**Конспект урока по окружающему миру**

**3 класс УМК «Гармония»**

**Учитель:** Коптева С.Ю.

**Тема: Мышцы, их разнообразие и функции**

**Оборудование:** учебники, тетради на печатной основе, рабочие листы, презентация

**Решаемые на уроке проблемы:** Для чего человеку мышцы, какими они бывают.

Как работают мышцы. Как правильно развивать мышцы.

**Формируемые знания и умения:** Значение мышц для организма, их разнообразие.

Скелетные мышцы, их крепление к костям. Свойства сухожилий, ахиллово сухожилие. Сокращение и расслабление мышц. Мимические мышцы. Упражнения для развития мышц. Основные понятия: мышцы, сухожилие, ахиллово сухожилие, скелетные и мимические мышцы. Умение характеризовать основные функции мышц.

Проводить наблюдения за работой суставов и мышц.

**Формируемые личностные качества, метапредметные УУД:**

Интерес к познанию и развитию своего организма.

Проводить наблюдения и самонаблюдения за эмоциональным состоянием.

Выполнять правила гигиены после физических упражнений.

Извлекать нужную информацию из разных источников знаний, обсуждать с одноклас-сниками полученные сведения.

Планировать исследования процессов жизнедеятельности организма, умение их моделировать.

|  |  |
| --- | --- |
| **Ход урока** | **Деятельность учащихся** |
| 1. **Организационный момент**

(Звучит релаксационная музыка)***Упражнение «Ветерок»***Поднять голову вверх, сделать глубокий вдохОпустить голову на грудь, сделать выдох ( подул тихий ветерок)***Упражнение «Шарик»***Представьте, что вы воздушные шарики.На счет 1-2-3-4 сделать 4 глубоких вдохаЗадержать дыханиеНа счет 1-2-3-4-5-6-7-8 медленный выдох1. **Проверка домашнего задания**

**А)** - Какую тему изучали на прошлом уроке?- Выполняя задание в тетради на печатной основе, все ли упомянутые кости нашли?- Кто изготовил подвижную модель скелета человека?- Кто проверил правильность своей осанки?***Б) Самооценка выполнения домашнего задания***- Оцените качество выполнения домашнего задания.Встаньте. Закройте глаза. Повернитесь:= (к окну) Я качественно подготовил домашнее задание. В знаниях уверен.= (к стене) Я готовил домашнее задание= (на месте) Я не готов к уроку.- Меня порадовало ………- Меня огорчило …….***В) Проверка выполнения домашнего задания***- Просмотрите содержание статьи- Составьте и запишите на рабочем листе «тонкий» вопрос- Составьте и запишите на рабочем листе «толстый) вопрос***Подведение итогов:*** - Самый интересный вопрос у …….- Самый трудный вопрос ……..- Кто пересел, отвечая на вопросы, несколько раз?1. **Объявление темы урока, постановка познавательных задач**

- Продолжим изучать организм человека.- Определите тему урока по содержанию ***слайда***- Рассматривая картинки на следующих слайдах, поставим познавательные задачи.1. **Работа по учебнику.**

(звучит релаксационная музыка)1. **Проверка выполнения задания**

**-** Какие новые понятия встретились? - ***Слайд:*** ребус – мышцы***Дополнительные сведения:**** Почему мышцы получили такое название?
* Ахиллово сухожилие

- Чему удивились при чтении статьи? ***(Слайды презентации)***1. **Физкультминутка**

- Поработаем разными мышцами своего лица***(Слайды презентации - смайлики)***1. **Моделирование сокращения и расслабления мышц. Исследование свойств суставов и мышц**

**-** Как работают наши мышцы? Рассмотрим их работу на примере мышц, сгибающих и разгибающих наши руки.***(Слайды презентации)*****А)** - Предположите, почему нарисованы пружинки?- Какая мышца может только сгибать руку?- Какая мышца может разгибать руку?- При этом мышцы не мешают друг другу, а действуют согласованно: когда одна мышца сжимается, другая расслабляется)**Б)** ***Выполните упражнения:*** = напрягите мышцы живота= согните и разогните ногу в колене= круговые движения (рука – нога) в разные стороныСложно обеспечить согласованную работу нескольких мышц.1. **Работа по учебнику**

- Прочитайте статью «Как развивать мышцы» и составьте советы, как развивать и укреплять мышцы.В классном уголке для развития мышц есть эспандеры, гантели, скакалки1. **Демонстрация фрагмента видеофильма «Анатомия человека для детей»**
2. **Подведение итогов урока**

**А) –** Встаньте**,** закройтеглаза, оцените свою работу. - Повернитесь (к окну) – Я очень старался, активно работал, у меня все получалось.- Повернитесь к стене – Я старался, но не все получилось, как хотелось.**Б) Видеовопросы**1. **Домашнее задание:** разгадать кроссворд по теме «Мышцы»
2. **Организованное окончание урока**

***(звучит песня в исполнении В. Леонтьева «Гиподинамия»***- Современный человек много времени проводит за компьютером, передвигается на автомобиле, пользуется лифтом. Малоподвижный образ жизни приводит к тому, что мышцы становятся дряблыми, движения в суставах затрудняются, наступает преждевременное старение.  | Учащиеся выполняют дыхательную гимнастику.Учащиеся демонстрируют модели скелета человека**Самооценка выполнения дом. задания**Учащиеся составляют «тонкие» и «толстые» вопросы.**Игра «Пересадка»**Учащиеся предполагают, что будут изучать науроке, ставят познавательные задачи.Учащиеся самостоятельно читают статью «Для чего человеку мышцы», заполняют рабочие листыУчащиеся называютосновные мышцы основные мышцы и сухожилия, различают их на рисунках-схемах, находятна своём теле, объясняют их функции и значение.Дополнительные сведения сообщают подготовленные учащиесяУчащиеся наблюдают работу мимических мышц.Учащиеся моделируют сокращение и расслабление мышц.Исследуют (с помощью специальных упражнений) свойства суставов и мышцУчащиеся составляют правила (советы), как развивать и укреплять мышцы, обсуждаютмеры предосторожности, которые нужно соблюдать при этом.***Самооценка работы на уроке*** |