**Познание мира, 3 класс.**

Учитель: Суттор Антонина Ивановна

Константиновская СОШ

Успенского Района

Павлодарской области

Тема. **Органы кровообращения. Сердце и его основная функция.**

**Практическая работа. Подсчет пульса.**

Цель: Дать понятие о том, что сердце, кровеносные сосуды – это

органы кровообращения, объяснить, что и сердце нужно закалять.

 - Научить считать пульс по ударам крови в кровеносных сосудах.

 - Расширить и углубить знания учащихся о своём организме.

 - Дать представление о том, что сердце – главный орган в  организме, что через кровь организм живёт, дышит и выводит вредные вещества.   - Умение самостоятельно делать выводы и высказывать своё  мнение.

Ход урока.

**I.Организационный момент.**

**II. Общее закрепление. Фронтальный опрос:**

          - Из каких частей состоит тело человека?

          - Что такое здоровье?

          - Отчего возникает искривление позвоночника?

          - Чем человек отличается от животных?

            ( Человек мыслит, обладает речью, трудится.)

          - Что такое «Валеология»?

            Отгадайте загадку: Горшочек умён, семь дырочек в нём. (голова)

**III. Объяснение нового материала.**

  - Сегодня мы с вами продолжим знакомиться со строением

     своего организма.

Рассказ учителя:

     - Каждый, конечно, слышал, как стучит  в грудной клетке

СЕРДЦЕ. Сердце – это орган, который состоит из  мышцы. Мыш

ца сердца попеременно то сокращается, то расслабляется. Сердце

работает у человека всю жизнь беспрестанно. Если сердце останав

ливается, наступает смерть.

       Сердце находится в левой части грудной клетки. Это плотный

мышечный мешок величиной с кулак. ( Давайте каждый сожмём

свои кулачки и узнаем, какого размера у каждого сердце. У всех

одинаковые кулачки? Вот и размер сердца у всех разный. А по мере вашего взросления вырастет и ваше сердце.) Сердце непрерывно сокращается и расслабляется. Оно – главный двигатель крови в нашем организме.

       Внутри сердца есть небольшие полые пространства. Когда

сердечная мышца расслабляется, в сердце  по трубочкам – кровеносным сосудам – вливается кровь. Когда сердце сжимается, оно. как насос, выталкивает кровь в другие кровеносные сосуды. Крупные кровеносные сосуды разветвляются на всё более мелкие.  Из сердца по кровеносным сосудам кровь идёт  во все органы  тела. Она снабжает их  питательными веществами и кислородом. Когда сердце расслабляется, кровь, обежавшая всё тело, снова возвращается и заполняет его. Такое движение в организме называется КРОВООБРАЩЕНИЕМ.

Сердце никогда не останавливается и делает за день до 12-ти тысяч ударов (сокращений). Толчки крови, выбрасываемой с силой из сердца, мгновенно отдаются в кровеносных сосудах. Это называется – ПУЛЬСОМ. Когда человек лежит, сердце делает 60ударов в минуту, при ходьбе – до 90 ударов , а при быстром беге –примерно 120 ударов (в минуту).

      Некоторые кровеносные сосуды на руках, на шее, на виске

иногда просвечивает  сквозь кожу.

      КРОВЬ – это жидкость ярко-красного цвета. Все вы её видели.

При порезах кожи кровь выступает из повреждённых сосудов наружу. В этом случае нужно быстро смазать по краям йодом и перевязать чистым бинтом. Тогда через неё внутрь кожи не попадут микробы и кровь быстрее перестанет течь. Если рана большая, немедленно обратитесь к врачу.

**V. Практическая работа**

       А) Рассмотрите на руках у себя, на висках и на  шее у своих

товарищей просвечивающиеся  сквозь кожу кровеносные сосуды.

       Б) Прижмите правую руку к левой части грудной клетки и постарайтесь почувствовать работу своего сердца. Сосчитайте количество ударов сердца за одну минуту. Когда начать и закончить подсчёты, вам подскажет учитель, следящий по часам за выполнением вашей работы

     В) Прижмите пальцы к тому месту на руке, где начинается

кисть. Здесь кровеносные сосуды подходят близко к поверхности кожи. Во время каждого сокращения сердца его толчок отдаётся и в кровеносных сосудах. Это ПУЛЬС. Сосчитайте, сколько раз в минуту бьётся ваш пульс. Число ударов сердца и пульса совпадают.

       Г) Сожмите кисть руки в кулак. Ваше сердце примерно такого размера, как кулак.

**VI.Работа по учебнику**. Чтение статьи.

Ответы на вопросы.

**VII. Рефлексия.**Где расположено сердце?

- Может ли сердце работать как отдельный орган?

  Почему? Докажи.

- Почему сердце сравнивают с мотором машины?

- Как надо развивать и укреплять сердце?

- Почему нельзя курить и употреблять спиртные напитки?

**VIII. Домашнее задание.**Прочитать и подготовить пересказ текста на стр. 13-16.

 Ответить на вопросы на стр. 17.

 Провести практическую работу и записать её результаты в  тетрадь по познанию мира: посчитать свой пульс после бега  в

течении 1-2 минут, в положении сидя, после ходьбы в течении

1-2 минут