

Краматорська загальноосвітня школа І-ІІІ ступенів

Бінарний хвильовий урок з біології та української мови

**Тема : «Здорова спина. Постава в описах
зовнішності людини»**



Підготували вчителі:

Русова І.М. та Гардаш М.В.

Краматорськ 2018

Тема. Здорова спина. Постава в описах зовнішності людини.

Мета: повторити та закріпити знання про будову хребта людини, виділити його значення в пристосуванні організму до навколишнього середовища, узагальнити й закріпити знання учнів про будову і значення опорно-рухового апарату, про особливості будови кісток; повторити особливості опису зовнішності людини, з'ясувати роль постави в описах зовнішності людини, удосконалювати культуру усного й писемного мовлення; сприяти збагаченню словникового запасу школярів; розвивати вміння порівнювати, аналізувати, використовувати раніше отримані знання та навички для засвоєння нових та їх узагальнення, розвивати спостережливість, відчуття прекрасного; акцентувати увагу на необхідності турбуватися про власне здоров'я.

ХІД УРОКУ

I. Організаційна частина (у вигляді фізкультхвилинки).

Добрий день!

Трава - низенька-низенька (присісти).

Дерева - високі-високі (потягнутися).

Вітер дерева колише, гойдає (нахили тулуба).

То вправо, то вліво хитає,

То вперед, то назад.

Птахи летять, прилітають (помахати руками, як крилами),

А учні тихенько за парти сідають

І біологію з українською мовою вивчають.

Сьогодні ми поговоримо про опорно-рухову систему (про спину) і про поставу в описах зовнішності людини.

II. Повідомлення теми та мети уроку.

БЛОК 3 БІОЛОГІЇ

III. Актуалізація опорних знань.

Річ у тому, що спини у усіх дорослих хоч би іноді болять, а ось у дітей спини хворіти не повинні. Вони мають бути здоровими! Але все-таки що

потрібно зробити для того, щоб проблеми зі спиною прийшли як мога пізніше? Давайте дізнаємося!

А чому б і ні! Кожна людина хоче бути привабливою, гарно ходити, високо тримати голову. А хто ж заважає? Людина сама собі господар, саме від неї залежить, чи матиме вона гарну поставу, легку ходу, чи ходитиме зігнута і, втягнувши голову в плечі, човгатиме ногами. Бо від постави залежить не лише краса, а й здоров'я людини.

А чому так трапляється, що дитина стає калікою і вже нічого не можна виправити? Вона горбиться, човгає ногами, криво ходить...

(Відповіді дітей.)

А все стається не в одну мить, а з часом. Ви ростете і розвиваєтеся, кожна кісточка займає своє положення у тілі, і поки діти маленькі, у них формується скелет, розвиваються м'язи.

Ви ознайомилися з результатами дослідження що до ваги шкільного портфеля учнів нашої школи. Результати зовсім не радують! Найбільше перевищення ваги у п'ятикласників, у деяких учнів були дуже важкі портфелі! Це призводить до швидкої втоми та викривлень хребта!

Скажіть, з чого складається опорно-рухова система?

(*Опитування*)

IV. Засвоєння нових знань.

Про деякі складові ми розповімо детальніше.

Хребет, також хребетний стовп (лат. *collumna vertebralis*) — частина скелета, яка є головною віссю та опорою тіла.

Хребет це складний орган, який виконує безліч функцій.: опорну, захисну (захищає спинний мозок) і рухову. Він здійснює такі рухи: згинання (160°) і розгинання (145°); нахили вбік (165°); скручування (120°). Найбільш рухомим є шийний і поперековий відділи.

Людині потрібно рівно та вертикально стояти та прямо ходити. Для цього хребет має чотири фізіологічних вигини. Два вперед — лордоз (шийний і поперековий), два назад -кіфози (грудний, крижовий). Вигини хребта сформувались у зв'язку з вертикальним положенням тіла людини. Завдяки ним навантаження розподіляється рівномірно по всьому хребту, якщо порушити нормальні вигини, порушується і робота хребта, він починає швидко старіти.

ВІДЕМАТЕРІАЛ

Бесіда: Так як же можна уникнути формування неправильної постави?

БЛОК 3 УКРАЇНСЬКОЇ МОВИ

III. Актуалізація опорних знань.

1. Бесіда.

- Коли виникає необхідність описувати зовнішність людини?
(До опису зовнішності людини вдаються в різних ситуаціях: коли під час розмови діляться враженнями про знайомих; описують прикмети людини, коли її треба впізнати серед інших.)
- На що в першу чергу звертається увага? *(Увага звертається на те, що передусім впадає у вічі, а це – постава.)*
- У яких стилях мовлення може бути складений опис зовнішності людини?
- Як називається опис зовнішності людини в художньому творі?
(Портрет.)

IV. Засвоєння нових знань.

Епіграф до етапу засвоєння нових знань: « Без постави кінь – корова»
(прислів'я).

- 1) Словникова робота: з'ясувати значення слова *постава*.
(Постава – це звичне положення тіла під час ходіння, сидіння, манера тримати себе, деталь зовнішності людини.)
- 2) Робота з текстом: з прикладів портретів літературних героїв вибрати ті, де описується постава.

(«Висока, прямесенька, як стрілочка...», - так описує Марусю з однойменної повісті Г. Квітка-Основ'яненко.

Спиридон Черкасенко у своєму оповіданні «Маленький горбань» подає такий опис зовнішності Павлуся – головного героя твору – хлопчика душевно красивого й щедрого: «Невеличка рідковолоса голівка його майже ховалася за горбом», «журні сині очі», «худі, гострі коліна».)

- 3) Дібрати епітети, порівняння, які можуть бути доречними при описі постави.
- 4) Проблемні питання:
 - Як би ви хотіли, щоб описували вашу поставу? *(Прямісінька, як стрілочка; красива; правильна.)*
 - Щоб вона такою була, що потрібно робити?
 - Який висновок можна зробити? *(Красива постава – це здорова спина.)*

V. Закріплення вивченого матеріалу (етап спільний для обох блоків).

Питання до учнів:

- Діти! Ви знаєте, як називається лікар, який лікує стину?

Правильно, це ортопед. ОРТОПЕД - лікар, що займається проблемами кісток, суглобів, хребта. Часто може виступати в одній особі з хірургом.

Запрошений лікар-ортопед (цю роль може виконувати заздалегідь підготовлений старшокласник) розповів учням, які види спорту корисні для формування правильної постави і здорової спини, як правильно сидіти, носити рюкзак.

VI. Узагальнення й систематизація вивченого.

Медіа гра. (Див. додаток.)

VII. Оцінювання з коментуванням.

Оцінювання проводилося у вигляді видачі фішек з коментуванням.

Мультимедійна гра «Будь здоровий!»

ПІДГОТУВАЛИ ВЧИТЕЛІ КРАМАТОРСЬКОЇ ЗОШ №9 :
ГАРДАШ М.В.
РУСОВА І.М.

Правила гри

- ▶ Учні обирають сектор з певною кількістю балів. Запитання містять у собі два напрямки – біологія та українська мова. Команда, яка набере більше балів, перемагає. Команді може дістатися сектор «Кіт у мішку».

Біологія

10

20

30

40

50

Українська мова

10

20

30

40

50

Лікар, що лікує спину

Ортопед



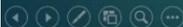
Стан нашого здоров'я на 50 % залежить від нашого способу життя, на 29% - від спадковості, на 10 % від медичного обслуговування. Від чого ще залежить здоров'я на решту 20 % ?

Від стану
навколишнього
середовища



Як називається опис зовнішності людини?

Портрет



Розподілити подані означення (з довідки) за деталями портрета.

Довідка: привітний, серйозний, високий, стрункий, згорблений, середній, відкритий, невисокий, прямий.

| Погляд | Зріст | Постава |
|-----------|-----------|------------|
| привітний | високий | стрункий |
| серйозний | середній | згорблений |
| відкритий | невисокий | прямий |



Відновити прислів'я, користуючись довідкою.

Без здоров'я ...
Доки здоров'я служить...
Весела думка ...
Глянь на вигляд...
Здоров'я...
Люди часто хворіють...

Довідка: а здоров'я - змолоду; то людина не тужить; немає щастя; а все інше наживемо; бо берегтися не вміють; і про здоров'я не питають; половина здоров'я; найдорожчий скарб.



Прочитайте фразеологізми, які характеризують зовнішність людини, з'ясуйте їх значення.

1. Хоч з лица воду пий. 2. Кров із молоком. 3. Шкіра та кістки.

4. Біла ворона.

1. Вродливий;

2. Здоровий;

3. Худий;

4. Не схожий на інших.



