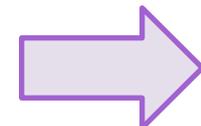
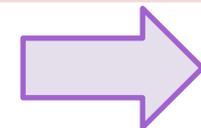


Презентация к уроку окружающего мира,  
1 класс УМК «Школа России»

## « Зачем мы спим ночью? »





Ребята , хорошо ли вы  
спали сегодня ночью?  
А вот Муравьишка спал плохо.  
И знаете, почему? Всю ночь его мучил  
вопрос: „Зачем мы спим ночью?“ Давайте  
подумаем, как ответить Муравьишке, и  
всё ему скажем, когда он  
проснётся.





Посмотри мультфильм о том, что происходит в организме пока мы спим:

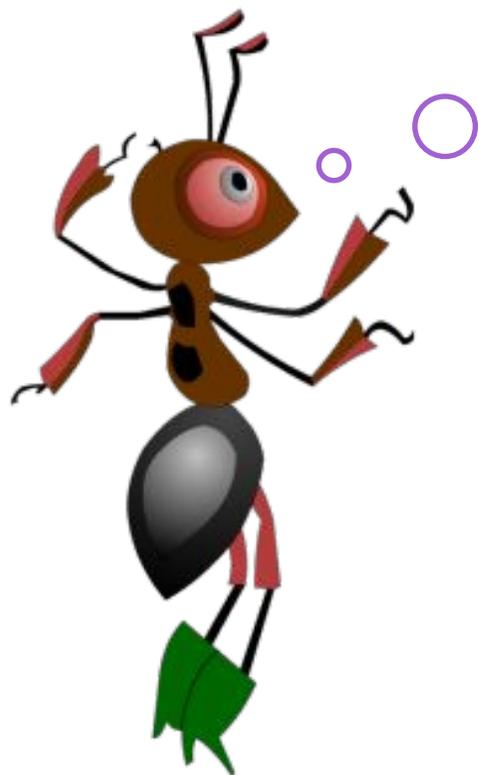
<https://yandex.ru/video/preview/?filmId=11271547927839208&text=зачем%20мы%20спим%20ночью%20презентация%201%20класс%20школа%20россии&path=wizard&parent-reqid=1586942188057463-992315023489370077200166-prestable-app-host-sas-web-yp-108&redircnt=1586942300.1>



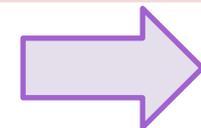
ЖМИ НА  
ВОПРОС

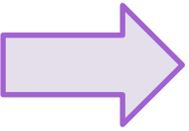


**Какой вывод мы можем сделать:  
для чего надо спать? Сколько часов в  
день должны спать дети вашего возраста,  
чтобы организм смог полностью  
восстановить свои силы?**



За день человек устаёт. Чтобы отдохнуть и набраться сил, нужно спать. Ложиться спать надо вовремя. Если будешь засиживаться допоздна, то не выспишься. Если ты не выспался, не сможешь хорошо работать на уроке, будешь невнимательным, раздражительным, плаксивым.





# Ребята!

## Запомните правила здорового сна.

Выбирайте любую маленькую картинку, читайте правило, рассматривайте картинки.



Ложиться спать и вставать в одно и то же время.

Правила здорового сна



Перед сном надо совершить прогулку, умыться или принять душ.

Правила здорового сна



Нельзя перед сном смотреть страшные фильмы, играть в шумные игры, драться, читать волнующие книги.

Правила здорового сна



Нельзя перед сном смотреть страшные фильмы, играть в шумные игры, драться, читать волнующие книги.

Правила здорового сна



Спать в полной темноте.

Правила здорового сна



Спать в хорошо проветриваемом помещении,  
при открытой форточке.

Правила здорового сна



Спать на ровной постели.

Правила здорового сна



**Полицейский**



**Таксист**



**Пекарь**



**Врач**



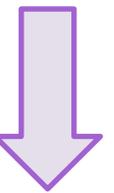
**Пожарный**



**Лётчик**



**Люди, которые не спят ночью**



**Поросята**



**Котята**



**Лисята**



**Слон**



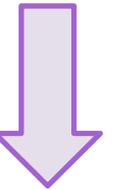
**Медведь**



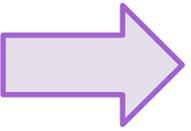
**Жираф**



**Животным тоже нужен отдых, поэтому они спят.**



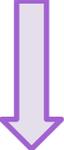
Ребята , а вот некоторые животные ночью не спят. Отгадайте про них загадки. Чтобы проверить себя, нажмите снова на загадку.



Всю ночь летает,  
Мышей добывает,  
А станет светло -  
Спать летит в  
дупло.

Днём спит,  
Вниз головой висит,  
Ночью летает,  
Пищу на лету  
добывает.

То погаснет, то  
зажжётся  
Ночью в роще  
огонёк.  
Угадай, как он  
зовётся?  
Ну, конечно...  
!



Целый день он  
спать не прочь,  
Но едва настанет  
ночь,  
Запоёт его смычок.  
Музыканта звать...

Полежала между  
ёлками  
Подушечка с  
иголками.  
Тихонечко лежала,  
А вечером вдруг  
побежала.

Он в лесу ночами  
рыщет,  
Пропитанье себе  
ищет?  
Страшно слышать  
пасти щёлк...  
Кто в лесу  
зубастый..



Выполни задания  
в Рабочей тетради  
на с.35



# Интернет источники



[Учитель](#) [Ночь](#) [Сон](#) [Мальчик](#) [Девочка](#)  
[Планшет](#) [Сон](#) [Душ](#) [Страшилки](#) [За столом](#)  
[Темнота](#) [Проветривание](#) [Ровная постель](#)  
[Полицейский](#) [Таксист](#) [Пекарь](#) [Врач](#)  
[Пожарный](#) [Лётчик](#)  
[Поросята](#) [Котята](#) [Лисята](#) [Слон](#)  
[Медведь](#) [Жираф](#) [Сова](#) [Сверчок](#)  
[Летучая мышь](#) [Светлячок](#) [Ёж](#)  
[Волк](#)

Текстовый материал и загадки взяты из книги  
Поурочные разработки по предмету  
«Окружающий мир» 1 класс Е.М.Тихомирова

