**Тема: Кожа. Значение кожи для организма человека. Гигиена кожи.**

**Цель:** к концу урока дети должны иметь представление о строении кожи, знать о её значении для организма, понимать необходимость соблюдения гигиены кожи.

**Задачи:**- формировать представление о коже, ее значении для организма человека;

- содействовать осознанию учащихся необходимости ухаживать за кожей, воспитанию стремления выполнять правила ухода за кожей;

- развивать элементарные исследовательские умения, умения устанавливать причинно-следственные связи.

**Оборудование:** таблица «Строение кожи», стаканчики с водой, лоскутки ткани, стёклышки для опытов, салфетки, проектор.

**Ход урока**

1. **Организация начала урока.**

- Давайте настроимся на плодотворную работу, возьмитесь за руки, я передаю вам свой импульс удачи, а у вас забираю волнение и неуверенность.

1. **Актуализация знаний**

- Орган слуха?

- Орган зрения?

- Орган обоняния?

- Какой орган управляет всеми остальными органами?

- Какая защита есть у головного мозга? Зачем?

- Где находится спинной мозг?

- Что такое нервная система? Как действует эта система?

- Какие действия вы выполняете не задумываясь?

- Какие обдуманно?

- Что вы знаете о гигиене умственного труда?

1. **Введение в тему *(СЛАЙД 1)***

- Чтобы ум развивать, надо делать зарядку для ума. А какие упражнения для такой зарядки вы знаете? ( загадки, ребусы, заучивание наизусть, кроссворды…) я для тренировки предлагаю вам ребус.

КОЖА

Это и есть объект нашего урока. Мы сегодня будем говорить о коже человека.

***(СЛАЙД 2)***

**Тема урока** **Кожа. Значение кожи для организма человека. Гигиена кожи.**

- Какие знания мы должны получить к концу урока? (узнать зачем человеку кожа, какая она, её свойства, как за ней ухаживать…)

- А чтобы у нас всё получилось, мы постараемся быть на уроке какими? (внимательными, активными, уверенными, сосредоточенными…)

- Нам нужно многое успеть!

1. **Изучение нового материала**

- Вы когда-нибудь задумывались над тем, что все люди рождаются в особенной ,но одинаковой одежде – коже. Почему я назвала кожу одеждой? ( покрывает тело). Есть ли на здоровом человеке такое место, где не было бы кожи?

А знаете ли вы, что эта одёжка весит около 2, 5 кг.?

Я предлагаю вам сейчас превратиться в серьёзных людей и заняться серьёзным, но очень интересным делом – исследованием. Давайте изучим такой привычный, но весьма загадочный и самый большой орган нашего тела.

***Опыт№1***- Я приглашаю к себе самого смелого и честного.

*Завязываем глаза, даём в руки ручку, книгу, яблоко, конфету*… Ученик узнаёт предметы, называет их свойства .

**Вывод: кожа чувствительна,** значит, в ней есть нервные окончания. **Кожа является органом осязания – ощущение прикосновения..**

Между прочим, это свойство часто нас спасает. Догадаетесь когда? (Реагирует на боль…)

***Опыт№2***Проведите рукой по своей коже, коже соседа (по щеке, руке…) теперь по наждачной бумаге. Сравните ощущения.

Вывод: кожа гладкая, тёплая (в обычном состоянии), мягкая.

***Опыт №3*** **«Не сахарный , не растаешь» - правда ли это? Почему кожа не тает под воздействием воды?**

Опустите пальчик в стакан с водой, намочите и кусочек ткани. Вытрите всё салфеткой. Потрогайте ещё раз . В чём разница? Что чувствуете?

Вывод: кожа не промокает.

***Опыт №4*** Попробуйте согнуть кулачок. Получилось?

А теперь захватите на сгибе пальчика кожу, попробуйте согнуть этот пальчик.

Вывод: кожа эластичная. Зачем нам эластичная кожа?

***Опыт №5***Теперь потрите пальчиком лоб, нос и дотроньтесь до стёклышка. Мы испачкали стёклышки. Но чем?

*Вывод:* кожа выделяет жир.

***Наблюдение*** Закасайте рукав. Рассмотрите руку. Что видите? (Волоски)

А ещё в коже есть маленькие, невидимые глазу дырочки – поры. Как вы думаете, зачем они нужны? (Кожа дышит)

С помощью пор кожа спасает человека от жары и холода, т.к. они способны открываться и закрываться.

Открываются они ….? (В жару)

А закрыты …? (В холод. Не пускают внутрь холод и одновременно сохраняют накопившееся тепло внутри).

А когда вам холодно, что может образовываться на коже? (Пупырышки)

***(СЛАЙД №3 )***

***Послушаем «эксперта по замерзанию»(рассказывает подготовленный ученик)***

*Когда ты мёрзнешь, то покрываешься «гусиной кожей». Тело покрывается пупырышками, а волоски топорщатся. Происходит это потому, что организму не хватает теплоты, и он «зовёт» на помощь кожу. В глубоком слое кожи находятся мышечные клетки. В нужный момент они сокращаются, сжимаются, поэтому поры кожи закрываются, и появляются пупырышки. Если сокращаются клетки вокруг волосяного мешочка (из которого растёт волосок), волос «встаёт» вертикально. Когда поры закрываются , теплота сохраняется внутри тела. Так что «гусиная кожа» защищает организм от переохлаждения.*

1. **Работа с учебником**

Прочитайте самостоятельно статью на с. 116. О чём мы не сказали? (Потовые железы)

***(СЛАЙД №4 )***

***У нас есть ещё один эксперт. Послушаем его. »(рассказывает подготовленный ученик)***

*Потовые железы расположены по всей поверхности кожи. Пот выступает всегда, только видим мы его , когда нам очень жарко. В жару организм человека сильно перегревается и требует охлаждения. Пот выделяется, испаряется с поверхности кожи и охлаждает тело человека. Вместе с потом из нашего тела выделяются соли , разные вредные вещества, а также много воды. За сутки через кожу выделяется до полутора литров воды. Вот почему в жару нам хочется пить.*

- Что нового и интересного вы услышали?

Сейчас мы совершим маленькое путешествие внутрь нашей кожи .мы сегодня много говорили , слушали, читали о ней, так давайте же посмотрим как это примерно выглядит. У нас будет свой экскурсовод.***(Рассказывает подготовленный ученик)***

***(плакат- схема строение кожи)***

*- Нам будут мешать стаканчики с водой. Надо убрать воду, но куда?(Полить цветы в классе. Бережное использование водных ресурсов)*

***(СЛАЙД №5 )***

**Физкультминутка**

**Лягушки**

На болоте две лягушки, две зелёные подружки

Утором рано умывались, полотенцем растирались.

Ручками похлопали, ножками потопали.

Вот здоровья в чём секрет! Всем друзьям физкульт–привет!

**Гномики (тренажёр для глаз с картинками)**

*Во время проведения физкультминутки незаметно для детей заменить или добавить лишние таблички на доске)*

1. **Закрепление новых знаний**

Всё ли верно я запомнила о свойствах кожи? (На доске карточки, найти лишнее)

**7. Работа в группах**

- А вы умываетесь так, как наши лягушки? Значит вы соблюдаете правило гигиены, которое гласит, что обязательно нужно умываться когда?

Поговорим об этом подробней.

И у нас ещё один гость… ***(видеоролик: обращение гимназической медсестры к ученикам)***

***(СЛАЙД №6 )***

Объединяемся в группы. Вспоминаем правила работы в группе.

Каждая группа получает вопрос или задание.

Назовите предметы, на которых больше всего накапливаются микробы.

Когда нужно обязательно мыть руки?

Назовите способы начального закаливания организма.

По каким причинам цвет кожи человека может измениться?

Перечислите все возможные средства гигиены.

Соберите пословицы. Одну из них объясните.

Отчёт групп.

- На самом ли деле так важно соблюдать гигиену?

1. **Итог**

**Синквейн (**например)

**кожа**

**мягкая упругая**

**защищает покрывает дышит**

**соблюдайте правила бережного отношения**

**одежда**

**Оценивание детей.**

1. **Рефлексия**

**Что понравилось, запомнилось?**

Приложение 1

**Свойства**







- Если бы кожа не способствовала охлаждению организма, то через 12 часов наша кровь бы закипела.

- Знаете ли вы, что на 1кв. см. кожи могут жить до 40 тыс. микробов. Должны ли мы помогать коже избавлению от микробов?

Потовые железы выполняют очень важную функцию – они контролируют температуру тела. В теле человека их примерно 2-3 миллиона. На первом месте по количеству потовых желез находятся ладони и ступни, потом идет лоб.

Самая толстая кожа на подошвах ног и ладонях. На подошвах ног она достигает толщины полтора миллиметра. На веках она самая тонкая.

**Чистая вода – для хвори беда.**

**Болезнь с чистотой враждует.**

**Кожа – зеркало здоровья.**

**Где много грязи,там раздолье заразе**

Приложение 2

**Буклет**

****

****