

Муниципальное общеобразовательное учреждение «Лицей №26»

Блок лабораторных работ к теме **«Самопознание, самовоспитание»** по предмету **«Я открываю Мир»** (проектная деятельность, ЦОР) в 1-х классах.

Учителя: Попова Л.А., Штерн Н.Н.



Город Подольск
2011-2012 учебный год

Лабораторная работа

«Греет ли шуба?»

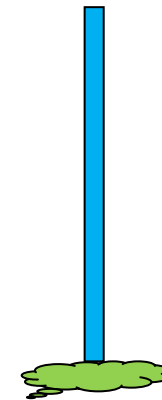
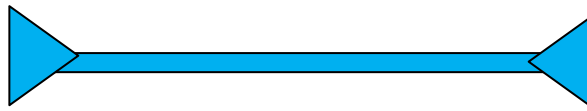
1. Одно мороженое положить на тарелку.
2. Второе мороженое завернуть в полотенце и в шубу.
3. Через 15 минут достать мороженое из шубы.
4. Сравнить два мороженых.
5. Сделать вывод.
6. Дать всем совет.



Лабораторная работа

«Пuls. Сердечко»

1. Сделать стетоскоп из трубочки и бумажных воронок. Послушать биение сердца.
2. На запястье пластилином приклеить трубочку, она будет вздрагивать при биении пульса. С помощью секундомера замерить пульс. Сколько ударов в минуту?
3. Испытуемый приседает.
4. С помощью секундомера замерить пульс.
5. Сделать вывод.
6. Дать совет.



Лабораторная работа



«Две ладони»

1. Намазать левую ладонь маслом.
2. Правую ладонь оставить чистой.
3. Положить ладони на рис.
4. Поднять руки и внимательно посмотреть на ладони.
5. Сделать вывод.
6. Дать всем совет.



Лабораторная работа

«Сколько воздуха в лёгких?»

1. Один человек кладёт руку на живот и задерживает дыхание, другой человек с секундомером измеряет «сколько мы можем не дышать».



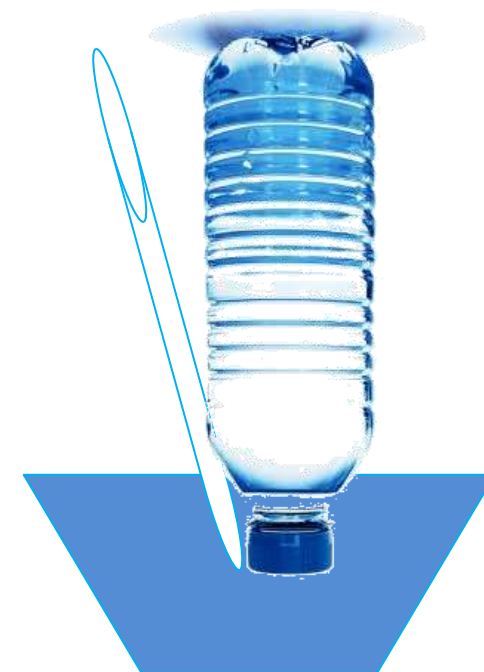
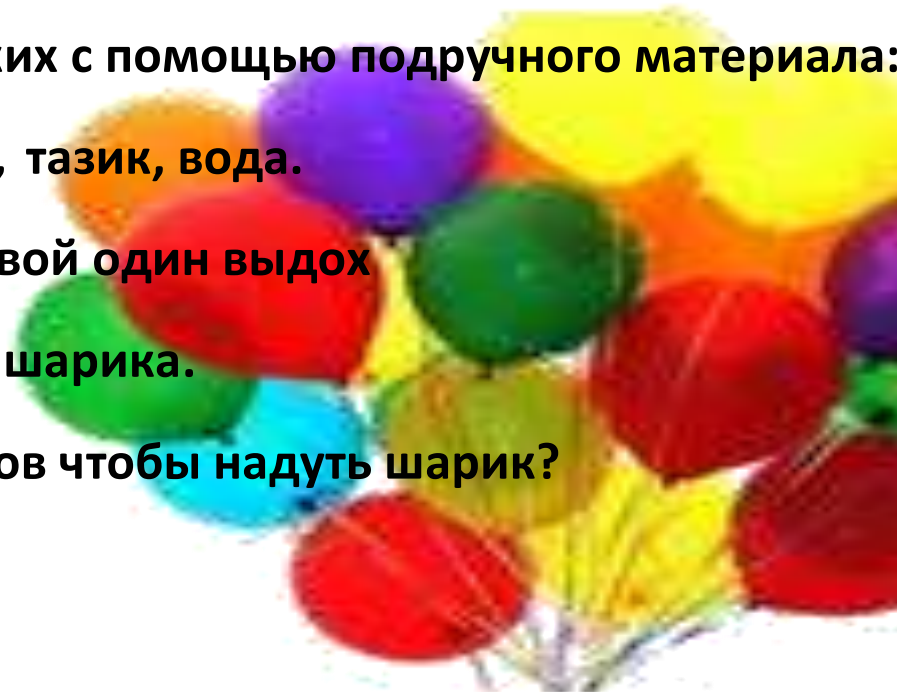
2. Измеряем объём лёгких с помощью подручного материала: пластмассовая бутылка, тазик, вода.

3. Весь класс измеряет свой один выдох с помощью воздушного шарика.

4. А сколько надо выдохов чтобы надуть шарик?

5. Сделать выводы.

6. Дать советы.





Лабораторная работа

«Тест на правильную осанку».

1. Встать вплотную к стене. Если ваша ладонь не проходит между спиной и стеной, то осанка хорошая.

2. «Ласточка» - при прямом позвоночнике равновесие удерживается 2,5 – 2 минуты.

3. Сделать выводы.

4. Дать совет.





Лабораторная работа

«Вечный двигатель»

1. Взять в правую руку груз в 1 кг, поднять, отметить на доске высоту подъёма.

Поднять несколько раз и опять отметить высоту подъёма.

2. Взять груз в левую руку, поднять, отметить высоту подъёма.

3. Сравнить результаты.

4. Сделать вывод.

5. Дать совет себе и другим.



































**Эти работы можно
с успехом
выполнять дома!
Желаем Вам
успехов в
самопознании и
самовоспитании!**