

План-конспект урока по учебному предмету «Человек и мир» в 3 классе

*Ананенко И.Н., учитель начальных классов, первая квалификационная категория
ГУО «Мошканская средняя школа им.А.К.Горовца Сенненского района»*

Тема: Дыхание человека

Цель: формирование представления о дыхательной системе, значении органов дыхания для организма, взаимосвязи их строения с функциями.

Задачи:

- содействовать сознанию вреда курения для человека, продолжить воспитания бережного отношения к своему здоровью;
- способствовать развитию познавательного интереса к предмету, наблюдательности, мышления;
- учить принимать правильное решение на предложение покурить
- содействовать осознанию учащимися вреда табакокурения;
- стимулировать стремление вести здоровый образ жизни;
- развивать умение делать выводы и обобщения.

Ход урока

1. Организация начала урока

Здравствуй, ребята.

Каждый день мы говорим и слышим слова с корнем «-здрав», «Здравствуй», «Как ваше здоровье?», «Доброго здоровья», «Будьте здоровы».

Как вы думаете, почему?

Конечно, ведь здоровье – самое ценное богатство каждого человека.

Чтобы быть всегда здоровым

И прогнать болезни прочь,

Нужно быть всегда готовым

Самому себе помочь.

А для этого ребята

Каждый должен быть знаком,

С организмом человека –

А устроен сложно он.

2. Проверка домашнего задания

3. Сообщение темы и цели урока

- Ребята, отгадайте загадку: «Что никогда не лень делать?» (Дышать)

- Как только ребёнок рождается он приветствует мир громким криком.

Может он здороваётся, как умеет? Может, отчасти и так. Но этот крик имеет и

другое значение. С первым криком расправляются лёгкие новорожденного, и он начинает дышать. Поэтому, все окружающие ждут с нетерпением этот первый крик. Ведь если без еды человек может обходиться несколько недель, без воды – несколько дней, то без дыхания он погибнет через несколько минут. Когда мы хотим сказать, что без чего-то совершенно не можем обойтись, то говорим: «Нужен, как воздух,,,»

- Сегодня на уроке мы поговорим о том, почему человек дышит, почему лёгкие имеют такое название, почему вредно курить.

4. Объяснение нового материала

Беседа с элементами рассказа учителя «Как происходит процесс дыхания»

(Беседа сопровождается работой с таблицей «Органы дыхания» (Приложение 1.)

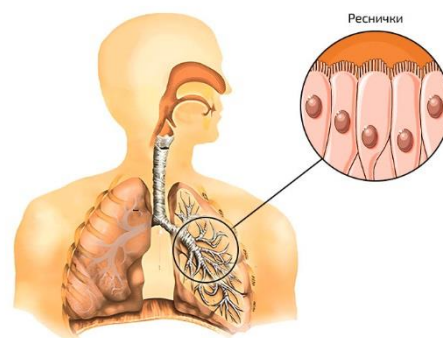
Основным органом, благодаря которому мы дышим, являются ЛЁГКИЕ. Наши легкие работают и днем и ночью, изо дня в день, месяц за месяцем, год за годом – всю нашу жизнь. Они работают, как отлаженный газовый насос. *На каком газе работает этот насос?*

Мы вдыхаем воздух. Для того чтобы попасть в легкие, воздух проходит длинный путь по целой системе трубок. *Как вы думаете откуда начинается этот путь?*

Начинается этот путь с НОСА. Здесь воздух очищается: волоски, растущие в ноздрях, задерживают крупные частички пыли, которые могли бы повредить нежную ткань легких. Здесь же воздух согревается. Согревание происходит по тому, что носовые ходы очень узкие, и в их стенках очень много кровеносных сосудов. Постоянно циркулирующая кровь согревает стенки, а от них нагревается воздух. Понимаете теперь как важно дышать носом, а не ртом.

Из носа согретый, увлажнённый и очищенный воздух попадает в ГОРТАНЬ, а затем по воздушной трубе – ТРАХЕЕ – в БРОНХИ. Внутри бронхов имеются малюсенькие реснички, которые быстро-быстро, со скоростью 500 раз в минуту, трепещут и постепенно выталкивают наружу прорвавшуюся сюда через все барьеры пыль. Без этих ресничек в наших легких в течение жизни скопилось бы полведра пыли! (Приложение 2.)

Бронхи входят в легкие и там разветвляются, как корни дерева. Именно этим путём попадает воздух в легкие.



Что собой представляют легкие? Внутри у них очень много крохотных, наполненных воздухом мешочков. Они похожи на виноградинки и называются очень красиво АЛЬВЕОЛЫ. (Приложение 3.)

Они, как резиновые губки, могут сжиматься и разжиматься при вдохе и выдохе. Вокруг альвеол – кровеносные сосуды и клетки крови. Они забирают из поступившего воздуха кислород. После каждого вдоха следует выдох. *А что мы выдыхаем?*

Тоже воздух, но с очень небольшим количеством кислорода и с большим количеством углекислого газа, а также воды.

УГЛЕКИСЛЫЙ ГАЗ – это отходы жизнедеятельности. Он должен быть удалён, что и происходит при выдохе. Лишняя вода также покидает нас в это время. Вспомните, как зимой, при выдохе изо рта вырывается белое облачко. На морозе мельчайшие капельки воды мгновенно замерзают и, превращаясь в льдинки, становятся видимыми. Но и летом можно увидеть выдыхаемую воду. Если подойти к оконному стеклу и выдохнуть на него, стекло запотеет. Это и есть та самая лишняя вода. За сутки ребёнок выдыхает около двух больших стаканов воды, а взрослый – целых четыре.

- Ребята, о каких органах дыхания мы узнали?
- Почему нужно дышать носом, а не ртом?
- Чем отличается воздух, вдыхаемый и выдыхаемый человеком?

Практическая работа

Подсчёт вдохов и выдохов в минуту, не задерживая дыхания. То же проделывается после 20 быстрых приседаний.

- Почему увеличилось количество вдохов и выдохов? (При движении потребность в кислороде увеличивается.)

Чтение статьи «Гигиена дыхания» (учебное пособие).

Работа по методике «Обучение сверстников». Класс делится на группы. Каждая группа получает задание.

Первая группа готовит устный журнал «Любопытные факты». Книжки Л. И. Дурейко, Г. Д. Лосева «Всё о твоём здоровье»

1. *Почему мы чихаем и кашляем?* (Кашель и чихание – наши помощники. Во время еды пища может попасть в дыхательное горло. Вместе с кашлем изо рта вылетают попавшие в дыхательное горло крошки. При болезни кашель удаляет из верхних дыхательных путей скопившуюся там слизь, мокроту. Чихание освобождает от пылевых частиц или слизи носовые ходы.)

2. *Почему легкие разные по размеру?* (Левое легкое вытянулось потому, что часть пространства оно уступило сердцу.)

3. *Почему легкие называют легкими?* (Средняя масса одного лёгкого всего 375 граммов.)

4. *Как дышит мозг?* (Мозг постоянно нуждается в кислороде. Без кислорода через несколько минут он становится вялым и начинает гибнуть. Но кислород не может проникать через кости черепа прямо в мозг. Сначала он должен пройти через трахею в лёгкие, затем в кровь и, наконец, в мозг.) (Приложение 4.)

Вторая группа готовит плакаты «Как сохранить легкие здоровыми». Учащиеся придумывают и выполняют рисунки к правилам сохранения легких здоровыми. (Приложение 5.)

Третья группа разыгрывает сценки, используя плакат «Пять способов отказа от курения» (Приложение 6.)

Возможные варианты:

Скажи «Нет!»	- Хочешь, сигаретой угощу? - Нет!
Пошути	- На, закури! - Ты меня так сильно не любишь, что предлагаешь закурить?
Смени тему	- Пойдём покурим? - Давай лучше в футбол поиграем!
Отойди	- Не бойся, закури. Ты что, маленький? - Нет, я уже достаточно большой, чтобы самому решать, что мне делать.

Четвёртая группа разучивает и проводит с классом игры на развитие дыхания.

«Свеча», «Проколотый мяч», «Пильщик», «Егорки»

Физкультминутка

Отчёт групп о проделанной работе

Сигарета — друг или враг человека? Почему? Курят ли твои близкие люди? О чём бы тебе хотелось поговорить с ними?

Посмотрите как выглядят лёгкие курящего и здорового человека. (презентация)

Никотин действует на мозг человека и способствует развитию тяжёлой болезни – рака.

Болезни органов дыхания бывают и при переохлаждении. Закалённые люди не переохлаждаются.

5. Закрепление изученного материала.

- Мы сегодня много говорили о гигиене органов дыхательной системы. А сейчас я бы хотел проверить, как вы это усвоили.

1. Как называется система, в которую объединяются органы дыхания?

- | | |
|--------------------|--------------------|
| A) костно-мышечная | C) пищеварительная |
| B) дыхательная | D) нервная |

2. Органы дыхания.

- | | |
|------------------------------|----------------------------|
| A) пищевод, печень, желудок. | C) трахея, бронхи, лёгкие. |
| B) глотка, кишечник, лёгкие. | |

3. Куда вначале попадает воздух?

- | | |
|-------------|-------------|
| A) в нос | C) в трахею |
| B) в лёгкие | |

4. Что происходит с воздухом в носу?

- | | |
|----------------|----------------------------|
| A) согревается | C) согревается и очищается |
| B) очищается | |

5. Определи последовательность работы органов дыхания при вдохе.

- | | | |
|-----------------|-----------------|--------------------|
| A) бронхи, нос, | B) нос, трахея, | C) лёгкие, бронхи, |
| лёгкие, трахея | бронхи, лёгкие | трахея, нос |

(Приложение 7.)

Ребята подписывают названия органов дыхания. Взаимопроверка в парах. (Приложение 8)

- *Что надо делать для того, чтобы лёгкие были здоровыми?*
- *Закончите предложение: «Сегодня я понял (а) ...»*

6. Подведение итогов урока.

- Согласитесь ли вы, не доучив уроки, пойти в зоопарк? Или не вымыть посуду, посмотреть телевизор? С годами у вас будет всё больше предложений – заманчивых, любопытных, приятных, от которых трудно отказаться. Очень часто мы соглашаемся с ними, хорошо понимая, какие неприятности и последствия для здоровья за этим последуют. Иногда такие поступки совершаются из-за солидарности с товарищами, из-за желания не оказаться

белой вороной, но чаще всего потому, что осознаётся ценность собственного здоровья.

Я думаю, что каждый из вас сможет всегда сделать правильный выбор.

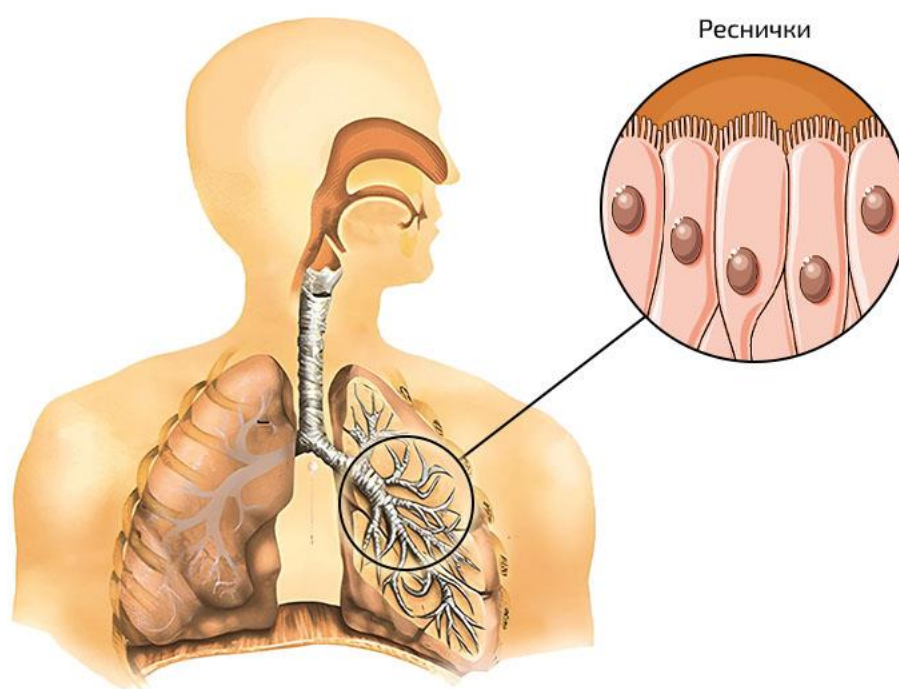
7. Домашнее задание

Прочитать статьи «Дыхание», «Курить – здоровью вредить». Подготовить монолог анти-рекламу курения (продолжительность не более 1 минуты) на основе любого источника информации (по желанию).

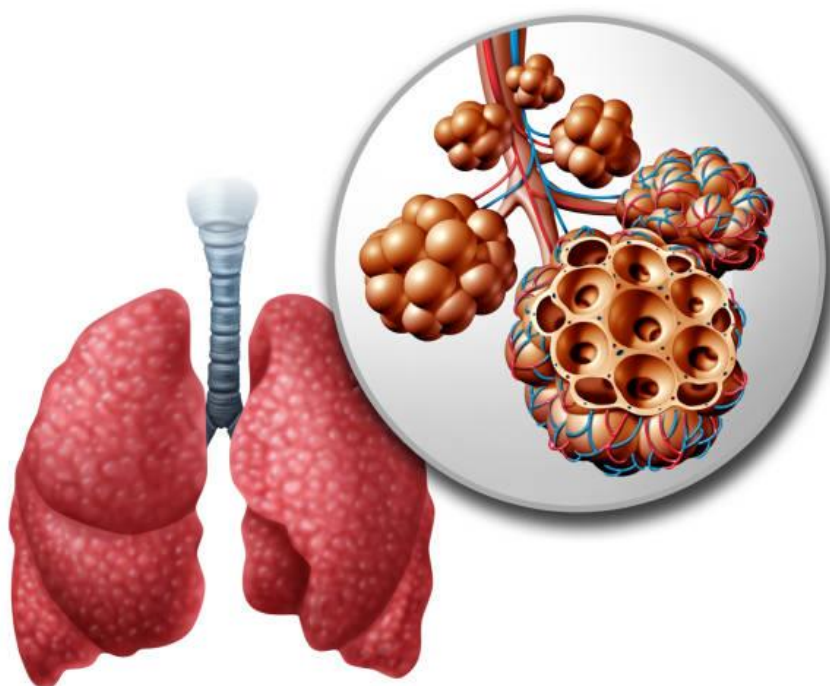
Приложение 1.



Приложение 2.



Приложение 3.



Приложение 4.

1. Почему мы чихаем и кашляем?	
2. Почему легкие разные по размеру?	
3. Почему легкие называют легкими?	
4. Как дышит мозг?	

Приложение 5.

Старайся меньше дышать загрязнённым воздухом. Если там, где ты живёшь, воздух сильно загрязнён, окна в квартире лучше открывать ночью, когда воздух чище.	
---	--

Чаще ходи в парк, на берег реки, озера, выезжай за город. Чистый воздух, особенно воздух хвойного леса, полезен для здоровья. Убивают микробов солнечные лучи. Почти нет микробов в морозном воздухе.	
Старайся поменьше простужаться – инфекция может проникнуть в бронхи или лёгкие и вызвать тяжёлые заболевания.	
Уже сейчас, пока ты маленький, дай себе слово, что никогда не будешь курить и пить алкогольные напитки. Алкоголь и курение очень вредны для здоровья в целом и особенно для легких.	
Чаще проветривай помещение. Воздух особенно чист ночью и рано утром. Проветривание уносит пыль и излишки углекислого газа.	
Комнатные растения поглощают газ и выделяют кислород. От батарей отопления воздух становится сухим, даже в горле может запершить. Комнатные растения увлажняют воздух. Ещё они уничтожают микробов.	
Затрудняет дыхание неправильная осанка.	

Приложение 6.

Скажи «Нет!»
Пошути
Смени тему
Отойди
Придумай лучший способ

Приложение 7.

1. Как называется система, в которую объединяются органы дыхания?

А) костно-мышечная

С) пищеварительная

В) дыхательная

Д) нервная

2. Органы дыхания.

- А) пищевод, печень, желудок. С) трахея, бронхи, лёгкие.
В) глотка, кишечник, лёгкие.

3. Куда вначале попадает воздух?

- А) в нос
В) в лёгкие
С) в трахею

4. Что происходит с воздухом в носу?

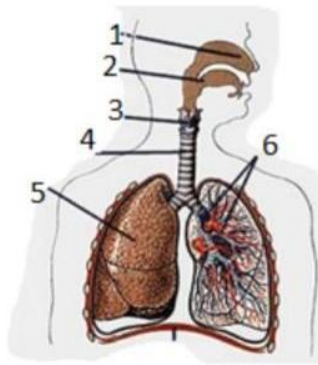
- А) согревается
В) очищается
С) согревается и очищается

5. Определи последовательность работы органов дыхания при вдохе.

- А) бронхи, нос, лёгкие, трахея
В) нос, трахея, бронхи, лёгкие
С) лёгкие, бронхи, трахея, нос

Приложение 8.

Подпиши названия органов дыхания



- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____
- 4 _____;
- 5 _____
- 6 _____