

Опорно - двигательная система

Окружающий мир 3
класс

Жигулина Ольга
Геннадьевна

2009-2010 год

ТЕСТ

Ответьте на вопросы и
впишите буквы
правильных ответов



1 2 3 4 5 6 7

--	--	--	--	--	--	--

1. Как называется способность человека чувствовать прикосновения, боль, тепло и холод?



А) осязанием

Б) обонянием

В) вкусом

**2. Какую роль играет жир,
который выделяет кожа?**



А) жир делает кожу мягкой и упругой

Б) жир делает кожу крепкой и сильной

В) жир делает кожу ловкой и стройной

**3. Какие предметы ухода за кожей
указаны правильно?**



**А) зубная щетка, зубная паста,
жевательная резинка**

Б) мочалка, мыло, полотенце, крем

В) гуталин, обувная щетка, клей

**4. Назови орган, расположенный
внутри черепа?**

А) почки

Б) головной мозг

В) селезенка



5. Зачем нужно знать свой организм?



А) чтобы сохранять и укреплять здоровье

Б) чтобы человек мог мыслить, говорить, трудиться

В) чтобы умело использовать свои возможности

6. Организм человека состоит из органов. В какой строчке указаны только органы человека?



А) глаза, легкие, желудок, кожа

Б) сердце, головной мозг, почки, кровь

В) печень, уши, желчь, кишечник

7. Сколько органов чувств ты знаешь?

А) 7

Б) 6

В) 5



					6
		3	4	5	
1	2	Ж			
с	к	е			
е	р	л			
р	ов	у			
д	ь	д			
ц		о			
е		к			

1. Не часы, а тикает

2. Бесконечный поезд, развозящий по телу питательные вещества. Когда сытый, он молчит. Когда голоден –

					6
		3	4	5	Р
1	2	Ж	Г	Л	О
С	К	Е	Л	Е	Т
Е	Р	Л	А	Г	
Р	ОВ	У	З	К	
Д	Ь	Д		И	
Ц		О		Е	
Е		К			

4. Орган зрения

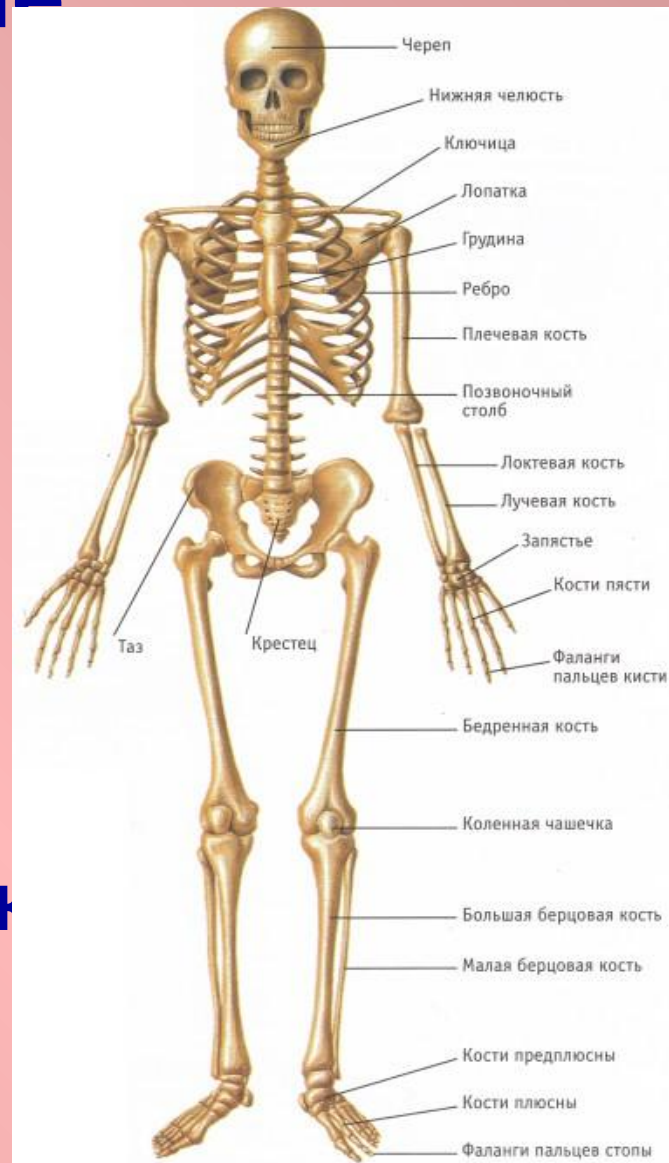
5. Органы
дыхания
человека

6. И говорит, и
кушает.

Опора тела и движение

СКЕЛЕТ

- надежная опора тела
- состоит из костей, скрепленных между собой (примерно 220 костей)
- между костями хрящи
- защищает сердце, мозг, легкие и другие важные органы человека от механических повреждений



ОТДЕЛЫ СКЕЛЕТА



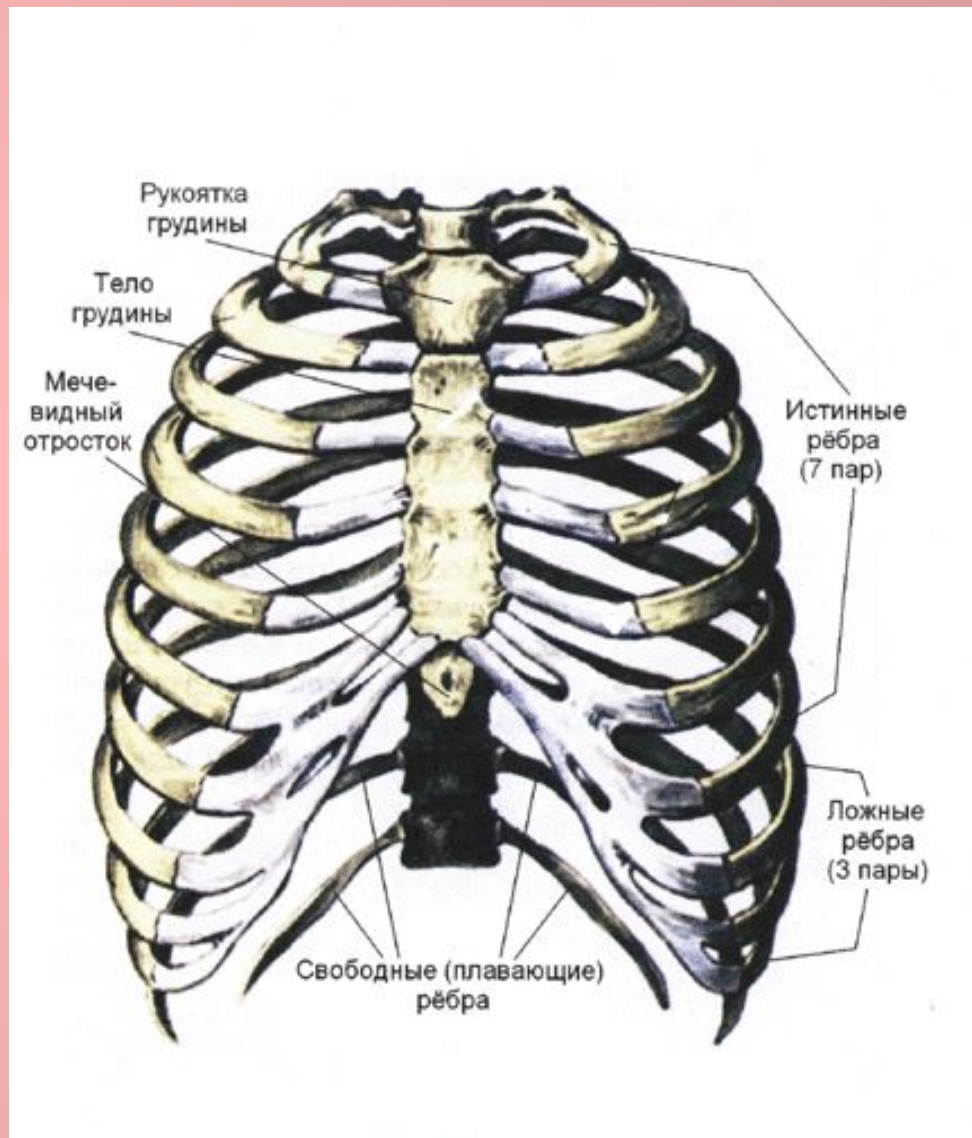
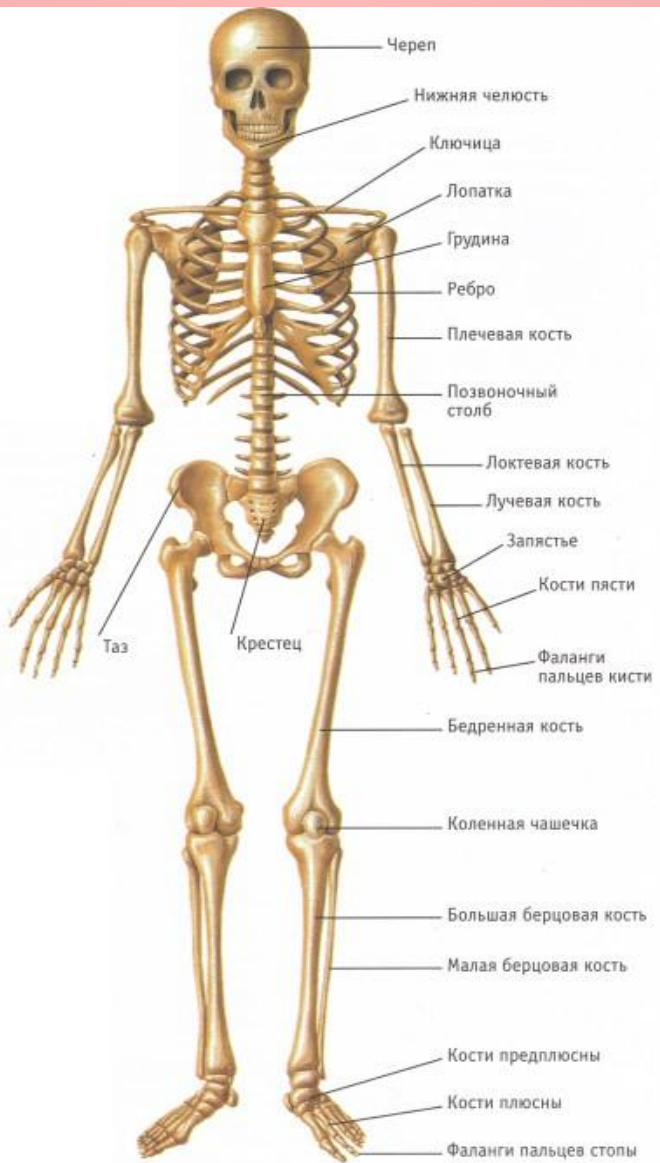
Кости туловища

Позвоночник (основа
туловища 33-34
позвонка)

- шейный
- грудной
- поясничной
- крестцовый
- копчиковый

Грудная клетка
(защищает сердце, легкие,
печень, желудок)

- позвоночник
- ребра
- грудина



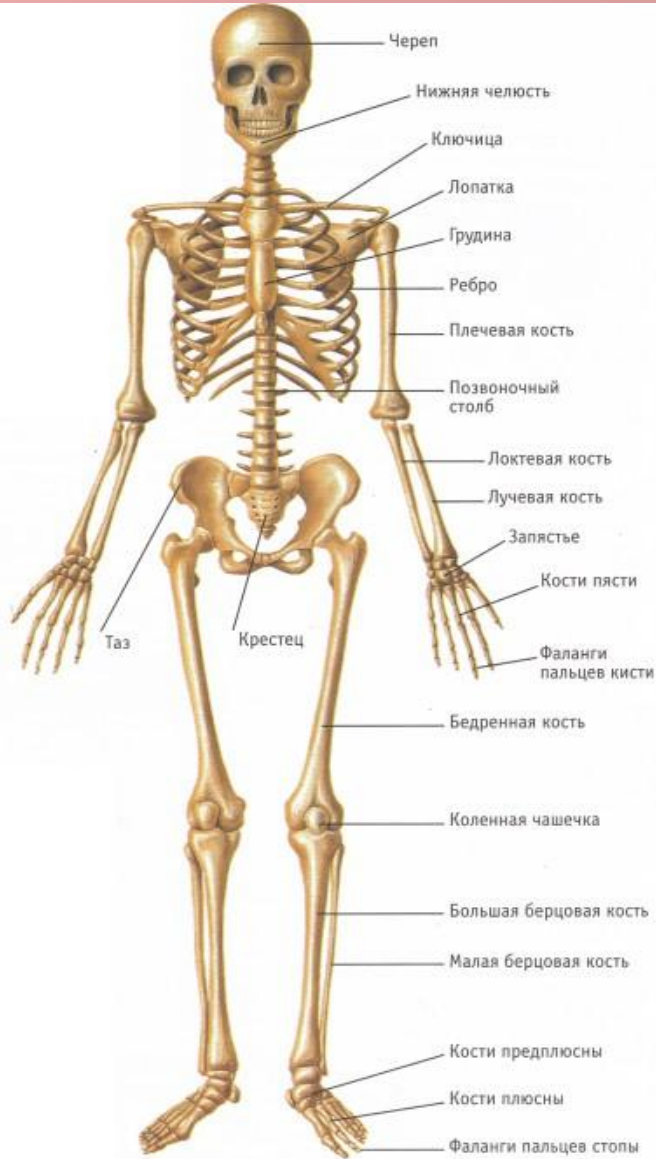


**Кости
верхних
конечностей**

- плечо
- предплечье
- кисть

**Кости
нижних
конечностей**

- бедро
- голень
- стопа



Кости черепа



Черепная коробка

- кости соединены неподвижно
- защищают головной мозг от повреждений

Лицевой отдел

- нижняя челюсть подвижна
- позволяет открывать и закрывать рот



Опорно-двигательная система

```
graph TD; A[Опорно-двигательная система] --> B[Сухожилия  
(прикрепляют мышцы к скелету)]; A --> C[Скелет  
(опора тела)]; A --> D[Мышцы  
(приводят в движение кости скелета)];
```

Сухожилия
Я
(прикрепляют мышцы к скелету)

Скелет
(опора тела)

Мышцы
(приводят в движение кости скелета)

Мышцы и сухожилия



Травмы позвоночника

```
graph TD; A[Травмы позвоночника] --> B[Ушибы]; A --> C[Переломы];
```

Ушибы

Переломы

- Не прыгайте неожиданно на своих товарищей
- Не бейте друг друга по голове
- Не выкручивайте друг другу руки
- Не ставьте подножки

У здорового человека
правильная **ОСАНКА**.

Осанка – это определенное
положение тела человека.



Памятка

- Сиди всегда прямо, слегка наклонив голову вперед, но не очень низко
- Не опирайся на край стола. Между столом и грудью должно быть расстояние, равное ширине ладони
- Ноги всегда ставь на пол ступней
- Руки должны лежать на столе свободно, плечи надо держать на одной высоте
- При объяснении учителя можешь откинуться на спинку стула
- При ходьбе держись прямо, не сутулься
- Тяжелые вещи надо распределять равномерно в две руки
- Нельзя спать на сильно прогибающейся кровати. Постель должна быть ровной
- Больше двигайся. Занимайся спортом