

## **Технологическая карта урока (3 класс, «Школа России»)**

### **Предмет: окружающий мир.**

**Тема:** Общее представление о строении организма человека. Температура тела, частота пульса как показатели здоровья человека.

**Тип урока:** открытие новых знаний.

**Цель:** сформировать начальные представления о строении человеческого организма и ключевых показателях здоровья (температура, пульс); научить измерять и оценивать эти показатели в простых условиях.

### **Задачи:**

познакомить с основными системами организма (кратко: опорно-двигательная, кровеносная, нервная);

объяснить, что такое нормальная температура тела и частота пульса, почему они важны;

отработать навыки измерения температуры и подсчёта пульса;

развивать наблюдательность, умение анализировать свои ощущения и данные измерений; воспитывать бережное отношение к здоровью, интерес к анатомии.

### **Планируемые результаты:**

*предметные:* знают основные системы организма, понимают значение температуры и пульса, умеют измерять их простыми способами;

*метапредметные:* наблюдают, сравнивают, делают выводы, работают в парах, оформляют результаты;

*личностные:* осознают ценность здоровья, проявляют любознательность.

### **Оборудование:**

учебник по окружающему миру (3 класс);

термометр (несколько штук);

секундомер / часы с секундной стрелкой;

раздаточные листы «Мои показатели здоровья» (таблица: дата, температура, пульс);

плакат/презентация «Строение организма человека» (упрощённая схема); стикеры для рефлексии.

## **Ход урока**

### **1. Организационный момент (2 мин)**

Приветствие, проверка домашнего задания, проверка готовности.

*Учитель:* Вот и прозвенел звонок,

Нужно нам начать урок.

Встаньте прямо, подтянитесь

И друг другу улыбнитесь.

А теперь садитесь!

– Проверим готовность к уроку

Настрой: «Сегодня, ребята, мы заглянем внутрь собственного тела! Узнаем, как мы устроены и как понять, что мы здоровы».

### **2. Мотивация и актуализация знаний: «Загадка двух цифр» (5 мин)**

Учитель (показывает на доске два числа: 36,6 и 80):

«Перед вами —

два очень важных числа. Они есть у каждого из нас прямо сейчас. Если они в норме — мы чувствуем себя хорошо. Если меняются — это сигнал: что-то не так.

Догадались, что это за числа?»

Диалог с классом:

*Ученики (предположения):* «Это рост и вес?», «Может, возраст?», «Температура?».

*Учитель:* «Да, первое число — это пример нормальной температуры тела.

А второе? Что может биться 80 раз в минуту?»

*Ученики:* «Сердце!», «Пульс!».

Учитель: «Верно! Как выдумаете какая будет тема сегодняшнего урока?»

Ученики называют тему

Учитель: Сегодня мы с вами изучим Общее представление о строении организма человека. Температура тела, частота пульса как показатели здоровья человека

### 3. Постановка цели и задач (3 мин)

Учитель: Исходя из темы нашего урока, какую цель мы с вами поставим?

Ученики: «Цель нашего урока — узнать:

как в общем устроен наш организм;

что показывают температура и пульс»

Учитель: А чтобы достичь нашей цели, мы должны решить следующие задачи

Ученики: Узнаем общее строение человека

Научимся измерять температуру тела человека

Научимся измерять пульс

Учитель: Давайте вспомним, что мы с вами знаем о строении организма человека

Сейчас я вам раздам карточки оценивания знаний, в которых в самостоятельно будете оценивать свою работу по баллам. В карточке написаны номера задания и прописаны баллы, сколько вы можете заработать, выполнив задания и раздаю карточки с заданием №1.

Учитель выдает карточки с заданием №6 из ВПР по окружающему миру

- Рассмотрите изображение человека. Покажи стрелками и подпиши кишечник, стопа и позвоночник человека так, как показано на примере.



Ученики выполняют задание (2 мин), выполняют самопроверку по слайду презентации.

Ребята, проверьте свои ответы, внимание на экран

Проговариваю еще раз критерии

### 4. Открытие нового знания (10 мин)

#### Шаг 1. Кратко о строении организма

Учитель (с опорой на плакат/презентацию): «Наш организм — это сложная машина. В ней есть важные “детали”:

*кости и мышцы* — помогают двигаться;

*сердце и сосуды* — гонят кровь по телу;

*мозг* — управляет всем, как компьютер.

Сейчас я вам раздам карточку №2, но перед этим прошу вас объединиться в пары

Чтобы выполнить карточку, вам нужно обратиться к учебнику, откройте пожалуйста стр.122-123

Раздаю карточки №2  
Объясняю задание  
(Назару помогает Е.Е.)

Ученики выполняют задание (5 мин), выполняют самопроверку по слайду презентации.

Учитель комментирует каждый слайд

Сл.6

### **Строение тела изучает наука АНАТОМИЯ**

Задачами анатомии как науки являются установление и описание формы, строения, положения органов и их взаимоотношений с учетом возрастных, половых и индивидуальных особенностей.

Сл.7

### **Органы, выполняющие общую работу, образуют СИСТЕМУ ОРГАНОВ**

Согласованная работа органов обеспечивает функционирование целого организма.

Сл.8

### **Желудок, кишечник и другие органы образуют ПИЩЕВАРИТЕЛЬНУЮ систему.**

Пищеварительная система обеспечивает измельчение и переваривание пищи, даёт организму строительный материал для роста и развития, а также энергию для жизни.

Сл.9

### **Сердце и кровеносные сосуды образуют КРОВЕНОСНУЮ систему.**

Которая обеспечивает циркуляцию крови в организме человека. Благодаря циркуляции крови кислород, а также питательные вещества доставляются органам и тканям тела, а углекислый газ, другие продукты метаболизма и отходы.

Сл. 10

### **Управляет деятельностью всего организма НЕРВНАЯ система.**

Она состоит из головного мозга, спинного мозга и нервов. Ко всем органам тела от головного и спинного отходят нервы, похожие на белые шнуры и нити. По ним в мозг поступают различные сигналы, а от мозга идут обратные сигналы.

Сл.11

### **Опорно-двигательная система**

**Опорно-двигательная система человека** — это система, которая состоит из скелета и мышц. Её главная роль — обеспечение опоры и движения организма. Мышцы прикрепляются к скелету и заставляют его двигаться по команде мозга. Без мышц все кости были бы не подвижны.

Сл.12

### **Система органов дыхания**

Состоит из носовой полости, гортани, трахеи, бронхов и легких. Каждую минуту клетки нашего организма нуждаются в кислороде, с помощью которого они получают из органических веществ необходимую энергию и помогают избавиться от углекислого газа, который выделяется при получении энергии.

*Учитель:* ребята попрошу вас поставить баллы за выполнение второй карточки, было у вас пять предложение и если все 5 вы ответили правильно, то ставите 5 баллов и т.д.

Ребята, давайте вспомним какую первую задачу мы с вами ставили перед собой в начале урока?

Ответы учеников:

Учитель: мы справились с вами с этой задачей? мы с вами познакомились с общим строением организма человека Сл. 13

#### *Сл.14 Физминутка*

Учитель: Для выполнения следующих задач, нам нужно отправиться в медицинский уголок

Сл.15

#### Шаг 2. Температура тела

Учитель ЕЕ: «Добрый день, мы станем маленькими врачами — будем наблюдать, измерять и делать выводы!»

*Выдает халаты, перчатки*

Учитель: «Почему у нас тёплая кожа? Потому что внутри идёт обмен веществ. Нормальная температура — около 36,6 °С.

Если выше — тело борется с болезнью.

Если ниже — может быть переохлаждение.

Как измерить? Термометром!»

*Демонстрация: учитель показывает, как правильно держать термометр, сколько ждать. Виды термометров.*

#### Шаг 3. Пульс

Учитель: «Сердце бьётся и гонит кровь. Каждый удар создаёт волну — это и есть пульс. В покое у детей 70–90 ударов в минуту — это норма.

Где можно почувствовать пульс? На шее, на запястье».

*Практика: ученики прикладывают пальцы к запястью, пытаются нащупать пульс. Учитель помогает, показывает точку.*

*Показывает пульсометр, тонометр*

#### Шаг 4. Почему это показатели здоровья?

Учитель: «Если температура поднялась до 38 °С — тело борется с вирусами. Если пульс слишком частый — сердце работает с перегрузкой. Врачи всегда смотрят на эти цифры, чтобы понять, всё ли в порядке».

#### **5. Практическая работа в группе (10 мин)**

Задание: измерить температуру и пульс друг у друга, записать в лист «Мои показатели здоровья».

Инструкция:

Измерьте температуру (под наблюдением учителя).

Посчитайте пульс за 15 секунд, умножьте на 4 (получите удары в минуту).

Запишите данные в таблицу.

Сравните с нормой (на доске: температура 36,0–37,0 °С; пульс 70–90 уд./мин.).

Образец записи:

Дата	Температура	Пульс (уд./мин)
10.12.2025	36,7 °С	80

Примеры ответов учеников:

«У меня температура 36,6 — в норме!»

«Пульс 84 — почти как у взрослого!»

«А у Пети температура 36,9 — он, наверное, только что бегал!»

«Я сначала не чувствовал пульс, а потом нашёл — он бьётся!»

Обсуждение:

*Учитель:* «Почему у кого-то пульс чуть выше, у кого-то ниже?»

*Ученики:* «Кто-то волновался», «Кто-то только что ходил быстро», «У спортсменов пульс обычно реже».

### **Практическое задание**

Попрыгайте 10 раз.

Снова измерьте пульс.

Сравните с предыдущим значением.

*Учитель:* «Что изменилось? Почему?»

*Ученики:* «Пульс стал чаще — сердце работает активнее, когда мы двигаемся!»

Возвращаются за парты

**Учитель:** Что нового вы узнали и чему научились?

**Ученики:** Научились измерять температуру и пульс

### **Сл.16 Вопросы какая норма температуры у ребенка 10 лет?**

### **Какая норма пульса у ребенка 10 лет?**

Учитель: Значит мы решили все задачи и пришли к своей цели

Сл.17-18

### **6. Закрепление: «Доктор, что со мной?» (5 мин)**

Учитель: Сейчас мы проверим, как хорошо вы усвоили сегодняшнюю тему?

я вам предлагаю решить тест по Карточке №3

### **7. Итог урока (2 мин)**

Учитель:

Что такое нормальная температура?

Как посчитать пульс?

Почему эти показатели важны?

Примеры ответов учеников:

«Нормальная температура — примерно 36,6 °С».

«Пульс считаем за 15 секунд и умножаем на 4».

«Если температура или пульс не в норме, это сигнал — надо обратить внимание на здоровье».

### **8. Рефлексия (3 мин)**

Приём «Незаконченное предложение»: Слова на доске

Учитель (обобщает): «Вы сегодня —

настоящие юные врачи! Запомните: следить за температурой и пульсом —

это просто и очень важно. Берегите себя и будьте здоровы!»

### **9. Домашнее задание (1 мин)**

**Дифференцированное**

**На «5» решить задания на платформе Учи.ру**

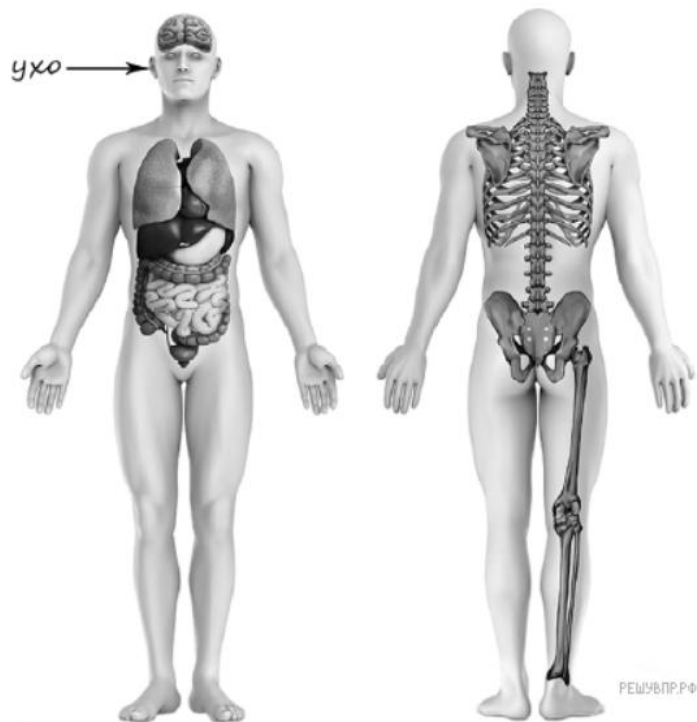
**На «4» решить кроссворд**

**На «3» заполнить таблицу «Мои показатели здоровья» утром и вечером**

Карточка № 1

Имя \_\_\_\_\_

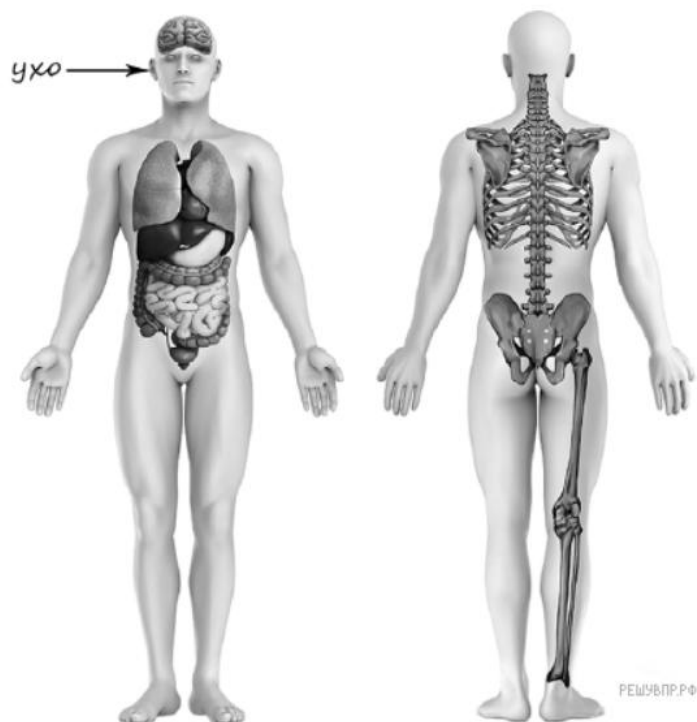
Рассмотри изображение человека. Покажи стрелками и подпиши *кишечник, стопа и позвоночник* человека так, как показано на примере.



Карточка № 1

Имя \_\_\_\_\_

Рассмотри изображение человека. Покажи стрелками и подпиши *кишечник, стопа и позвоночник* человека так, как показано на примере.





Карточка № 2      Имя \_\_\_\_\_

**Работа с учебником**

**Открой учебник на странице 122-123, Найди в тексте определения и вставь пропущенные слова**

Строение тела изучает наука \_\_\_\_\_

Органы, выполняющие общую работу, образуют \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

Желудок, кишечник и другие органы образуют \_\_\_\_\_  
систему.

Сердце и кровеносные сосуды образуют \_\_\_\_\_  
систему.

Управляет деятельностью всего организма \_\_\_\_\_  
система.

Карточка № 2      Имя \_\_\_\_\_

**Работа с учебником**

**Открой учебник на странице 122-123, Найди в тексте определения и вставь пропущенные слова**

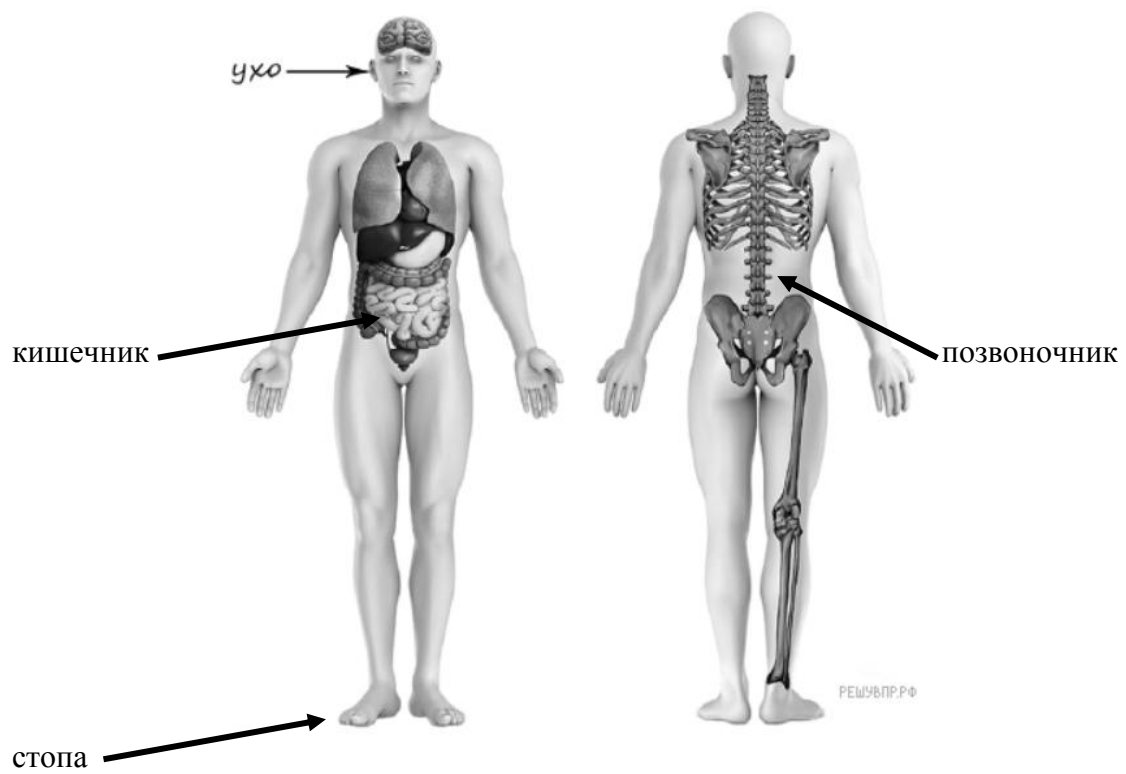
Строение тела изучает наука \_\_\_\_\_

Органы, выполняющие общую работу, образуют \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_.

Желудок, кишечник и другие органы образуют \_\_\_\_\_  
систему.

Сердце и кровеносные сосуды образуют \_\_\_\_\_  
систему.

Управляет деятельностью всего организма \_\_\_\_\_  
система.



Фамилия Имя \_\_\_\_\_

Дата \_\_\_\_\_

### Карточка оценивания

Название задания	Критерии оценивания	Баллы
Карточка №1	Всё правильно - 3 балл 1 ошибка – 2 балл 2 ошибки – 1 балл 3 ошибки – 0 баллов <u>Максимальное количество баллов - 3</u>	
Карточка №2	За каждый правильный ответ - 1 балл, <u>Максимальное количество баллов - 5</u>	
Карточка №3	Всё правильно - 3 балл 1 ошибка – 2 балл 2 ошибки – 1 балл 3 ошибки – 0 баллов <u>Максимальное количество баллов - 3</u>	
Итого/Оценка	Максимальное количество баллов – 11 Оценка «5» - 9-11 баллов Оценка «4» - 7-8 баллов Оценка «3» - 6-5 баллов Оценка «2» - менее 4 баллов	

**Мои показатели**                      **Имя** \_\_\_\_\_

**Задание:** измерить температуру и пульс друг у друга, записать в лист «**Мои показатели здоровья**».

Инструкция:

Измерьте температуру (под наблюдением учителя).

Посчитайте пульс за 15 секунд, умножьте на 4 (получите удары в минуту).

Запишите данные в таблицу.

Сравните с нормой (на доске)

«Мои показатели здоровья»

Состояние	Температура	Пульс (уд./мин)
В покое	°С	
После нагрузки	°С	

**Практическое задание**

Попрыгайте 10 раз.

Снова измерьте пульс.

Сравните с предыдущим значением и запишите как оно изменилось.

(Из частоты пульса после нагрузки отнять частоту пульса в покое)

\_\_\_\_\_

Ответ:

**Мои показатели**                      **Имя** \_\_\_\_\_

**Задание:** измерить температуру и пульс друг у друга, записать в лист «**Мои показатели здоровья**».

Инструкция:

Измерьте температуру (под наблюдением учителя).

Посчитайте пульс за 15 секунд, умножьте на 4 (получите удары в минуту).

Запишите данные в таблицу.

Сравните с нормой (на доске)

«Мои показатели здоровья»

Состояние	Температура	Пульс (уд./мин)
В покое	°С	
После нагрузки	°С	

**Практическое задание**

Попрыгайте 10 раз.

Снова измерьте пульс.

Сравните с предыдущим значением и запишите как оно изменилось.

(Из частоты пульса после нагрузки отнять частоту пульса в покое)

\_\_\_\_\_

Ответ:



Домашнее задание  
«Мои показатели здоровья»

Измерить температуру и пульс утром и вечером, записать в таблицу

Время суток	Температура	Пульс (уд./мин)
Утро	°С	
Вечер	°С	

Домашнее задание  
«Мои показатели здоровья»  
Измерить температуру и пульс утром и вечером, записать в таблицу

Время суток	Температура	Пульс (уд./мин)
Утро	°С	
Вечер	°С	

Карточка № 4

Реши тест

1. «Температура 37,5 °С, пульс 100 уд. /мин. Что можно предположить?»

А) Всё в порядке, показатели в норме

**Б) Человек заболел — температура повышена, пульс частый**

В) Для взрослого человека пульс и температура в норме

*Ответ:*

2. «Температура 34,8 °С, пульс 58 уд. /мин. Это нормально?»

**А) Это не норма, возможно человек переохладился**

Б) Возможно, человек заболел — температура понижена, пульс частый

В) Для ребёнка пульс чуть ниже нормы, но если он спокоен, это может быть вариантом нормы

*Ответ:*

3. «Температура 36,6 °С, пульс 80 уд. /мин. Как самочувствие?»

**А) Всё в порядке, показатели в норме**

Б) Возможно, человек заболел — температура повышена, пульс частый

В) Это не норма, возможно человек переохладился

*Ответ:*

Карточка № 4

Реши тест

1. «Температура 37,5 °С, пульс 100 уд./мин. Что можно предположить?»

А) Всё в порядке, показатели в норме

Б) Человек заболел — температура повышена, пульс частый

В) Для взрослого человека пульс и температура в норме

*Ответ:*

2. «Температура 34,8 °С, пульс 58 уд./мин. Это нормально?»

А) Это не норма, возможно человек переохладился

Б) Возможно, человек заболел — температура понижена, пульс частый

В) Для ребёнка пульс чуть ниже нормы, но если он спокоен, это может быть вариантом нормы

*Ответ:*

3. «Температура 36,6 °С, пульс 80 уд./мин. Как самочувствие?»

А) Всё в порядке, показатели в норме

Б) Возможно, человек заболел — температура повышена, пульс частый

В) Это не норма, возможно человек переохладился

*Ответ:*