкультурой, спортом, физическим трудом)

— Скажите, что новое можно записать в наш лист «Азбуки здоровья»?

Открывается новый лепесток: **делать добро, поддерживать положительные эмоции.**

**Полезные советы»:**

*1. Почаще бывай на свежем воздухе, чтобы кровь получала больше кислорода.*

*2. Ешь мясо, рыбу, фрукты и овощи. В этих продуктах много железа, а железо необходимо крови. Оно помогает доставлять больше кислорода органам и тканям.*

*3. Ежедневно делай разнообразные физические упражнения. Это улучшает кровообращение.*

*4. Тщательно промывай и протирай спиртом, зеленкой царапины или порезы. Это предохранит кровь от микробов, которые могут попасть в нее через ранку!*

**9.** **Домашнее задание:**

Прочитать текст на с. 111-114 учебника, подготовить сообщение о значении сердца и крови в нашем организме.

Для желающих: посчитать пульс после сна, после зарядки, во время приготовления домашних заданий, после подвижных игр или физического труда.

Можно предложить для желающих в качестве идеального задания нарисовать здоровое и больное сердце.