



И.В. Потапов, Е.В. Саплина, А.И. Саплин

Окружающий мир

3
класс

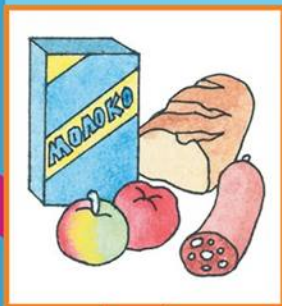
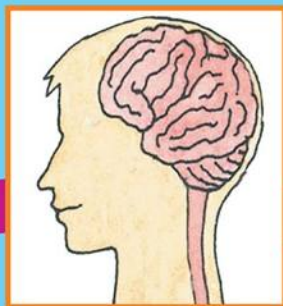
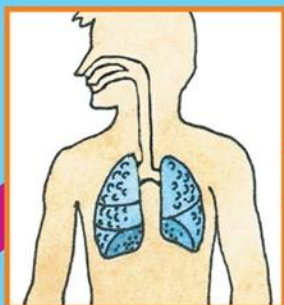
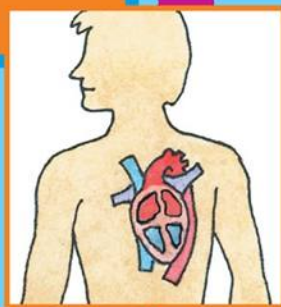


Часть 2

АСТ • Астрель



ЧЕЛОВЕК





ЧЕЛОВЕК В ОБЩЕСТВЕ





**И. В. ПОТАПОВ,
Е. В. САПЛИНА, А. И. САПЛИН**

Окружающий мир



Учебник

В двух частях

Часть 2

Рекомендовано
Министерством образования и науки Российской Федерации



АСТ • Астрель
Москва • 2015

УДК 373:502
ББК 20я71
П64

Комплект учебников для начальной школы «Планета знаний» издается под общей редакцией И. А. Петровой

Авторы учебника

«Окружающий мир. 3 класс»:

Г. Г. Ивченкова, И. В. Потапов (часть 1),
И. В. Потапов, Е. В. Саплина, А. И. Саплин (часть 2)

Рецензенты:

Научная экспертиза — Российская академия наук,
Педагогическая экспертиза — Российская академия наук,
Общественная экспертиза — Российский книжный союз.

Условные обозначения



Основная часть



Вариативная часть



Работа в паре



Задания по выбору



Интеллектуальный марафон



Творческие задания



Поиск информации

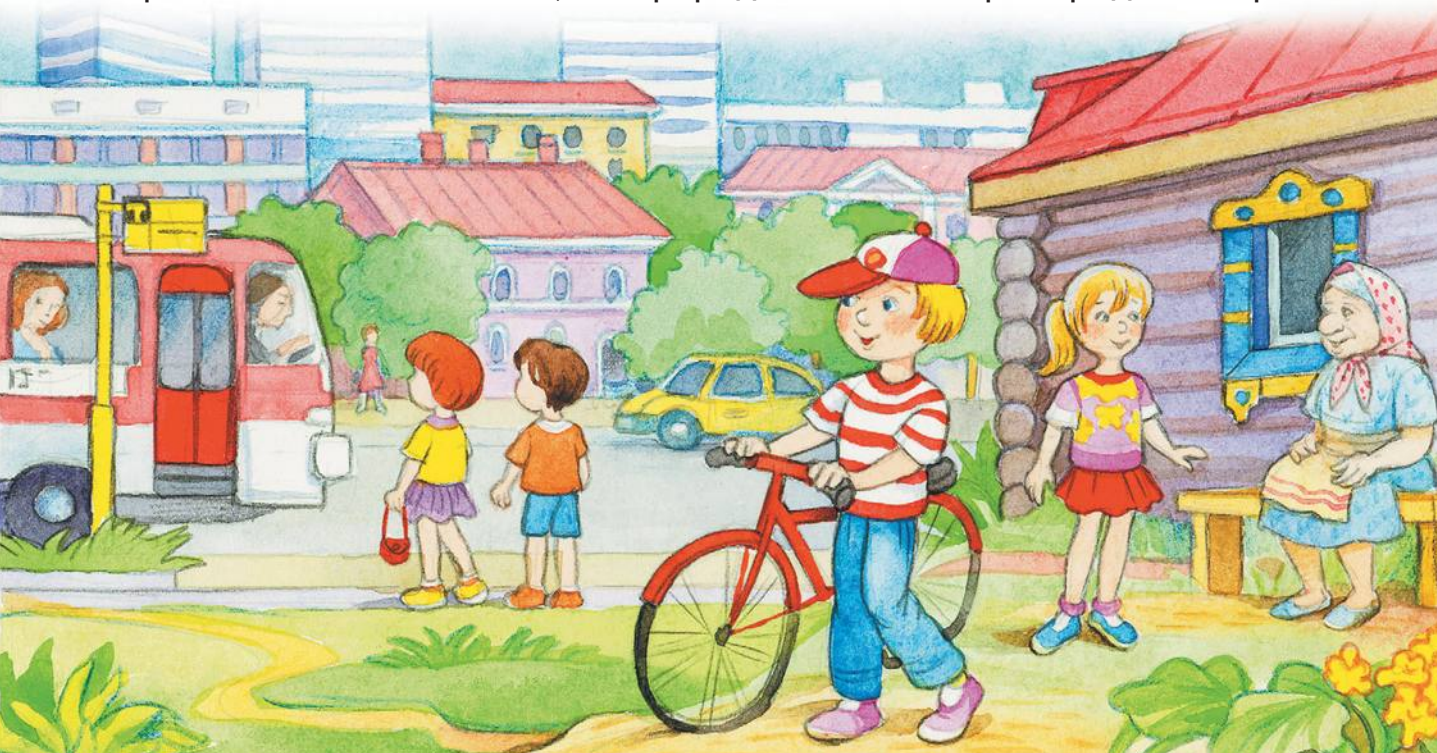
* Работа со справочником



Человек — часть живой природы. Как и любому живому существу, человеку необходимы воздух, вода, пища, тепло, свет. Ты узнаешь, как устроен человек, как работают его органы, какие науки изучают человека.

Человек становится Человеком только в обществе — при общении с другими людьми. Важно знать не только, как ты устроен, но и где ты живёшь, кто были твои предки.

Изучая окружающий тебя мир, ты сможешь узнать много интересного о самом себе, о природе и об истории родного края.



Человек



Человек — часть живой природы

С.6-10

- Органы и системы органов человека
- Влияние окружающей среды на здоровье человека



С.11-15

Кожа — наша первая «одежда»

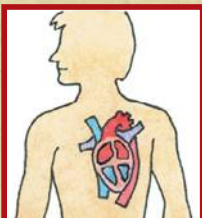
- Значение кожи для организма: защита от бактерий, охлаждение, удаление вредных веществ
- Кожу нужно беречь от ран, ожогов, обморожений



С.15-21

Как мы передвигаемся

- Значение скелета: опора, защита, передвижение
- Основные части скелета: позвоночник, грудная клетка, череп, кости рук и ног
- Работа мышц: сгибание и разгибание



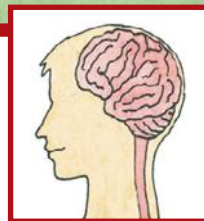
С.22-25

Кровеносная система

- Сердце и кровеносные сосуды образуют кровеносную систему
- Сердце приводит в движение кровь
- Кровь разносит кислород и питательные вещества по всему организму

Органы чувств и нервная система

- Органы чувств: глаза, уши, нос, язык, кожа
- Нервную систему образуют головной мозг, спинной мозг и нервы
- Нервная система управляет работой всех органов
- Эмоции и их значение при общении с людьми



С.35-43

Питание

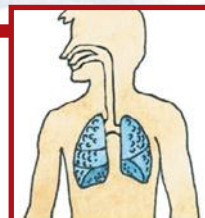
- Пища обеспечивает организм энергией и служит строительным материалом
- Органы пищеварения: ротовая полость, пищевод, желудок, печень, поджелудочная железа, кишечник
- Зубы и их значение для организма



С.30-35

Дыхание

- Органы дыхания: носовая полость, гортань, трахея, бронхи, лёгкие
- Защита органов дыхания от простудных заболеваний



С.26-30

ЧЕЛОВЕК — ЧАСТЬ ЖИВОЙ ПРИРОДЫ

Как и все другие живые существа, человек дышит, питается, растёт, развивается. У него рождаются дети. Для жизни человеку необходимы воздух, вода, пища, тепло, свет.



Тело человека состоит из многих **органов**. Каждый из них имеет определённое строение и выполняет определённую работу. Ты знаешь, что у человека есть органы, с помощью которых он различает форму и цвет предметов, звуки, запахи, вкус пищи. (Вспомни, как они называются.) Другие органы участвуют в дыхании, например лёгкие, переваривают пищу, например желудок. Самый главный орган человека — головной мозг. Он управляет работой всех других органов.

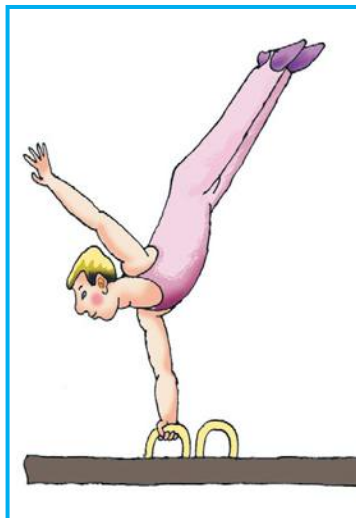
Органы, которые вместе выполняют общую работу, образуют **системы органов**, например *дыхательную, пищеварительную, кровеносную, нервную*. Системы органов связаны между собой. Вместе они составляют сложный организм человека. Даже при выполнении самого простого движения работают многие органы — и кости, и мышцы, и сердце, и лёгкие, и мозг.

В состав тела человека, так же как растения и животного, входят органические вещества, вода и минеральные вещества. Всё это человек получает с пищей.



Строение тела человека изучает наука *анатомия*, а работу его органов — *физиология*. Наука о сохранении и укреплении здоровья человека называется *гигиена*.

Чтобы быть здоровым и сильным, нужно уметь ухаживать за своим телом, беречь и укреплять здоровье. А для этого нужно хорошо знать строение своего организма.

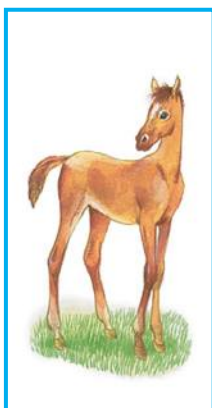


1. Что такое система органов? Какие системы органов человека ты знаешь?
2. В чём сходство человека с другими организмами?
3. Какие науки изучают организм человека?
4. Почему необходимо хорошо знать свой организм?
5. Почему солнце, воздух и вода — самые лучшие и верные друзья нашему здоровью?
6. Как ты понимаешь выражение «организм — единое целое»?



Чем человек отличается от животных

Человек появился на Земле очень давно — несколько миллионов лет назад. У человека много сходства с животными, особенно с млекопитающими. Сравни человека с кем-нибудь из них, и ты сразу же заметишь эти сходства.



В то же время между человеком и животными есть немало различий. Так, животные передвигаются с помощью всех четырёх конечностей. Их тело находится в основном в горизонтальном положении.

Человек ходит с помощью нижних конечностей (ног). При этом его тело занимает вертикальное положение. Верхние конечности (руки) свободны. Они необходимы для трудовой деятельности человека.

- Рассмотрите рисунки. Чем они похожи и чем различаются?



Стопа и ладонь гориллы



Стопа и ладонь человека

Самое главное отличие человека от животных в том, что он мыслит, обладает речью. Разум позволил человеку вывести ценные сорта культурных растений и породы домашних животных, построить современные города, создать сложную технику. Человек изобрёл радио, телефон, телевизор и компьютер, сконструировал самолёты, космические корабли и спутники, создал музыку, замечательные произведения живописи, скульптуры, архитектуры.

1. Назови сходства и различия между человеком и животными.
2. Какие современные животные имеют больше всего сходства с человеком?

Окружающая среда и здоровье

Здоровье человека зависит от состояния окружающей среды. В настоящее время многие болезни возникают из-за ухудшения экологической обстановки. В окружающую среду в больших количествах выбрасываются отходы производства.



Вещества, которые находятся в отходах, загрязняют воду, воздух и почву. Попадая в организм человека, эти вещества вызывают головокружение, тошноту, кашель, а иногда отравление. Человек становится раздражительным, быстро устаёт. Взрослым трудно работать, а детям учиться.

В грязной воде и загрязнённом воздухе очень много болезнетворных бактерий, которые становятся причиной различных заболеваний. Вот почему так важно на заводах и фабриках устанавливать фильтры и пылеуловители, сооружать различные очистные сооружения.

Растения поглощают из окружающей среды вредные вещества и накапливают их. Поэтому овощи и фрукты, выращенные вблизи промышленных предприятий и автомобильных дорог, особенно опасны.

У людей с повышенной чувствительностью пыль, некоторые продукты питания, лекарства, пыльца цветущих растений могут вызвать аллергию — ответную реакцию организма на действие различных веществ (одышка, сыпь на коже, насморк, покраснение глаз).

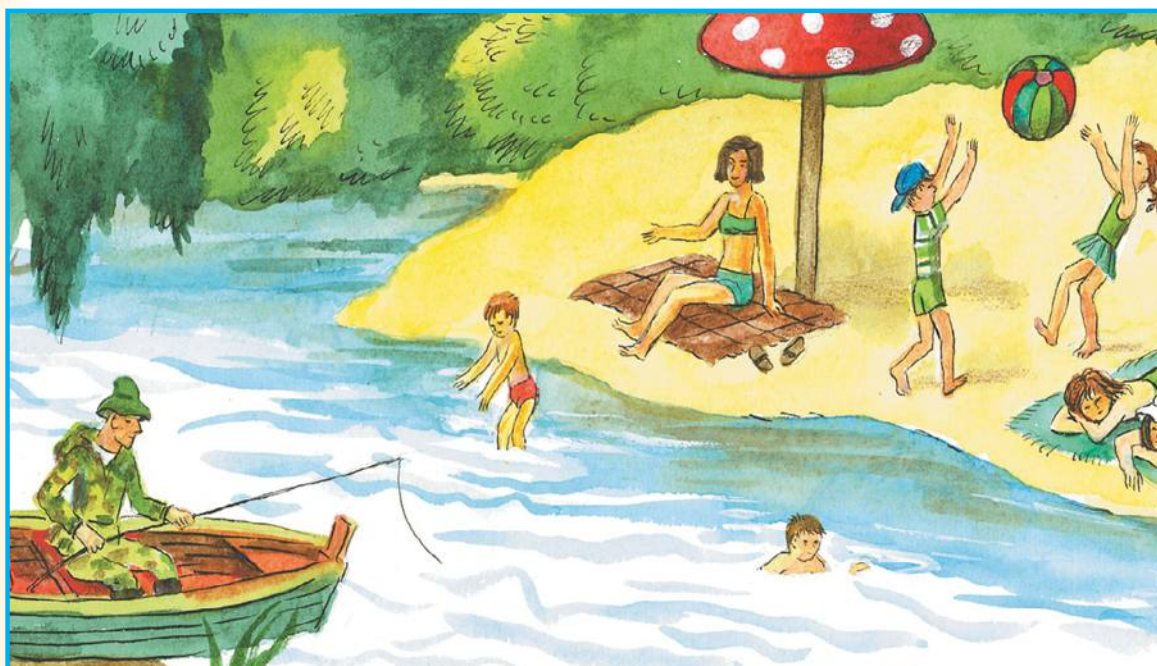


Одно из наиболее сильных воздействий окружающей среды на человека — шум. Длительный шум промышленных предприятий, транспорта, а также громкая музыка не только понижают чувствительность органов слуха, но и приводят к нарушению работы сердца, печени и истощению нервной системы.

- Вспомни, какие существуют способы защиты от шума.

Сильное влияние на здоровье человека оказывает погода. При резкой смене погоды снижается работоспособность, обостряются болезни, увеличивается число аварий.

Врачи знают, как важны для человека чистый воздух и вода, красота окружающей природы, встречи с новыми интересными людьми. Поэтому для оздоровления они рекомендуют отдых на берегу моря, реки или озера, походы в лес или в горы. Всё это вызывает прилив бодрости и сил, успокаивает нервную систему, укрепляет здоровье.



1. Какое воздействие на человека оказывают загрязнённые воздух и вода?

2. Почему для человека опасны овощи и фрукты, выращенные вблизи промышленных предприятий и автодорог?

3. Чем опасен для человека шум?

4. Какое влияние может оказывать погода на здоровье человека?

5. Какое значение для здоровья человека имеет отдых на природе?

6. Нарисуй плакат на тему «Окружающая среда и здоровье человека».





КОЖА — ПЕРВАЯ «ОДЕЖДА»

Практическая работа

- 1) С помощью лупы рассмотри кожу своей руки. Что ты видишь на её поверхности? Запиши в рабочей тетради.
- 2) Пальцами другой руки погладь кожу. Расскажи, какая она на ощупь. Запиши.
- 3) Попробуй пальцами оттянуть кожу. Что с ней происходит? Запиши.
- 4) Отпусти оттянутую кожу. Что ты наблюдаешь? Запиши в рабочей тетради.

Наше тело покрыто **кожей**. Это первая «одежда» человека. На поверхности кожи находится много волосков и мельчайших отверстий — пор. Кожа — мягкая и упругая, поэтому она не мешает нам выполнять самые разные движения.

Кожа покрывает всё тело. Она защищает внутренние органы от повреждений и не даёт болезнетворным бактериям проникать внутрь организма.

Кожа защищает организм от жары и холода. В ней находится множество **потовых желёз**, в которых образуется пот. Через поры он выделяется на поверхность кожи и испаряется. При этом наше тело охлаждается. Вместе с потом из организма удаляются вредные вещества.



Кроме потовых желёз в коже имеются **сальные железы**. Они выделяют жир. Смазывая кожу, жир смягчает её и делает эластичной. Жир покрывает кожу тонким слоем и не пропускает внутрь организма воду.

Наша кожа постоянно обновляется. Её верхний слой стареет и опадает, а под ним уже образовался новый.

1. Какими свойствами обладает кожа?
2. Расскажи о значении кожи в организме человека.
3. Какое значение имеет обновление кожи?



Как ухаживать за кожей

На кожу попадает много пыли из воздуха. Пыль, жир и остатки пота образуют на поверхности кожи грязь. На грязной коже поселяются бактерии, которые вызывают различные заболевания кожи.



У чистой кожи есть замечательная способность — убивать болезнетворные бактерии. Поэтому лицо, шею, уши, ноги необходимо ежедневно мыть с мылом. Руки следует мыть несколько раз в день. Не реже одного раза в неделю нужно мыть всё тело горячей водой с мылом и мочалкой. Много пыли и грязи попадает и на нашу одежду. Поэтому необходимо следить и за её чистотой.

Очень полезен для кожи, да и для всего организма, ежедневный душ. В течение 5 минут обливайся водой, постепенно понижая её температуру до $+20^{\circ}\text{C}$. Так ты закалишь своё тело. Закалённый человек легко переносит холод, ему не страшны простуды. Если нет возможности принять душ, обтирай тело влажным полотенцем.



На коже могут появиться трещины, царапины, ушибы, через которые легко проникают бактерии и другие микроорганизмы. Чтобы не заболеть, кожу вокруг раны следует обработать йодом. Он убивает болезнетворные бактерии.



Береги кожу от ожогов. При ожогах возникает сильная боль. Обожжённое место нужно закрыть чистым полотенцем и приложить что-нибудь холодное.

В сильные морозы можно обморозить открытые участки тела: лицо, уши, нос. Обмороженная кожа становится бледной, нечувствительной. Её нужно растереть мягкой тканью. Нельзя растирать кожу снегом.



При сильных ожогах и обморожениях кожи нужно обращаться к врачу.

1. Отчего загрязняется кожа?
2. Почему грязная кожа опасна для человека?
3. Как нужно следить за чистотой кожи?
4. Что следует делать при ранениях, ожогах и обморожении кожи?
5. Почему раны на коже называют «воротами для болезни»?
6. Люди любят загорать на солнце. Когда это может быть опасно? Как уменьшить эту опасность?



Волосы и ногти

Наши волосы и ногти — это образования кожи. Они непрерывно растут.

Разные волосы различаются продолжительностью жизни. Мелкие волоски на нашем теле живут 50 суток, а затем заменяются новыми, которые вырастают на их месте. Волосы на голове живут несколько лет. Ресницы меняются раз в 3—5 месяцев. Ежедневно у человека сменяется до 100 волос. За год волосы на голове человека вырастают приблизительно на 15 см.

Цвет волос зависит от количества находящегося в них красящего вещества. Когда красящее вещество разрушается, волосы седеют и заполняются воздухом.



Ногти защищают особенно чувствительные концы наших пальцев и создают им опору. Благодаря ногтям пальцы рук могут брать и прочно удерживать мелкие предметы. Это очень важно при выполнении тонких трудовых операций — письме, лепке, работе со швейной иглой.

На руках ногти растут быстрее, чем на ногах. Необходимо 1 раз в неделю стричь ногти на руках и 2 раза в месяц на ногах. Под длинными ногтями скапливается грязь и быстро размножаются болезнетворные бактерии.

1. Какое значение имеют для человека ногти?

2. Почему нужно ухаживать за ногтями?

3. Узнай, как нужно ухаживать за волосами, чтобы они были здоровыми и красивыми.



Как нужно купаться и загорать



Купание в воде издавна считалось полезным для организма человека. В настоящее время целебность воды многих природных источников доказана учёными.

Перед купанием необходимо погреться на солнце. Первые купания не должны превышать 5 минут. Длительное купание может привести к переохлаждению организма. Находясь в воде, обязательно нужно двигаться.

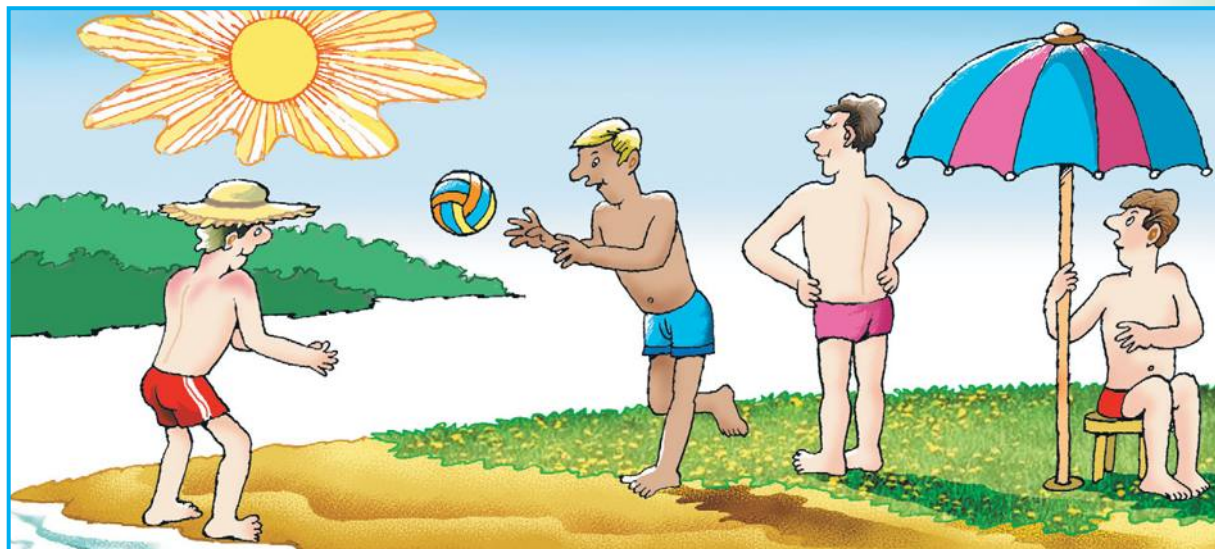
Установлено, что солнечный свет может применяться как лечебное средство при многих болезнях. Под действием солнечных лучей в коже накапливается красящее вещество, которое придаёт ей коричневый цвет — загар.

Помни, неумеренное загорание может принести вред! Вначале загорай не более 5, а затем не более 30 минут. Загорая, ложись так, чтобы голова была выше ног. Голову за-



кривай панамой. Чтобы загар ложился ровно, через каждые 5 минут переворачивайся. Лучшее время для загорания от 8 до 12 часов дня.

1. Как ты думаешь, кому из этих людей грозит опасность?



2. Почему длительное купание может привести к переохлаждению организма?

3. а) Почему неумеренное загорание может принести вред?

б) Почему время от 8 часов утра до 12 часов считается наилучшим для загорания?



КАК МЫ ПЕРЕДВИГАЕМСЯ

Скелет

Практическая работа

1) Прощупай свои руки, ноги, туловище и голову. Ты почувствуешь под кожей что-то твёрдое. Это **кости**.

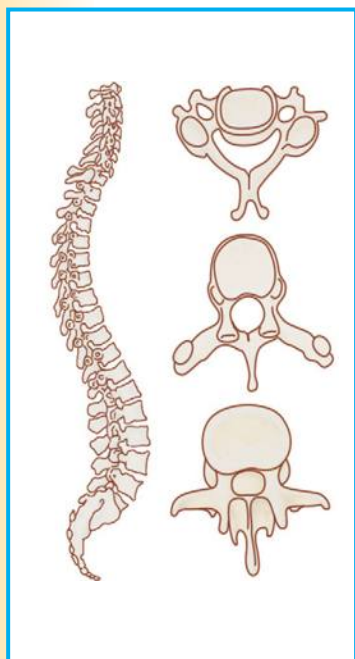
2) Попробуй на ощупь определить, чем различаются кости разных частей тела.

3) Подумай, какое значение имеют кости для человека.

Кости заметно отличаются друг от друга размерами и формой. Соединяясь между собой, кости образуют **скелет**.

Скелет придаёт телу форму, служит для него опорой и является (вместе с мышцами) *органом передвижения*. Скелет защищает внутренние органы человека от повреждений.

Основой скелета является **позвоночник**. Он состоит из соединённых между собой небольших костей — позвонков.



Каждый позвонок имеет отверстия, которые образуют канал в позвоночнике. В нём находится спинной мозг. В верхней части позвоночника соединён с **черепом**. Внутри черепа находится головной мозг.

В средней части к позвоночнику присоединяются рёбра. Впереди большинство рёбер соединено с грудной костью. Средняя часть позвоночника вместе с рёбрами и грудной костью образует **грудную клетку**. Внутри неё расположены лёгкие и сердце.

С позвоночником при помощи лопаток и ключиц соединяются кости рук. К нижней части позвоночника прикрепляются тазовые кости, а с ними соединяются кости ног.

В скелете человека более 200 костей. Самые прочные кости — это кости черепа. Самые длинные — это кости ног. Одни из самых мелких костей образуют пальцы рук и ног.

1. Расскажи о значении скелета для организма человека.

2. Почему позвоночник является основой скелета?

3. Как ты думаешь,

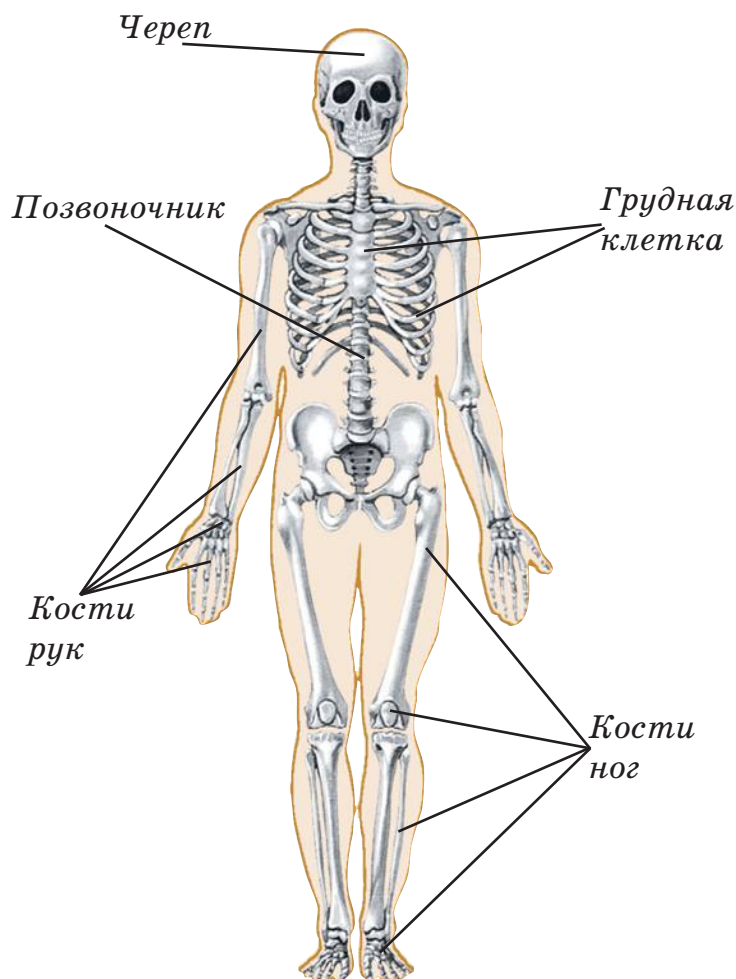
а) почему череп образован самыми прочными костями;

б) почему пальцы состоят из мелких костей?

4. Как бы выглядел человек, если бы у него не было скелета? Нарисуй такого человека.

5. Какое значение имеет гибкость и подвижность позвоночника?





Осанка и здоровье

Кости человека состоят из органических веществ, воды и минеральных веществ. Органические вещества придают костям гибкость и упругость, а минеральные — твёрдость. Вместе эти вещества делают кости очень прочными.

В течение жизни состав костей человека изменяется. У детей в костях много органических веществ, но мало минеральных. Поэтому молодые кости гибкие и мягкие. От неправильного сидения или стояния, ношения непосильных тяжестей такие кости легко искривляются. Искривлёнными они могут остаться на всю жизнь.

С возрастом в костях становится больше минеральных веществ, которые придают им твёрдость и хрупкость. Такие кости подвержены переломам.

Чтобы твой скелет нормально развивался, а тело становилось стройным и красивым, нужно постоянно следить за правильным положением тела при стоянии, сидении и ходьбе, то есть за правильной осанкой.

За столом сиди прямо, слегка наклонив голову вперёд. При этом расстояние между тобой и краем стола должно равняться ширине ладони. Обе ноги ставь на пол всей подошвой. Школьные принадлежности носи в ранце.

Ежедневно занимайся утренней гимнастикой! Очень полезны для осанки физический труд и подвижные игры. При правильной осанке хорошо работает сердце, дыхание ровное, кровь свободно движется в организме.



1. Почему молодые кости предрасположены к искривлениям, а старые — к переломам?

2. Какое значение для организма человека имеет правильная осанка? Как её выработать?

3. Узнай, какие упражнения помогают выработать правильную осанку. Делай их по утрам.

4. Придумай своё упражнение для поддержания правильной осанки.

5. а) Может ли у взрослых людей произойти нарушение осанки?

б) Может ли быть нарушение осанки у животных?



Мышцы

Практическая работа

1) Прощупай свои руки и ноги. Что находится под кожей кроме костей?

2) Обхвати ладонью левой руки правую руку выше локтя и быстро согни правую руку. Что ты при этом ощущаешь?



Всю жизнь человек находится в движении. Движения выполняются при помощи мышц, которые расположены во всех частях тела. Всего в теле человека насчитывается около 500 различных мышц.

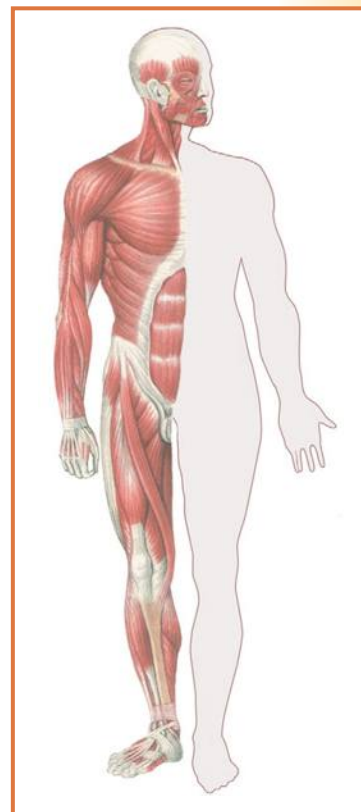
Мышцы отличаются друг от друга размером, формой, массой и силой. Но как бы ни различались разные мышцы, все они могут сокращаться и расслабляться. Это их существенные свойства. При сокращении мышцы становятся короче и толще, а при расслаблении — длиннее и тоньше.

Практическая работа

1) Сантиметровой лентой или ниткой измерь обхват руки выше локтя у друга, а он пусть измерит у тебя. Результаты запишите в рабочей тетради.

2) Сильно согните руку в локте и снова измерьте друг у друга обхват руки в том же месте. Результаты запишите.

3) Сравните результаты, полученные при первом и втором измерениях. Объясните разницу в этих результатах.

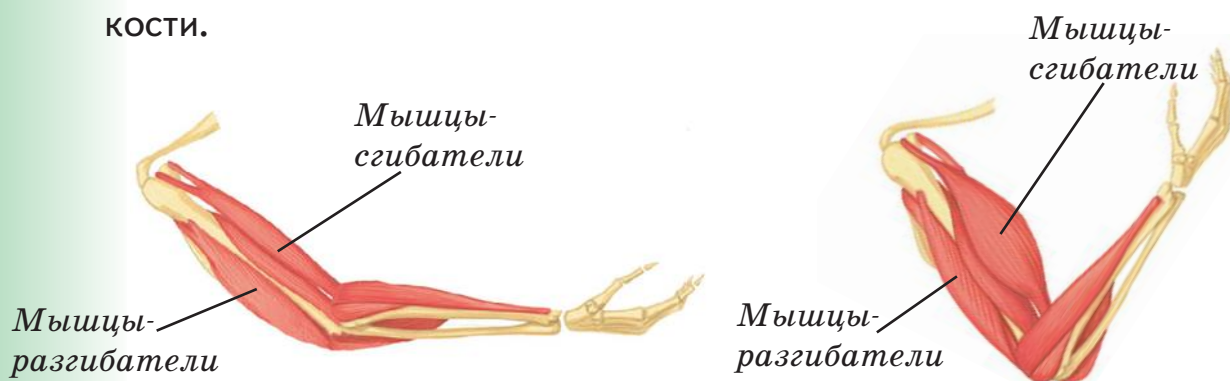


1. Какое значение в жизни человека имеют мышцы?
2. В чём сходство и в чём различие мышц?
3. Как изменяются мышцы при сокращении и расслаблении?

Как работают мышцы

Больше всего движений мы выполняем руками и ногами. Как происходят эти движения?

Мышца с помощью сухожилий одним концом прикрепляется к одной кости, а другим концом — к другой. Когда мышца сокращается, она тянет к себе кость, к которой прикреплена. При расслаблении этой мышцы кость возвращается в первоначальное положение. Попеременные сокращения и расслабления мышц приводят в движение те или иные кости.



В выполнении одного, самого простого, движения участвуют сразу несколько мышц. Так сокращение мышц, расположенных на передней стороне руки выше локтя (бицепса), вызывает сгибание руки в локте. Эти мышцы — **сгибатели**.

Одновременно с сокращением этих мышц происходит расслабление мышцы, расположенной на задней стороне руки (трицепса). При сокращении этой мышцы рука разгибается в локте и выпрямляется. Эти мышцы — **разгибатели**. Первая группа мышц при этом, наоборот, расслабляется.

1. Расскажи о работе мышц.

2. Движения мышц лица придают ему то или иное выражение. Вместе с другом придайте своим лицам удивлённое, испуганное, радостное, грустное выражение.

3. Как ты думаешь, какой вид спорта будет развивать мышцы рук, а какой мышцы ног?

4. Узнай, что такое пантомима.

5. Придумайте и разыграйте с другом сценки пантомимы.





Как укрепить мышцы

Практическая работа

1) Вытяни руки вперёд и поддержи их некоторое время в этом положении. Что ты ощущаешь при этом? Сколько времени ты можешь держать руки в таком положении?

2) Сделай 10 приседаний подряд. Одинаковы ли твои ощущения после выполнения первого и последнего приседания? Объясни ответ.

Мышцы сокращаются и расслабляются и совершают при этом работу. При выполнении однотипных движений работают одни и те же мышцы. От однообразной работы они быстро устают. Если же будут работать то одни, то другие мышцы, их утомление наступит не так скоро.



При ходьбе, беге, при выполнении любой работы попеременно сокращаются и расслабляются то одни, то другие мышцы. Поэтому человек долгое время не чувствует усталости.

Занятия спортом и физический труд помогают укрепить мышцы. Человек от этого становится сильным, ловким, выносливым. Занятия утренней гимнастикой, катание на лыжах и коньках, игра в волейбол и баскетбол, плавание развивают мышцы всего тела.



1. Почему от однообразной работы мышцы быстро устают?
2. При каких условиях мышцы сохраняют свою работоспособность долгое время?
3. Какое значение для мышц имеет физический труд и занятия спортом?

КРОВЕНОСНАЯ СИСТЕМА

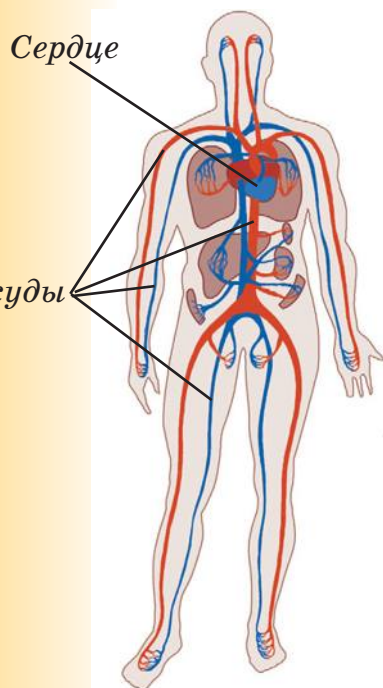
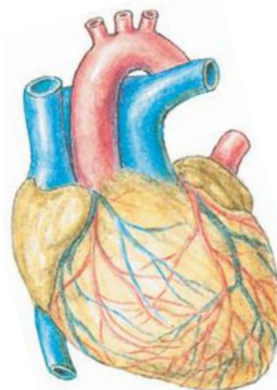


Практическая работа

- 1) Прижми ладонь правой руки к левой части своей груди. Что ты при этом чувствуешь?
- 2) Внимательно рассмотри со всех сторон свою руку. Что ты видишь под кожей?

В левой части груди ты чувствуешь равномерные удары. Это работает **сердце** — главный двигатель крови в нашем организме. Сердце находится внутри грудной клетки. Стенки сердца состоят из мышц, которые то сокращаются, то расслабляются. Поэтому ты чувствуешь равномерные удары внутри груди.

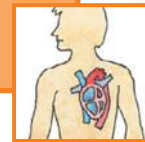
Сокращаясь и расслабляясь, сердце выталкивает кровь в крупные **сосуды**. Они разветвляются на более мелкие, пронизывающие всё тело. По ним кровь течёт во все органы.



Сквозь стенки мельчайших сосудов кровь отдаёт органам нашего тела кислород и питательные вещества, а забирает углекислый газ и другие ненужные организму вещества. Затем по другим сосудам кровь возвращается к сердцу.

Из сердца кровь направляется в лёгкие. В лёгких кровь отдаёт углекислый газ, забирает кислород и возвращается в сердце. И всё начинается сначала. Так непрерывно, пока работает сердце, движется кровь в нашем организме. Сердце и сосуды образуют **кровеносную систему**.

Каждое сокращение сердца передаётся сосудам. Поэтому в тех местах, где круп-



ные сосуды расположены близко к поверхности тела, например на внутренней стороне руки, на висках, по бокам шеи, можно прощупать ритмические колебания — пульс.

Измеряя пульс, врачи узнают, как работает сердце: хорошо или плохо. У взрослого здорового человека сердце делает 60—70 сокращений в минуту, у детей твоего возраста немного больше.

Практическая работа

1) Прижми пальцы правой руки к левой в том месте, где начинается ладонь. Прощупай пульс у себя, а затем у друга.

2) Посчитайте друг у друга пульс за одну минуту при разных положениях тела: сидя, после 2 — 3 минут ходьбы, после бега на месте. Полученные результаты запишите в рабочей тетради.

3) Сравните результаты. Сделайте вывод и запишите его.

1. Назови органы, благодаря которым кровь движется в организме. Какую работу они выполняют?

2. Какие необходимые вещества доставляет кровь ко всем органам тела?

3. Что такое пульс?

4. Расскажи о движении крови в организме.



Как укрепить сердце

Сердце работает всю жизнь, не останавливаясь ни на минуту. Чем лучше развито сердце, тем лучше оно работает, тем больше кислорода и питательных веществ поступает в органы. У людей, которые занимаются спортом и физическим трудом, сердце сильное. Такие люди очень выносливы, долго не устают от больших нагрузок.

У людей, ведущих малоподвижный образ жизни, сердце слабое. Такое сердце не выдерживает большой нагрузки, на-

чинает очень часто сокращаться, и человек быстро устаёт. Поэтому сердечную мышцу, как и все другие мышцы тела, необходимо развивать и укреплять.



Ежедневно делай утреннюю зарядку, занимайся физическим трудом, играй в подвижные игры на свежем воздухе.

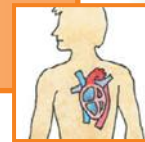
Но помни, что чрезмерная нагрузка вредит сердцу. Труд необходимо чередовать с отдыхом.

Особенно вредно для сердца употребление спиртных напитков. В них содержатся ядовитые вещества, которые отравляют сердечную мышцу. В результате её сокращения ослабевают и снабжение организма кровью ухудшается. Это приводит к нарушению работы всего организма.

Не менее вредны ядовитые вещества, содержащиеся в табаке. От курения у человека сужаются кровеносные сосуды. Чтобы протолкнуть кровь по суженным сосудам, сердце должно работать с большим напряжением. А из-за этого оно быстро изнашивается и стареет.



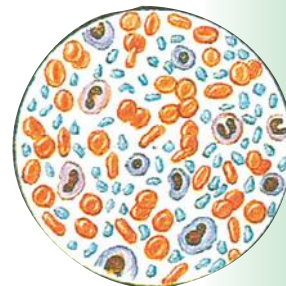
1. Почему нужно укреплять сердце?
2. Что делают для укрепления сердца?
3. Какой вред наносит сердцу употребление спиртных напитков и курение?



Кровь

Кровь состоит из бесцветной жидкости, в которой находится огромное количество мельчайших кровяных телец — красных и белых.

Больше всего в крови красных кровяных телец. Они придают ей красный цвет. Красные кровяные тельца разносят кислород по всему организму человека.



Значительно меньше в крови белых кровяных телец. Это защитники нашего организма. Они захватывают и уничтожают попадающих в кровь микробов.

В крови находятся также вещества, благодаря которым происходит свёртывание крови. В крови, вытекающей из раны, постоянно образуются тонкие волокна. Их становится всё больше и больше, и вскоре они закупоривают рану. Это защищает наш организм от большой потери крови.



Практическая работа

1) Вместе с другом наблюдайте за движением крови по сосудам. Закатай рукава, встань и подними правую руку вверх, а левую опусти вниз. Постой так 1 минуту (пусть твой друг проследит по часам или посчитает до 60).

2) Вытяни обе руки вперёд. Сравните цвет кожи на правой и левой руке.

3) Поменяйтесь ролями. Сделайте вывод.

1. Какое значение для организма имеют красные и белые кровяные тельца?

2. Что может произойти, если в организме уменьшится количество:

а) красных кровяных телец; б) белых?

3. Что защищает организм от потери крови?



ДЫХАНИЕ



Практическая работа

1) Задержи дыхание, а твой друг пусть определит, сколько времени ты можешь не делать вдоха. Затем поменяйтесь ролями. Сделайте вывод.

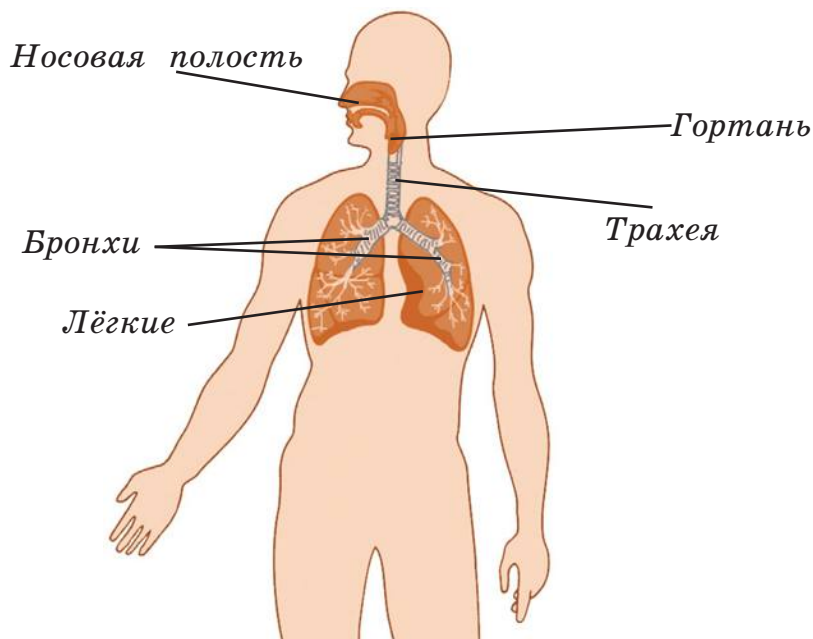
2) Сантиметровой лентой измерьте друг у друга обхват груди при глубоком вдохе и при глубоком выдохе. Результаты запишите в рабочей тетради.

3) Сравните полученные результаты. Сделайте вывод.

Человек, как и все живые существа, дышит. При дыхании он поглощает из воздуха кислород и выделяет углекислый газ. Кислород необходим для работы всех органов.

Когда мы делаем вдох, воздух через ноздри поступает в **носовую полость**. Там он согревается и очищается от пыли и микроорганизмов.

Через **гортань** воздух попадает в **трахею**, затем в **бронхи**. Бронхи входят в **лёгкие** и ветвятся, как дерево. На концах самых мелких веточек находятся крошечные лёгочные





пузырьки, которые пронизаны мельчайшими кровеносными сосудами.

Все эти органы образуют **дыхательную систему**.

При вдохе грудная клетка поднимается и лёгкие расширяются. Воздух поступает в органы дыхания. В лёгочных пузырьках из воздуха через стенки мельчайших кровеносных сосудов в кровь проникает кислород. Кровь в воздух отдаёт углекислый газ и разносит кислород по всем органам.

Когда мы делаем выдох, грудная клетка сжимается и давит на лёгкие. Благодаря этому использованный воздух обратным путём выходит наружу. В выдыхаемом воздухе в отличие от свежего содержится много углекислого газа. Углекислый газ вреден для человека.

- Рассмотрите рисунок на странице 26 и проследите по нему путь воздуха в организме при вдохе и выдохе.

Практическая работа

1) Вместе с другом посчитайте, сколько вдохов и выдохов вы делаете за 1 минуту в спокойном состоянии. Результаты запишите в рабочую тетрадь.

2) Сделайте 10 приседаний подряд. Затем ещё раз посчитайте количество вдохов и выдохов за 1 минуту. Результаты запишите.

3) Сравните полученные результаты. Сделайте вывод и запишите его в тетради.

Тренированный человек благодаря хорошо развитым дыхательным мышцам дышит глубоко и ровно даже во время быстрого бега. Его дыхание быстро успокаивается, и у него не бывает одышки.



У нетренированного человека после бега дыхание сильно учащается, потому что его лёгкие не могут доставить работающим мышцам нужное количество кислорода и быстро удалить из организма углекислый газ.

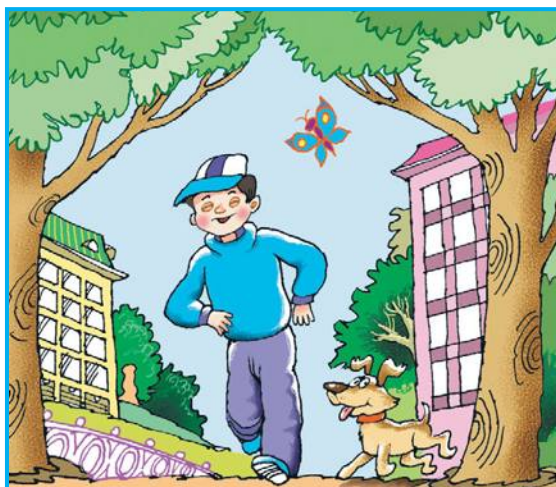


Когда воздух сильно загрязнён пылью и другими примесями, происходит раздражение носовой полости. Сигнал об этом поступает в головной мозг. Дыхание человека изменяется, он чихает, и носовая полость очищается. Если происходит раздражение гортани, то человек кашляет. Благодаря кашлю гортань очищается.

1. Какие органы составляют дыхательную систему человека?
2. Расскажи, как происходят вдох и выдох.
3. Что происходит в лёгких во время дыхания?
4. Чем вдыхаемый воздух отличается от выдыхаемого?
5. а) Какое значение для дыхания имеет подвижность грудной клетки?
- б) Почему нужно тренировать дыхательные мышцы?
6. Почему нужно дышать носом, а не ртом?
7. Почему в помещении, где длительное время находится много людей, трудно дышать?

Береги органы дыхания

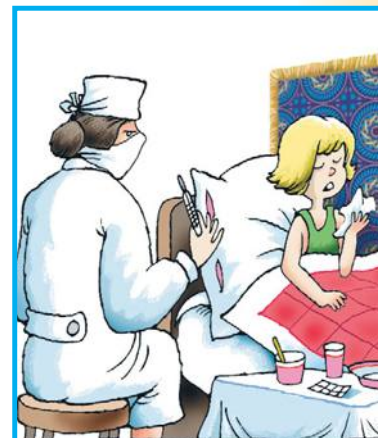
Чистым воздухом дышать легко. Он укрепляет здоровье. Но человек не всегда может дышать чистым воздухом. В городах воздух загрязнён выхлопными газами автомашин, дымом промышленных предприятий, пылью. Эти примеси вредны для здоровья человека.



Через воздух в органы дыхания могут попасть болезнетворные бактерии, которых в городах очень много. Они вызывают различные заболевания, в том числе и простудные.

Такое заболевание как грипп вызывается вирусами. Когда человек, заболевший гриппом, чихает или кашляет, из его носа и рта в воздух попадают мельчайшие брызги, которые заражают воздух. Вдыхая заражённый воздух, окружающие люди тоже могут заболеть. Вот почему больным гриппом нельзя посещать школу и другие общественные места.

Каждый человек сможет уберечь себя и окружающих людей от гриппа или простудных заболеваний, если будет выполнять следующие правила.



- Нельзя пользоваться той же посудой, полотенцем, носовым платком, постелью, что и больной.
- При уходе за больным нельзя близко наклоняться к нему. Рот и нос следует прикрывать марлевой повязкой.
- При кашле и чихании больной должен прикрывать рот и нос носовым платком.

Большой вред органам дыхания наносит курение. В табачном дыме содержится сильнейший яд — никотин. Он посте-

пенно отравляет организм человека и вызывает у него многие опасные заболевания. Курящий человек вредит не только своему здоровью, но и здоровью окружающих людей, так как табачный дым отравляет воздух.

1. Как человек может заразиться гриппом и простудными заболеваниями?
2. Какие правила нужно выполнять, чтобы уберечь себя от заболеваний органов дыхания?
3. Какой вред органам дыхания наносит курение?
4. Узнай, что такое вирусы.



ПИТАНИЕ

Чтобы человек мог жить, учиться и работать, а его организм расти и развиваться, необходимы органические питательные вещества — белки, жиры, углеводы. Они обеспечивают организм энергией и служат для него строительным материалом. Питательные вещества поступают в организм с пищей. Человек употребляет в пищу как растительные, так и животные продукты.

- Приведи примеры продуктов растительного и животного происхождения.

Особенно необходимы человеку витамины, которые содержатся в овощах, фруктах, а также в некоторых животных продуктах (в яйцах, печени). Слово «витамины» в переводе с латинского означает «дающий жизнь». Отсутствие или недостаток в пище витаминов приводит к тяжёлым заболеваниям.



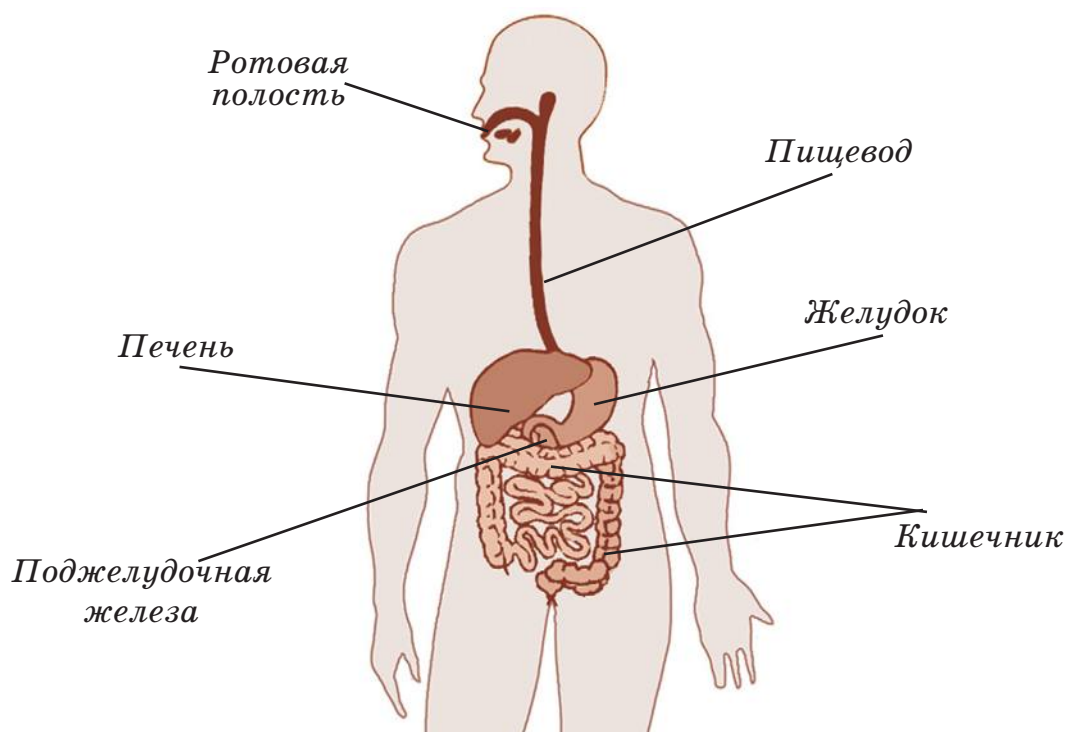


Пища, которую мы употребляем, превращается в питательные вещества в органах пищеварения. Органы пищеварения образуют **пищеварительную систему**.

Обработка пищи начинается в **ротовой полости**. Здесь она смачивается слюной и пережёвывается зубами — самыми твёрдыми образованиями в организме человека.

Пережёванную пищу мы проглатываем. По **пищеводу** она проходит в **желудок**, где находится 3—4 часа. В желудке пища под действием желудочного сока переваривается и поступает в **кишечник**. Там пища окончательно переваривается при участии веществ, которые вырабатываются в **печени** и **поджелудочной железе**.

Образовавшиеся питательные вещества через стенки кишечника и кровеносных сосудов проникают в кровь. Кровь разносит питательные вещества по всем органам тела.



1. Расскажи, как устроена пищеварительная система.

2. Какие изменения происходят с пищей в органах пищеварения?



3. Какое значение имеют для человека витамины? Узнай, какие бывают витамины, и в каких продуктах они содержатся. Расскажи об этом в классе.



4. Мы часто слышим выражения: «она ест с аппетитом», «у него плохой аппетит». Как ты понимаешь, что такое аппетит? Объясни.



Если тебе трудно это объяснить, посмотри в словаре.

5. а) Какое значение для организма имеет пища?

б) Почему нужно есть разнообразную пищу?

в) Какая пища содержит больше витаминов?

Береги зубы



Сверху зубы покрыты слоем крепкой эмали. Но какими бы твёрдыми ни были зубы, всё же они разрушаются. Отчего это происходит? Например, если человек сразу после горячей пищи употребляет холодную, на эмали образуются трещины. Разрушение зубной эмали может произойти от разгрызания твёрдых конфет, орехов, косточек плодов.



Через трещины в зуб проникают болезнетворные микроорганизмы. Они обычно поселяются в застрявших между зубами остатках пищи. Немало их и в образующемся на зубах желтоватом налёте. Заражённый зуб заболевает.

Чтобы уберечь зубы от заражения, выполняй следующие правила.

- После еды полощи рот тёплой водой.
- Утром и вечером чисти зубы зубной щёткой с пастой.



- Начинай чистить зубы с внешней стороны, а потом переходи на внутреннюю.

- Перед тем как чистить зубы и после чистки прополощи зубную щётку тёплой водой.

- Нельзя пользоваться чужой щёткой!
- Не ковыряй в зубах металлическими предметами. Не грызи и не откусывай твёрдые предметы.



- Заболевший зуб необходимо лечить у врача. Помни, что больные зубы могут стать причиной разных заболеваний.

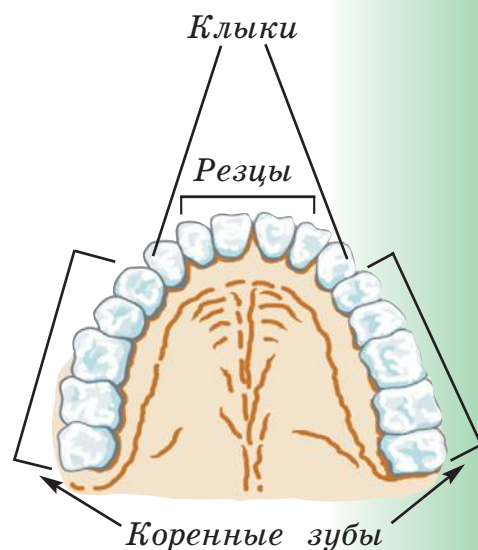


1. От чего портятся зубы?
2. Как нужно ухаживать за зубами?

Наши зубы

Впереди на каждой челюсти находятся плоские **резцы**. За ними с каждой стороны располагаются заострённые **клыки**. С помощью резцов и клыков мы откусываем пищу. Позади клыков находятся **коренные зубы** с широкими бугорками. Они пережёвывают пищу.

Первые зубы появляются у детей в 6 – 8 месяцев. К году вырастают последние. Всего у детей 20 зубов. Они называются молочными. С 5 – 6 лет молочные зубы



начинают выпадать и заменяться постоянными. У взрослого человека 32 зуба.

1. Дома рассмотри в зеркало свои зубы. Сосчитай их. Найди среди них резцы, клыки и коренные. Нет ли среди зубов испорченных? Если есть, обратись к зубному врачу.

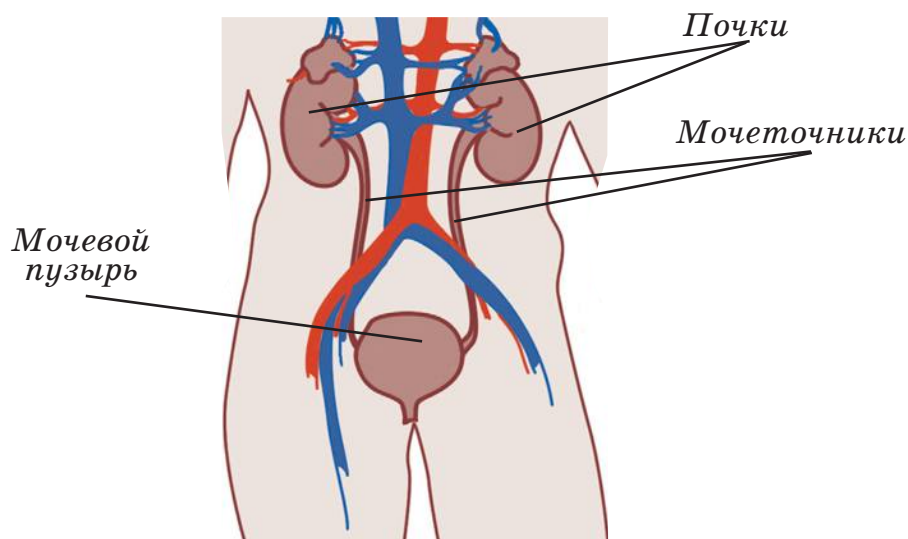
2. Узнай, какие зубы называют зубами мудрости. Когда они появляются?



Выделение вредных веществ из организма

Ты знаешь, что в организм поступают воздух, вода, пища. Большая часть этих веществ расходуется на рост и развитие организма, работу всех органов. При этом образуются ненужные и даже вредные для организма вещества. Если бы они оставались внутри, человек погиб бы от отравления.

Основная часть вредных веществ удаляется из организма с помощью **почек**. Они расположены в поясничной части тела по обе стороны от позвоночника. Почки выполняют роль фильтра. Из протекающей через них крови удаляется избыток воды и различные вредные вещества, которые собираются в **мочевой пузырь** и удаляются из организма.





Почки нужно беречь. Работу почек нарушают слишком солёная пища и спиртные напитки.

1. Какие вредные вещества удаляются из организма?
2. Какие органы в основном принимают участие в удалении вредных веществ из организма?
3. Какое значение имеют почки? Как они работают?

ОРГАНЫ ЧУВСТВ И НЕРВНАЯ СИСТЕМА

Органы чувств

В первом классе ты узнал, что человек воспринимает окружающий мир с помощью органов чувств.

- Вспомни, какие органы чувств есть у человека.

Практическая работа

1) Рассмотрю какую-нибудь цветную картинку или открытку. Какие предметы на ней изображены? Какую они имеют окраску?

С помощью какого органа чувств ты это определил?



2) Закрой глаза и прислушайся к звукам окружающего мира. Расскажи, что происходит вокруг тебя.

Какой орган чувств помог тебе узнать об этом?



3) Закрой глаза и понюхай подсолнечное масло, уксус, духи. Какой орган чувств помог тебе узнать каждое вещество?

4) С закрытыми глазами попробуй сахарный песок, соль, лимон, перец. Смог ли ты их узнать? По каким признакам ты их узнал? Какой орган чувств помог тебе это сделать?

5) Какой орган чувств помогает тебе отличить холодные предметы от тёплых, гладкую поверхность от шероховатой?

Выполнив практическую работу, ты ещё раз убедился в том, какое важное значение для человека имеют органы чувств. Их нужно беречь!

- Береги свои глаза и глаза других людей от повреждений острыми предметами. Не вытирай глаза руками или грязным носовым платком. Ты можешь занести в них болезнетворные бактерии.

Выполняя домашнее задание, помни, что свет должен падать слева. А если ты левша, то справа. Нельзя читать, уткнувшись в книгу носом или лёжа. Это ослабляет зрение. Книга или тетрадь должны находиться от глаз на расстоянии 30 см.

Не садись смотреть телевизор слишком близко к экрану. Его яркий свет вредит зрению. Вредит зрению и чрезмерное увлечение компьютерными играми.



- Береги уши от сильных и резких звуков. Шум ослабляет слух. Нельзя засовывать в уши какие-либо предметы. Это опасно. Чисти их специальными палочками, которые продаются в аптеках.

- Береги нос от повреждений и простуды. При сильном насморке исчезает ощущение запаха.



- Береги язык от слишком горячей пищи. Ты можешь обжечь его и потерять ощущение вкуса.

Если ты стал хуже видеть, у тебя заболели уши, появился сильный насморк, снижение слуха, обязательно обратиться к врачу.



1. Какое значение для человека имеют органы чувств?
2. Какие правила нужно выполнять, чтобы сохранить хорошее зрение, слух, обоняние и вкус?
3. Рассмотрите рисунки. Правильно ли сидят мальчики?



4. Вместе с другом посмотрите на эту надпись. Какая из букв кажется тебе самой яркой? А твоему другу?



Теперь поверните книгу и посмотрите на эту надпись сбоку. Изменилось ли что-нибудь?

ГЛАЗ



- Глаза нас часто обманывают. В этой надписи все буквы одного цвета. Но заштрихованы они в разных направлениях. Нам кажется, что одни буквы темнее других.

5. Подумай, какое значение для глаз имеют веки, ресницы и брови.

6. а) Посиди в тишине с закрытыми глазами. Расскажи о своих ощущениях.

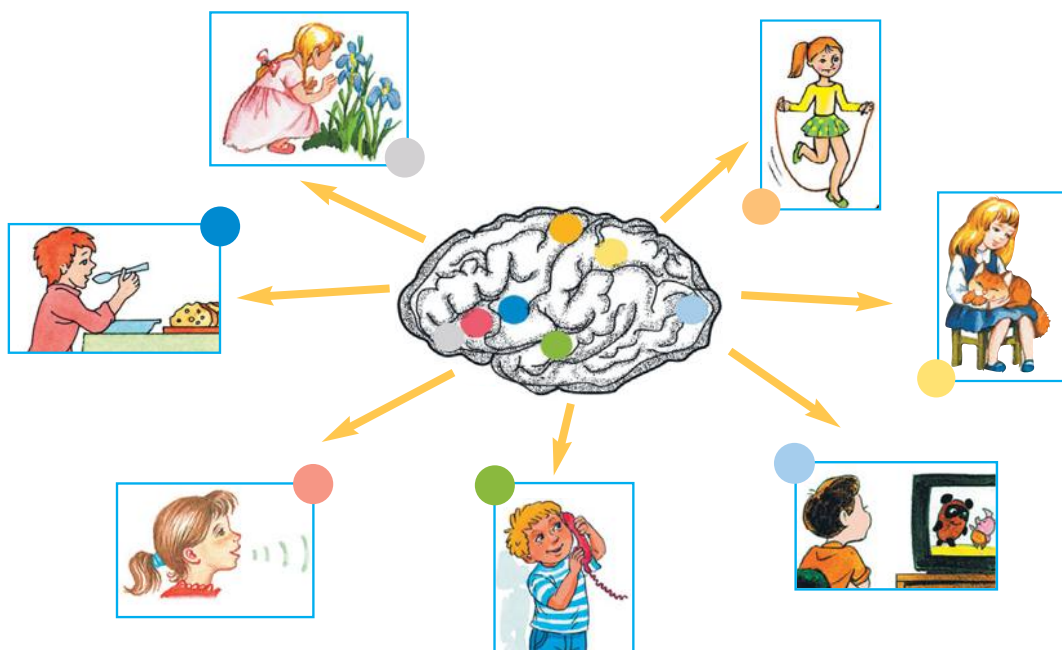
- б) Теперь послушай какую-нибудь музыку. Нарисуй, что ты себе представил под эту музыку.



Нервная система

Ты сможешь увидеть предмет, услышать звук, почувствовать запах и вкус только тогда, когда сигналы от органов зрения, слуха, обоняния и осязания поступят в **головной мозг**. Мозг управляет всем, что ты делаешь. Читать, говорить, бегать, думать ты можешь благодаря работе мозга.

Головной мозг устроен очень сложно. Одни участки головного мозга воспринимают звуки, реагируют на запахи, различают цвета, другие управляют твоей способностью говорить, читать, запоминать то, что ты узнал. Есть участки, которые регулируют работу органов движения, дыхания, пищеварения. Головной мозг находится в черепе, поэтому он хорошо защищён от повреждений.



Кроме головного мозга у человека есть **спинной мозг**. Он имеет вид длинного белого шнура и находится внутри позвоночника. Спинной мозг проводит сигналы от органов в головной мозг, а также различает некоторые раздражения, например укол пальца иглой.

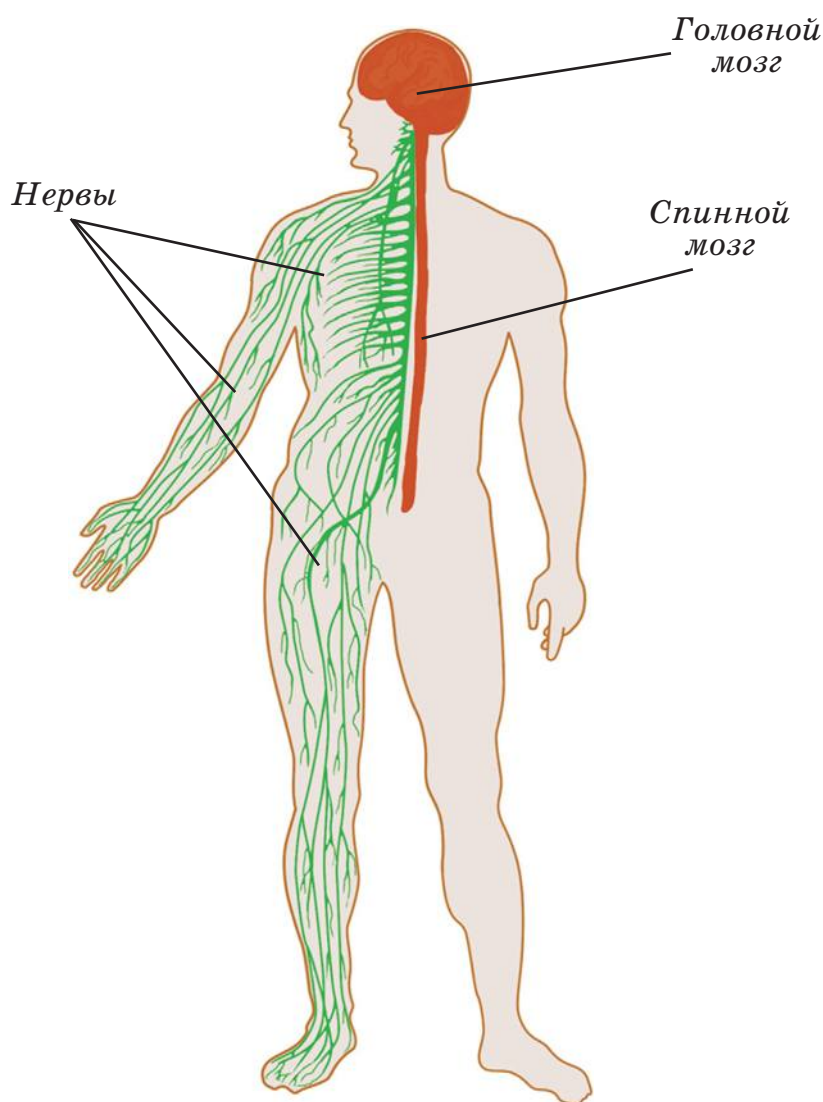
От головного и спинного мозга ко всем органам тянутся **нервы**, похожие на тонкие белые нити. Одни нервы воспри-



нимают раздражения и передают сигналы от органов к головному или спинному мозгу, а другие передают сигналы от головного или спинного мозга к органам.

Головной и спинной мозг вместе со всеми нервами составляют **нервную систему**. Она объединяет наш организм в единое целое. Благодаря нервной системе все органы работают согласованно.

1. Какую работу в организме человека выполняет головной мозг?
2. Какое значение имеют спинной мозг и нервы?
3. Что входит в состав нервной системы?



Береги нервную систему

Нервная система работает непрерывно, поэтому её необходимо беречь от переутомления. Лучший отдых для нервной системы — полноценный сон. Для тебя он должен длиться не менее 10 часов.

Уберечься от быстрого утомления тебе поможет соблюдение режима дня. Чередование умственного труда с физическим, занятия спортом и подвижные игры на свежем воздухе помогают сохранить и укрепить здоровье.



Очень опасны для здоровья травмы головы. Они могут привести к сотрясению мозга и вызвать нарушения работы нервной системы. В результате тяжёлых травм может произойти потеря памяти, зрения, способности читать, писать. Береги себя от травм!



Вредное влияние на нервную систему оказывают употребление спиртных напитков, наркотиков и курение. Особый вред спиртные напитки, наркотики и табак наносят головному мозгу. У человека слабеют умственные способности, внимание и память.

1. Почему нервную систему необходимо беречь?



2. Какой вред нервной системе наносят употребление спиртных напитков, наркотиков и курение?

3. Иногда взрослые говорят: «Ты играешь у меня на нервах», «у него слабые нервы». Как ты понимаешь эти выражения?



Об эмоциях

Человек по-разному воспринимает окружающий мир. Он восхищается природой, радуется друзьям, сочувствует героям прочитанной книги. Переживания, в которых проявляется отношение людей к окружающему миру и к самим себе, называют эмоциями.

Все эмоции делят на положительные, например радость, восторг, удовольствие, и отрицательные, например гнев, страх, отвращение. Эмоции обычно сопровождаются выразительными движениями. По выражению лица, особенностям речи, движениям можно узнать об эмоциональном состоянии человека.

- Определи, какие эмоции выражает девочка, изображённая на рисунках.



Учись управлять своими эмоциями. Помни, что отрицательные эмоции вредят не только твоему здоровью, но и здоровью окружающих людей. Положительные эмоции, наоборот, благотворны и для тебя, и для окружающих.

1. Что такое эмоции?
2. Приведи примеры положительных и отрицательных эмоций.
3. Как разные эмоции влияют на человека?
4. Почему нужно управлять своими эмоциями?
5. Что помогает тебе избавиться от плохого настроения?

Об обиде

Почти все люди иногда обижаются друг на друга. Наверняка, это случалось и с тобой.



Почему мы обижаемся? Учёные установили, что люди ссорятся и обижаются потому, что часто не понимают друг друга. Каждый из нас воспринимает окружающий мир по-своему и думает несколько иначе, чем другой человек. То, что важно для тебя, может быть совсем не важно для твоего друга или мамы. Поэтому очень полезно бывает представить, что чувствует и думает другой человек.



Например, ты нашёл интересный камень, похожий на дракона. А твоя мама его выбросила, когда убирала квартиру. Ты, наверное, очень обидишься на маму. А почему? Потому что для тебя — это каменный дракон, а для твоей мамы — просто грязный камень.

А можно ли сохранить камень? Конечно. Ты ведь помнишь, что мама не любит беспорядок. Если бы ты вымыл камень, показал бы его маме и рассказал, чем он тебе понравился, то она поняла бы тебя и не выбросила камень.

1. Почему люди обижаются друг на друга?
2. Как можно избежать обиды?

Что такое темперамент

Хорошо ли ты знаешь своих одноклассников? Присмотришься к ним внимательнее. Среди них нет одинаковых. Все они отличаются не только внешним видом, но и поведением. Ещё в древности выделяли четыре типа людей, которые отличаются типом поведения — темпераментом: холерик, сангвиник, флегматик, меланхолик.



Сангвиник — очень общительный, легко знакомится, любит подвижные игры. У него, как правило, много друзей, но он часто их меняет. Также меняет он и свои увлечения.

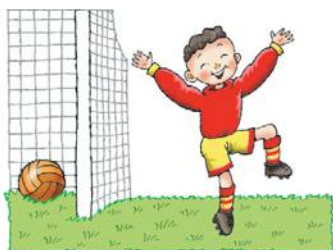
Холерик — бурно выражает свои чувства. Когда он рассердится, его трудно успокоить. Если ему понравится игра, его трудно отвлечь от неё. Холерики часто добиваются больших успехов в полюбившемся им деле.

Флегматик — человек медлительный. Он обычно медленно одевается, долго делает какое-либо дело, зато усидчив и терпелив. Друзей у него немного, но он верный и постоянный друг. Долго привыкает к новым людям и обстановке.

Меланхолик — не любит шумных игр, часто держится в стороне от других детей. Обидчив и долго переживает обиду. Меланхолик тонко чувствует красоту окружающего мира и стремится выразить её в каком-либо виде творчества.

Однако все эти темпераменты в чистом виде можно наблюдать очень редко. Гораздо чаще встречаются люди, у которых есть черты 2 — 3 темпераментов. Они проявляются в разных жизненных ситуациях.

1. Рассмотрни рисунки и расскажи, черты какого темперамента проявляются у Пети в зависимости от ситуации.

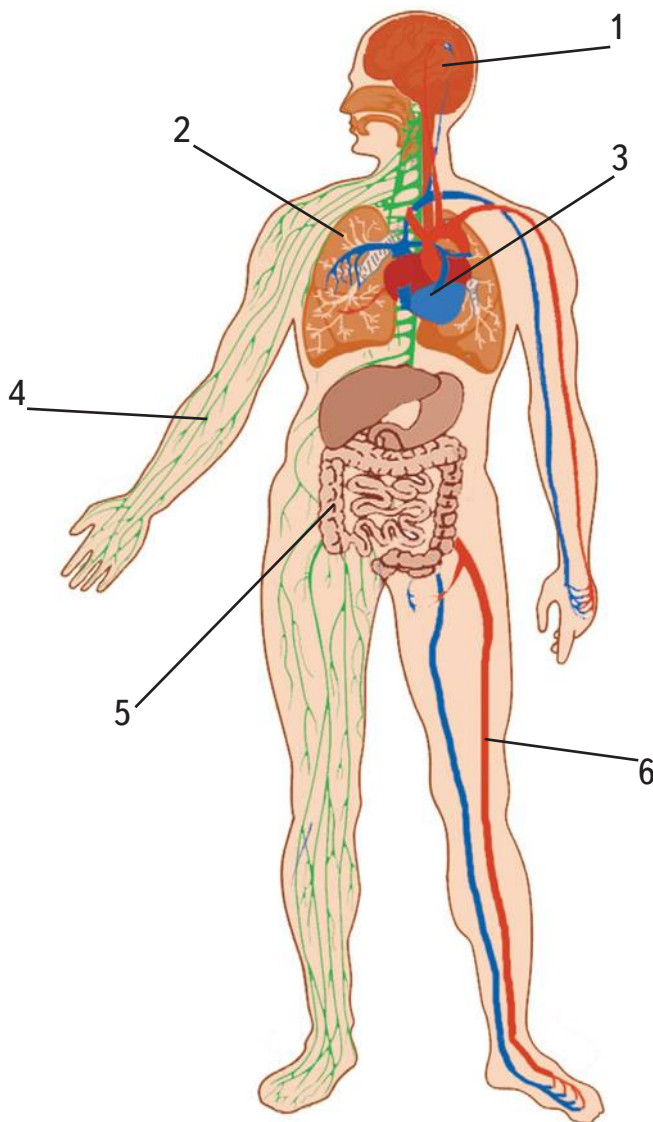


2. Расскажи о своём друге. Как ты думаешь, какой темперамент у него преобладает?

ПРОВЕРОЧНАЯ РАБОТА № 4

1. Какой орган защищает организм человека от жары и холода?

2. Назови органы, обозначенные на рисунке цифрами.



3. К какой системе органов относится сердце?

4. Какие действия укрепляют нервную систему? Приведи примеры.

5. Какую работу в организме выполняет головной мозг?

Мозаика заданий

1. Какое значение имеет кожа для человека?
2. Объясни, почему кожу следует содержать в чистоте.
3. Что является основой скелета? Объясни, почему.
4. Какое значение имеет череп?
5. Назови главные свойства мышц.
6. Почему во время чтения, письма и рисования локти должны лежать на столе, а спина должна быть прямой?

7. Выбери названия органов, которые относятся к кровеносной системе: головной мозг, сердце, почки, сосуды, спинной мозг, кожа, нервы.

8. Рассмотрите рисунок. Определите, какие органы человека обозначены цифрами. К какой системе органов они относятся?

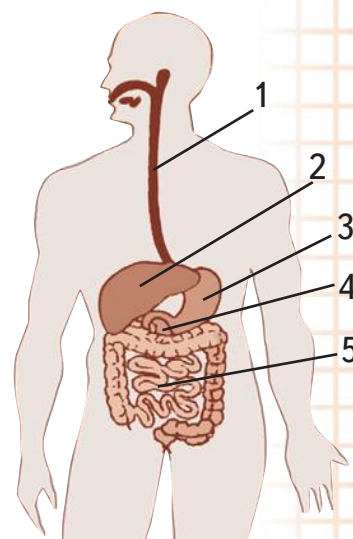
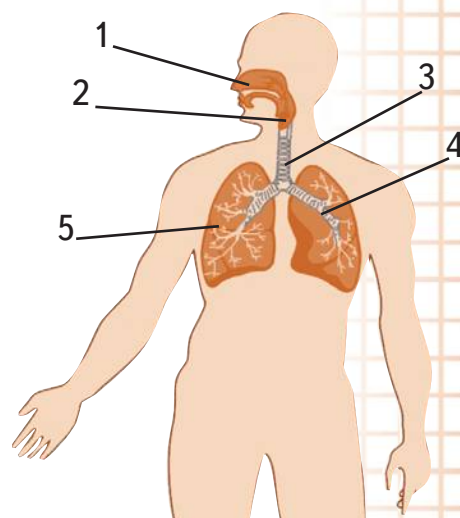
9. Какие правила нужно выполнять, чтобы сохранить здоровые зубы?

10. Какую работу в организме человека выполняет нервная система? Выбери правильный ответ:

- а) снабжает организм кислородом;
- б) защищает организм от повреждений;
- в) переваривает пищу;
- г) управляет работой всех органов.

11. Рассмотрите рисунок. Определите, какие органы обозначены цифрами. Как называется эта система органов?

12. Какие правила нужно выполнять, чтобы сохранить хорошее зрение?



ФИЗКУЛЬТУРА И СПОРТ



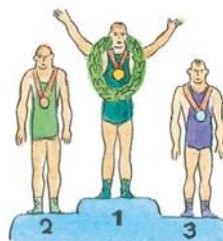
- Как проходили Олимпийские игры в Древней Греции?
- Как проходят современные Олимпийские игры?

- Какие спортивные игры и забавы были на Руси?



- Какими видами спорта занимаются в твоём городе (посёлке)?

- Что тебе известно о знаменитых спортсменах России?



- Что такое лечебная физкультура?

**Что можно ещё узнать
про физкультуру и спорт?**

ПРОЕКТЫ

План подготовки проекта

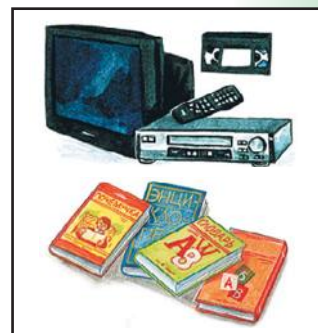
1. Выбери один из предложенных проектов или придумай свой проект.
2. Реши, будешь ли ты работать с товарищем или один.
3. Продумайте этапы деятельности.
4. Решите, кто и за что будет отвечать.
5. Выясните, что нужно подготовить заранее.
6. Уточните, какие книги, материалы будут нужны, к кому можно обратиться за помощью.

ФЕСТИВАЛЬ РУССКИХ НАРОДНЫХ СПОРТИВНЫХ ИГР

Этапы деятельности

1. Подберите материал по играм.
2. Выберите подходящие игры.
3. Определите место и время каждого состязания.
4. Проведите фестиваль.
5. Наградите победителей.

Роли: *собиратели игр, ответственные за инвентарь, режиссёр, диспетчер, участники игр, жюри.*

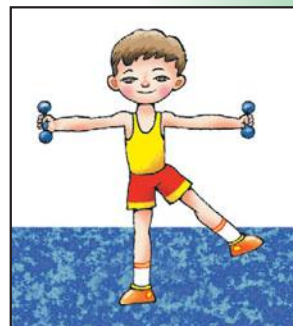


КОМПЛЕКС ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ

Этапы деятельности

1. Изучите назначение разных упражнений.
2. Составьте комплекс упражнений для снятия усталости глаз, шеи, спины, пальцев рук.
3. Подберите музыку.
4. Проведите репетиции.
5. Продемонстрируйте комплекс упражнений.

Роли: *тренеры, музыкальные редакторы, режиссёр, спортсмены.*



ИССЛЕДОВАНИЕ

Этапы деятельности

Постановка проблемы: Как изменяется частота пульса, если человек регулярно занимается физкультурой?

Выдвини предположение.

Проведи опыт. Начни ежедневно бегать в течение 10-15 минут. После бега измеряй пульс. Определи, как изменится частота пульса: 1) через две недели, 2) через месяц.

Сформулируй выводы.

Предложи, как можно использовать эти выводы в жизни.



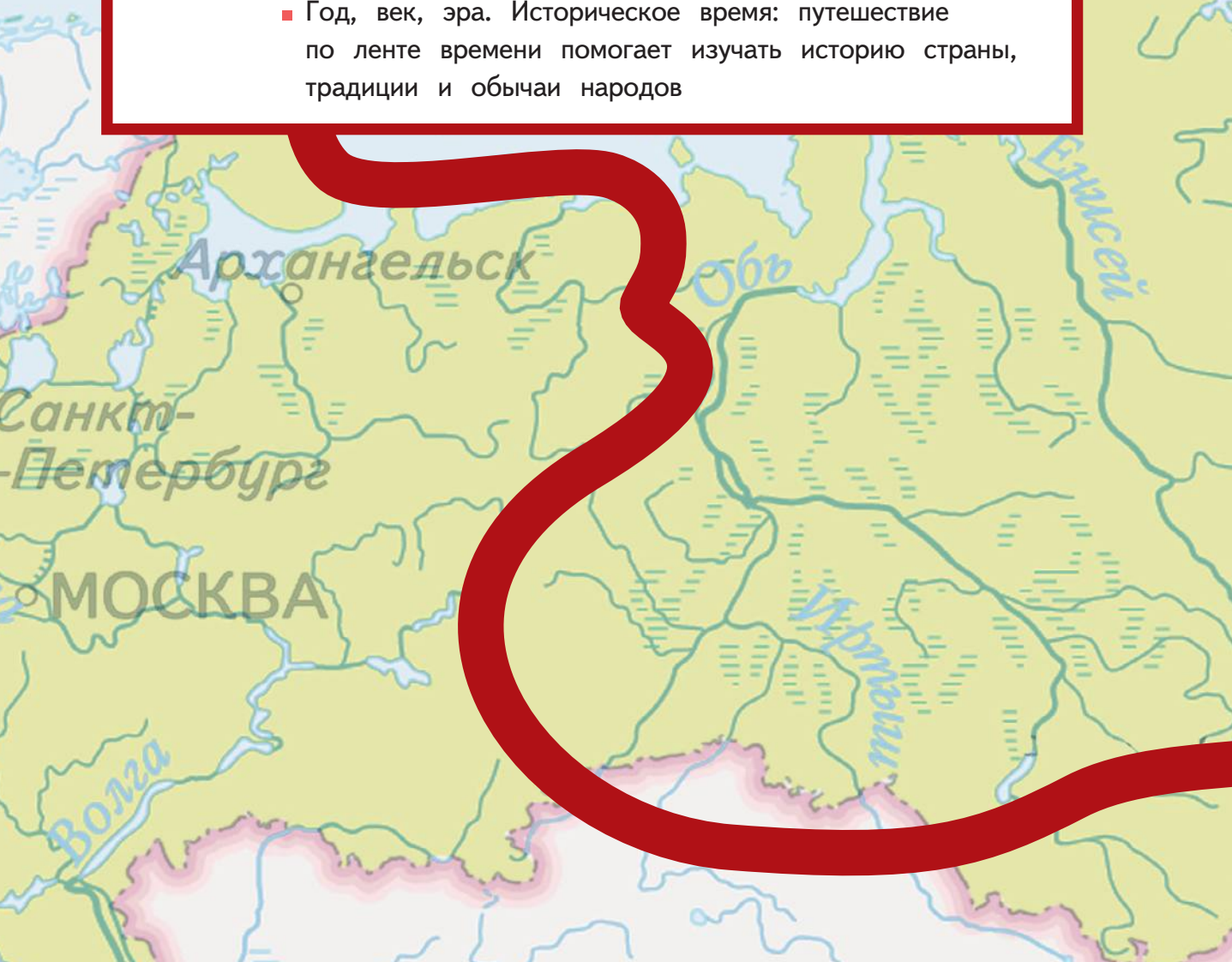
**В каких ещё проектах
ты хотел бы участвовать?**



С.50-60

Наша Родина

- На территории России проживает более 100 народов
- Традиции народов нашей страны: занятия, обычаи, народные песни и игры, национальная одежда и еда
- Русский язык — общий язык для народов нашей страны
- Год, век, эра. Историческое время: путешествие по ленте времени помогает изучать историю страны, традиции и обычаи народов



Наше государство

- Государство: территория, население, государственная власть
- Российская Федерация — союз республик, краёв, областей, округов
- Президент и правительство. Конституция — главный закон нашей страны
- Права ребёнка: право на жизнь, на имя, на гражданство, на здоровье, на образование, на жильё
- Символы государства: герб, флаг, гимн
- Государственные награды и герои нашей страны



С.96-120

Города России

- Чем отличается город от села
- Древний город: кремль, собор, посад, торг
- Названия городов и гербы — как они возникали
- Памятные места городов: памятники, здания и сооружения, уголки природы
- Чем отличается современный город от древнего
- Москва — столица России



С.61-95

НАША РОДИНА

Народы нашей страны

Ты уже знаешь, что страна, в которой мы живём, называется Россия. Наша страна занимает огромную территорию. На севере Россию омывают воды Северного Ледовитого океана, на востоке — Тихого океана.

Россия страна многонациональная. На территории России живёт более ста народов. Это русские, татары, буряты, башкиры, якуты, калмыки, аварцы, ингуши, кабардинцы, карелы, удмурты, эвенки и многие другие. У каждого народа свои обычаи и традиции: народные песни и сказки, национальная одежда и еда, то есть своя культура. У каждого народа —





свой язык. У русских — это русский язык, у татар — татарский, у ингушей — ингушский.

Каждый народ издавна селился в определённой местности. Например, русские в западной части России, чукчи на севере, калмыки на юге. Однако представители разных народов селятся и в других регионах страны. Например, русские живут и на Дальнем Востоке, и на Крайнем Севере.

Русские составляют большинство населения России. Русский язык объединяет всех жителей нашей страны. На этом языке написаны все государственные документы и законы.



1. Узнай, в какой республике, области или крае ты живёшь.
2. Какие народы живут на этой территории?
3. Какой город является столицей вашего края, республики или области?



Славяне и их соседи



Русские произошли от древних славян. Так назывались племена*, занимавшие в древности большую территорию от реки Эльбы на западе до Днепра на востоке, от Балтийского моря на севере до Чёрного моря на юге.

Часть племён, которые расселились по реке Дунай, были предками сербов и болгар, и назывались *южные славяне*.

Другая часть славян пошла на север — от них произошли чехи, словаки и поляки. Это *западные славяне*.

Третья часть — двинулась по Днепру и его притокам на северо-восток. Их называют *восточными славянами*, они предки русского, украинского и белорусского народов.

Соседями славян были многочисленные племена, пасшие скот в обширных южных степях. Соседи и враждовали между собой, и заключали военные союзы, и вели торговлю.



1. Прочитайте на карте названия племён восточных славян.

2. Какие племена были соседями славян?



3. Узнай, в каких современных государствах проживают сербы, болгары, чехи, словаки, поляки, украинцы, белорусы.

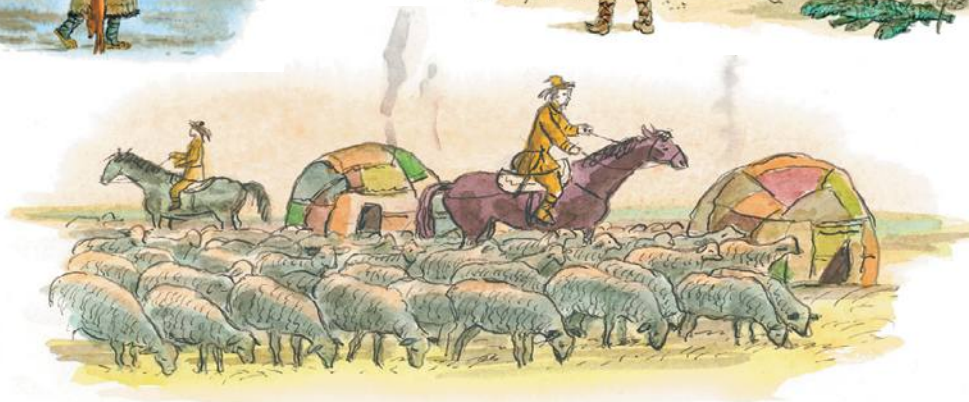




Традиции народов нашей страны

Природа на территории нашей страны очень разнообразна. Важную роль в жизни народов играли лес, река и степь.

- Рассмотрни рисунки. Расскажи, какую роль играли лес, река и степь в жизни человека.



Образ жизни, занятия людей были очень тесно связаны с природой. Люди по-разному приспосабливались к природным условиям. Одни народы спали в гамаках или на циновках, другие — на деревянных лавках. Одни ели ржаной хлеб, другие — лепёшки из кукурузы.

У каждого народа из века в век передавались навыки, трудовой опыт, формы поведения — то, что составляет основу культуры любого народа, его традиции. Ярче всего народные обычаи и традиции проявлялись в песнях, музыке, танцах, в костюмах, в убранстве дома, в национальной кухне.

1. Какие занятия в старину были главными у народов на территории нашей страны?

2. Какие народные песни, танцы и народные музыкальные инструменты ты знаешь?

3. Подумайте, какие явления природы нашли своё отражение в народных песнях.

4. Узнай и запиши: а) названия любимых песен твоего народа; б) названия народных танцев; в) названия национальных блюд.

Народный костюм

Культура любого народа находит яркое отражение в народном костюме. В костюме отражались представления о красоте и удобстве. Раньше костюм берегли, хранили, передавали по наследству.

С одеждой были связаны интересные традиции. Чистую и новую одежду надевали, когда первый раз бросали зерно в землю, когда косили сено. Это было знаком хорошего урожая.

Разнообразие народных костюмов связано с разнообразием природных условий. На Севере носили в основном одежду из меха диких животных. Особенно любили одежду из оленьих шкур мехом наружу.

А вот так выглядела русская традиционная одежда:





Марийцы и другие народы в средней части России с древних времён выращивали лён, из которого ткали ткань, а потом шили одежду. Праздничная одежда была белого цвета, её украшала красивая вышивка.

У народов, издавна разводивших овец, коз, любимая одежда была изготовлена из шкур домашних животных, из шерстяных тканей.

Праздничную одежду украшали по-разному: вышивками, мехом, цветными шарфами, поясами, лентами, бусами, костяными изделиями.

1. Посмотри на костюмы разных народов. Что в них общего и чем они отличаются?

2. Попробуй по рисункам определить, какие костюмы принадлежат жителям Севера, какие — жителям средней части России, какие — жителям Кавказа.

3. Сравни эти костюмы с современной одеждой. Какие элементы народного костюма сохранились в современной одежде?

4. Узнай, как называются детали национального костюма твоего народа.

5. Нарисуй элементы национальной одежды твоего народа.



Народные игры

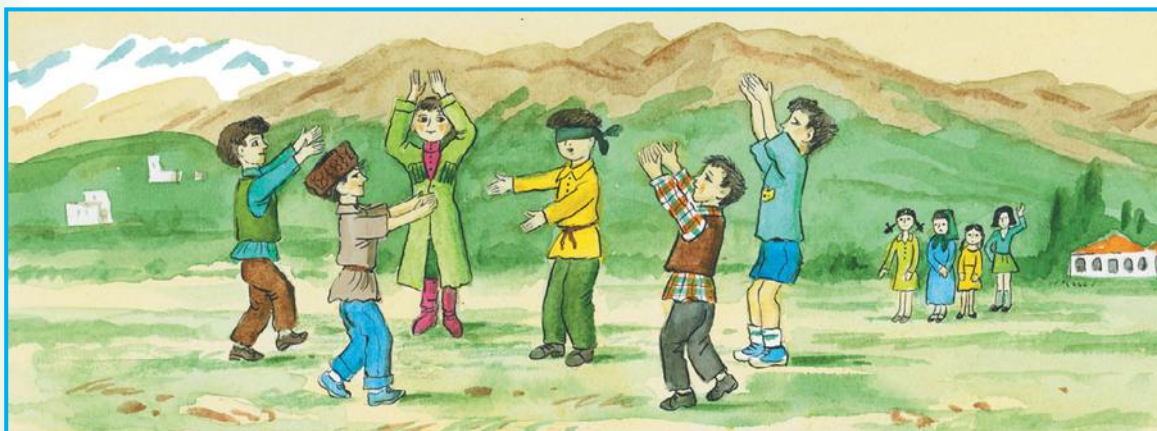
Знаешь ли ты, что природа, занятия людей, животные, живущие в той же местности, оказывали влияние на игры детей? Игра была не просто развлечением. Игры воспитывали, помогали в общении с окружающим миром, способствовали приобретению знаний, развивали силу и ловкость.

Игры тесно связаны с природными условиями. В горной местности и на равнине они были разные.

В Мордовии, например, много игр, которые связаны с сезонными работами в поле — началом посева семян или уборкой урожая. Игры сопровождались ритмическими песнями и танцами.

Дети в горных селениях Северной Осетии играют в игры, которые требуют силы и выносливости. Наряду с песнями и танцами обязательно были спортивные состязания: скачки на лошадях, переход через горную реку, бег на гору и другие.

Одним из основных занятий осетин было скотоводство. Поэтому много игр было связано с животными. Игры учили быстроте реакции и ловкости. Так, например, популярной была игра «Слепой медведь».



1. Рассмотрите картинку и расскажите, в чём заключаются правила этой игры.
2. А в какие игры играешь ты с друзьями?
3. Какие игры связаны со старинными обрядами и традициями?

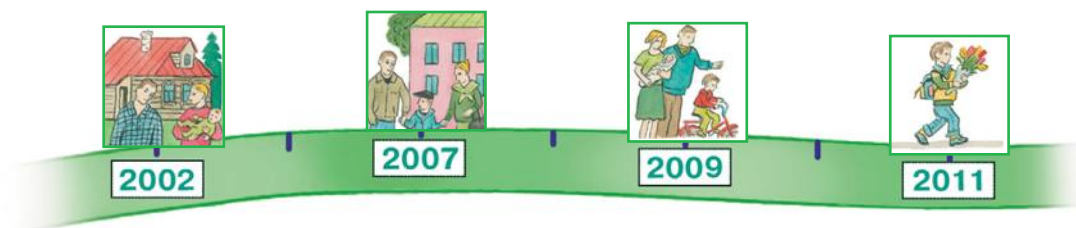


Путешествие по ленте времени

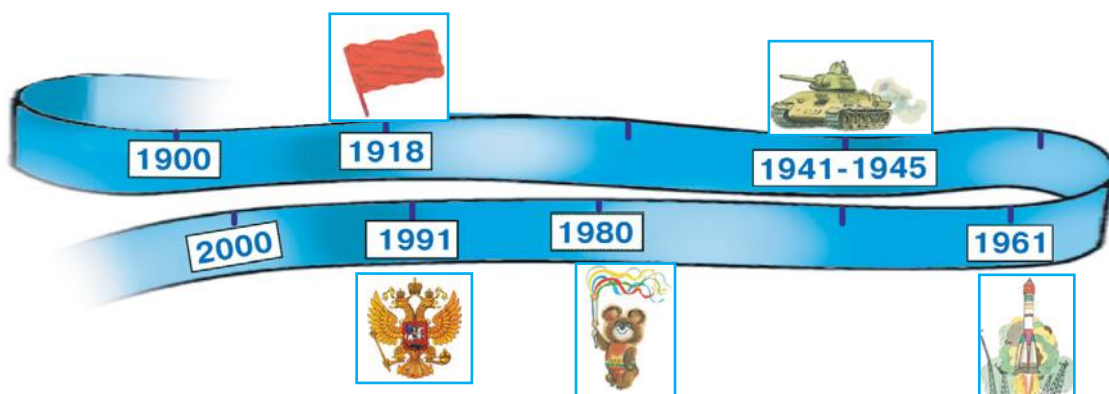
Ты уже знаком с некоторыми науками, которые изучают природу и человека. **История** — это наука, изучающая прошлое человеческого общества. История даёт нам возможность понять: отчего бывают войны, как наладить мирные связи с соседними народами, как изменяется природа под воздействием человека и многое другое.

Наше путешествие будет проходить во времени, поэтому нам нужно познакомиться с понятием *историческое время*.

Мы часто задаём вопрос: «Когда это было?» — и получаем ответ: «В таком-то году или веке, в таком-то тысячелетии». Историческое время можно представить в виде реки или ленты, которая убегает далеко назад, в глубину времён. Промежутки времени на ней могут быть и совсем маленькими: несколько десятилетий, лет или даже дней. Такая лента может служить для описания жизни человека, семьи, класса.



Можно нарисовать ленту времени и сделать на ней метки, которые обозначают десятилетия и даже столетия. На такой ленте удобно отмечать важные события из истории города или страны.





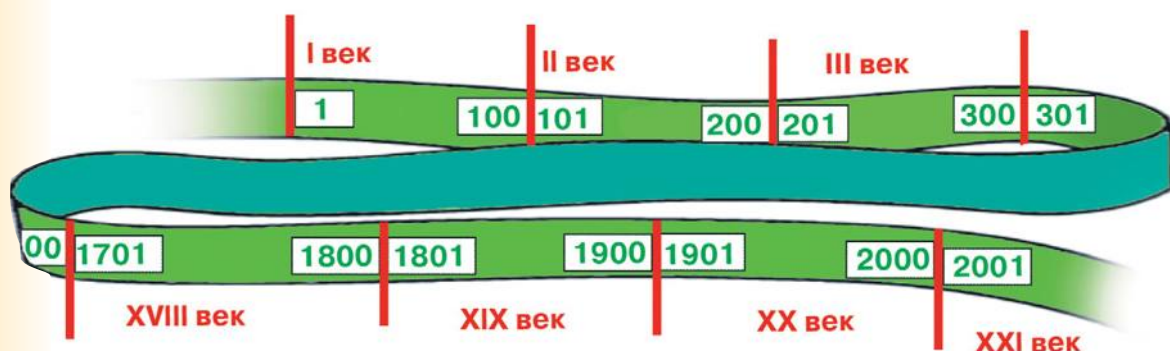
1. Спроси у друга — в каком году он родился. В каком году вы пошли в 1 класс? В каком году закончили его?
2. Расскажи, что такое лента времени.
3. Назови промежутки времени в порядке увеличения (от самого короткого до самого длинного): день, век, месяц, неделя, сутки, час, год.

Что такое век

На ленте времени часто обозначают и века. Ты, конечно, знаешь, что век — это 100 лет. Века принято обозначать римскими цифрами.

1 — I	6 — VI	11 — XI	16 — XVI
2 — II	7 — VII	12 — XII	17 — XVII
3 — III	8 — VIII	13 — XIII	18 — XVIII
4 — IV	9 — IX	14 — XIV	19 — XIX
5 — V	10 — X	15 — XV	20 — XX

А теперь давайте разберёмся. Если мы знаем год, когда произошло то или иное событие, как определить, в каком это было веке?



Год, который оканчивается двумя нулями, принадлежит прошлому веку, а следующий год — веку новому. Например, 2000-й год — это XX-й век, а 2001-й — это XXI-й век.

1. Какой сейчас год? А какой век?
2. Посоветуйся с другом и определи, в каком веке произошли следующие события:
основание Москвы — 1147-й год;





открытие Америки — 1492-й год;
принятие христианства на Руси — 988-й год.

3. Почему римские цифры имеют такое название? А как называются цифры, которыми ты пользуешься на уроках математики?



4. Нарисуй ленту времени. Поставь на ней метки, которые обозначают года с 1995-го по 2005-й. Отметь на этой ленте времени все важные события из твоей жизни.



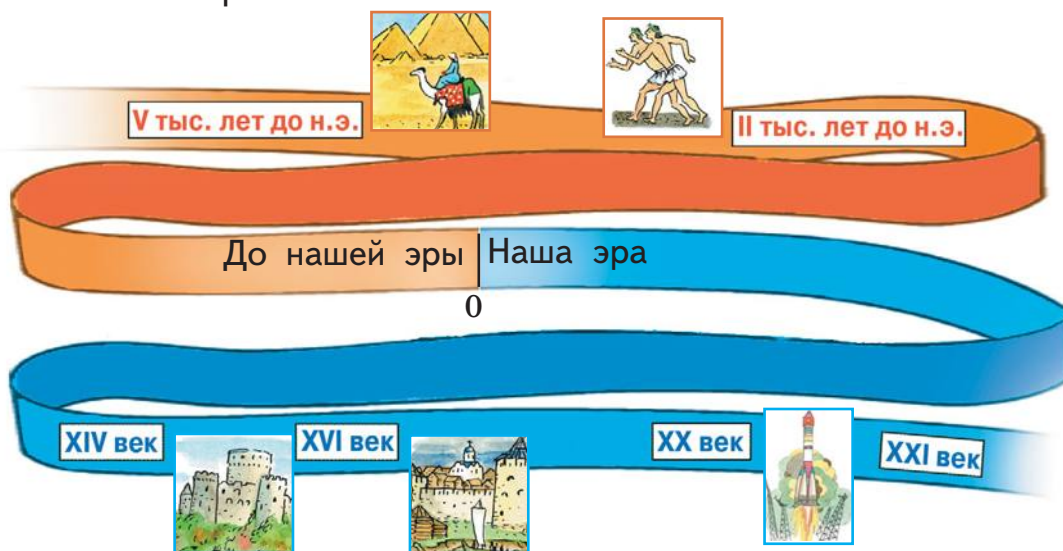
Наша эра*



История человеческого общества насчитывает несколько тысяч лет. Началом новой эры считают дату рождения Иисуса Христа. Новая религия — христианство — широко распространилась во многих странах, и теперь понятие «христианская эра» принято во всём мире.

Для нас рождение Христа кажется событием глубокой древности. Но были народы, которые жили задолго до его рождения. Например, первобытные люди, древние египтяне, древние греки, древние римляне и многие другие.

Года и века принято считать от Рождества Христова. Первые сто лет после Рождества Христова считают первым веком нашей эры.



1. Сколько лет длится наша эра? Сколько веков?



2. В 1530-м году в Средиземном море затонул пиратский корабль. В прошлом году учёные его обнаружили и подняли на поверхность. Сколько лет корабль пролежал на морском дне? Сколько веков?

Времена года и счёт времени

До принятия христианства счёт времени на Руси вели по четырём временам года. Началом года была весна, а наиболее важным считалось лето. Древние славяне давали названия месяцам в зависимости от признаков времён года и от сезонных работ.

Январь назывался *сечень*, потому что это был сезон вырубки леса, или *студень*, так как становилось холодно.

Февраль — *снежень* или *лютый*.

Март — *березол*, так как начинала цвести берёза, или *сухий* (в тех местах, где земля высыхала).

Апрель — мог иметь названия *березол*, *цветень* (цветение садов), *дубень*.

Май — *травень* (зеленеет трава) или *цветень*.

Июнь — *изок* (кузнечик) или *червень* (краснеют вишни).

Июль — *липец* (липы цветут) или *серпень* (время жатвы).

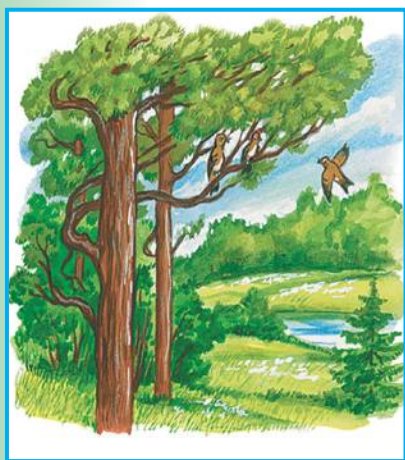
Август — *серпень* или *жнивень*.

Сентябрь — *вересень* (цветение вереска).

Октябрь — *листопад* или *жовтень* (желтеют листья).

Ноябрь — *листопад* или *грудень* (груда — мёрзлая колея на дороге).

Декабрь — *студень* или *грудень*.



1. Подумай, на севере или на юге России называли ноябрь *листопадом*.

2. Как вы думаете, совпадают ли названия месяцев древних славян с современными природными условиями?





ГОРОДА РОССИИ

Города и сёла

Люди издавна селились вместе. Вместе они обрабатывали землю, охотились, защищались от врагов.

В сёлах и деревнях жили крестьяне. Они занимались земледелием: сеяли рожь, ячмень, пшеницу.

Весной землю вспахивали, сеяли зерно, наблюдали, как оно растёт, радовались дождю и солнышку. Осенью выросшие колосья убирали — срезали серпом или косили косой. Затем зерно молотили — выбивали его из колосьев тяжёлыми цепями. Потом зерно мололи и получали муку. А из муки уже пекли хлеб, его называли «жѣто» — от слова «жить».



Ещё в сёлах и деревнях разводили скот, охотились в лесах, ловили рыбу в реках, собирали мёд. Среди крестьян были и мастера: гончары, плотники, кузнецы, ткачи.

Шло время. Поселения росли, укреплялись. Опасность набегов враждебных племён заставляла жителей строить дома в труднодоступных местах, на высоких берегах рек и озёр,

возводить вокруг них мощные, крепкие стены. Так постепенно стали появляться города.

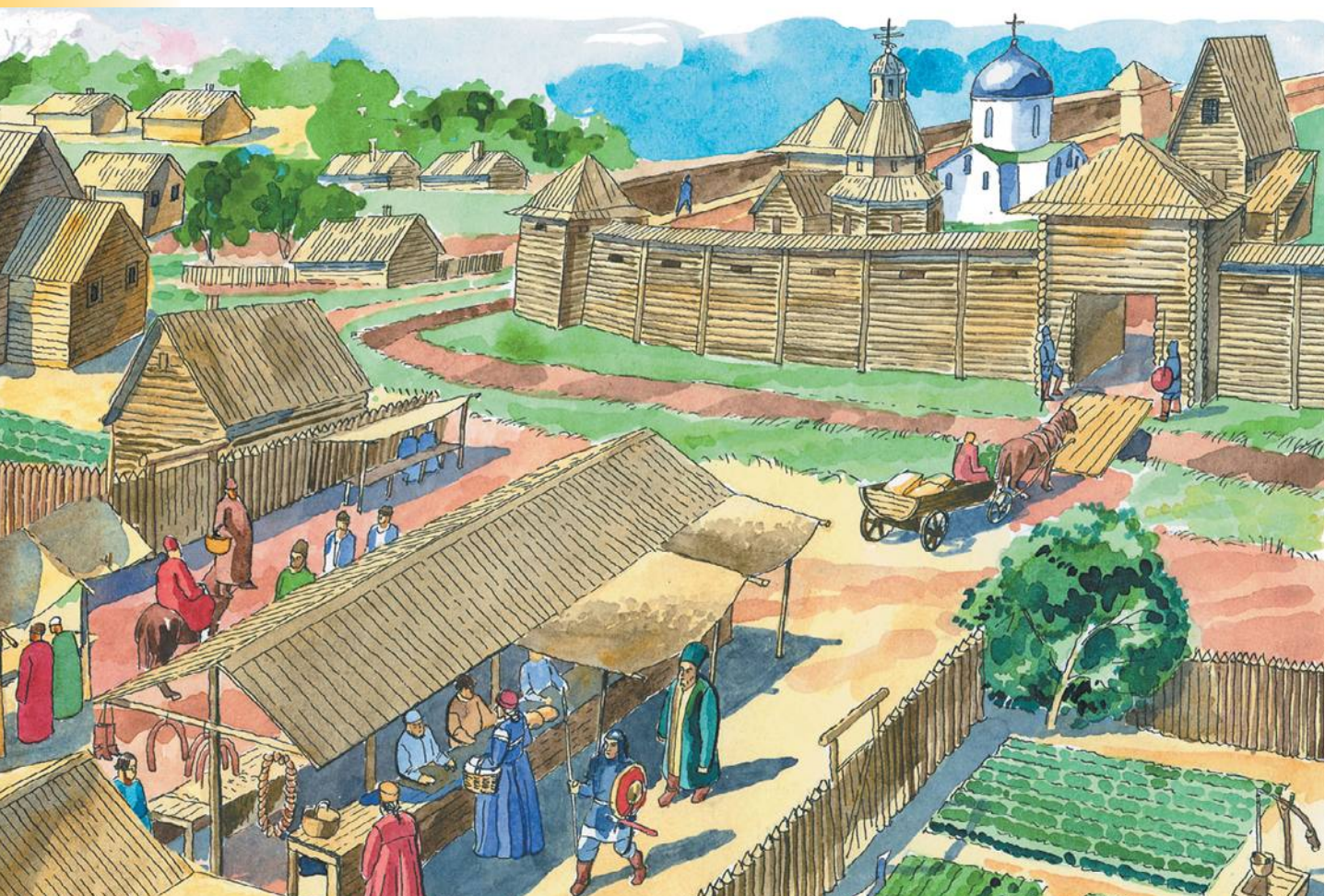
Слово «город» и означает «огороженное, укреплённое место». Все города имели укрепления — стены с башнями, вал и ров. Укреплённый центр города назывался **кремль**. Там находились главный городской **собор** и двор князя.



Основные жители города — купцы*, ремесленники*, дружинники* — жили за городскими стенами, в неукреплённой части города, которая называлась **посад**.

Самое оживлённое место в городе — рыночная площадь, или **торг**. Здесь находились торговые ряды: рыбный, мясной, огуречный, хлебный, а также кузнечный, зеркальный, книжный и другие. Горожане шли на торг не только за покупками, но и для того, чтобы услышать все новости города.

1. Найдите на рисунке кремль, собор, посад, торг. Чем заняты люди в городе?





2. Чем отличается город от села?

3. Посмотрите на ленту времени. На ней обозначены годы возникновения некоторых городов. Попробуйте определить, какой город старше всех.



4. Рассмотрите рисунки. Что продаётся в этих торговых рядах? Как бы ты их назвал?



Стены и башни города

Первые укрепления городов — деревянные стены и земляные валы. Особенно тщательно укрепляли стену, не защищённую рекой или оврагом. Её делали толще, мощнее остальных.

По верху стены шла боевая галерея. В крепостных стенах делали вылазы — небольшие отверстия в стене. Их маскировали так, что снаружи такой вылаз обнаружить было невозможно. Зато защитники крепости могли быстро разобрать стену и неожиданно напасть на осаждающих.

Когда появилось огнестрельное оружие, деревянные крепости с трудом могли выдерживать долгую осаду. Постепенно

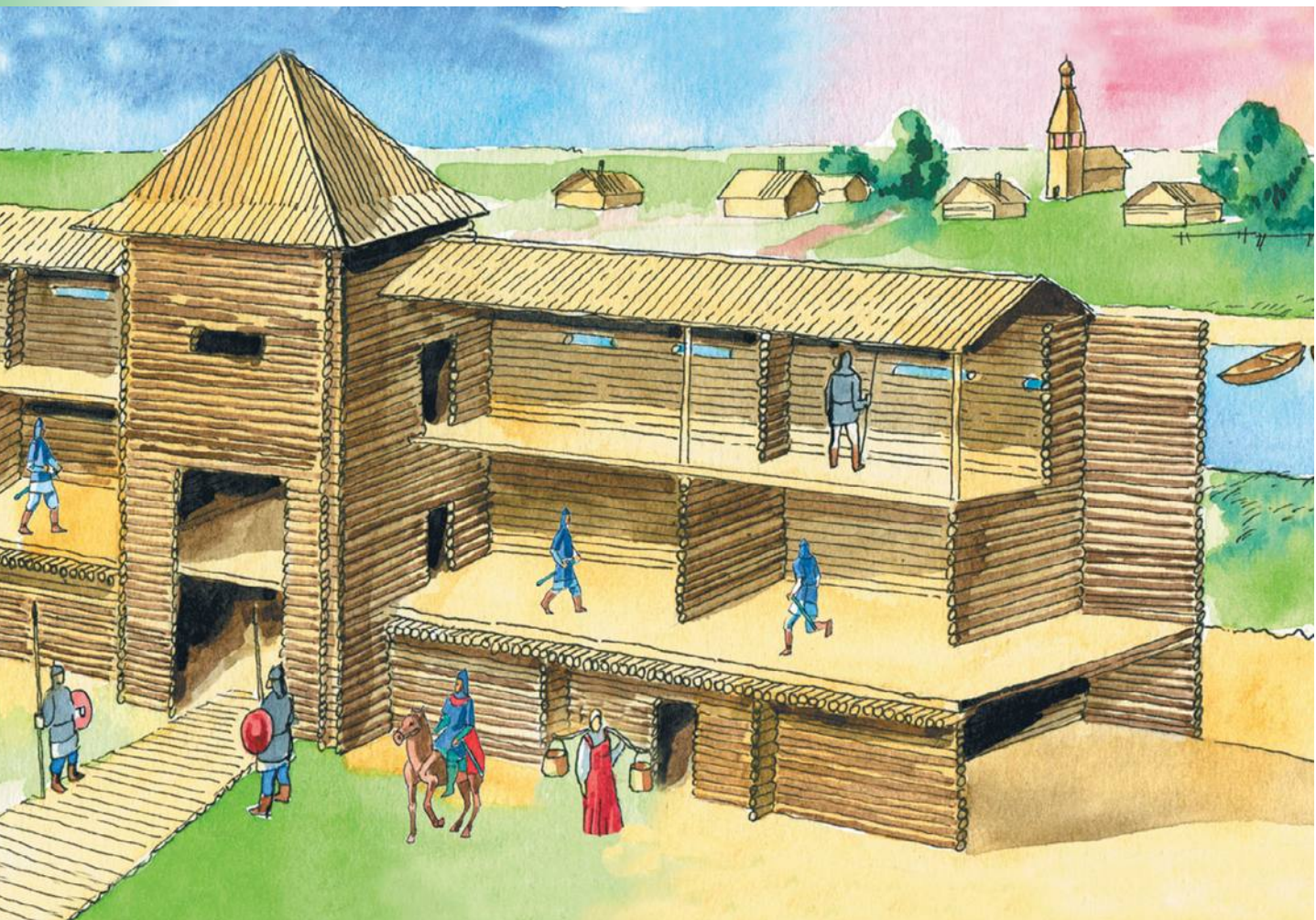
их заменили на прочные каменные стены. Если вдоль стен города протекала река, её перегораживали стеной или подъёмными решётками, чтобы не подпустить к городу вражеские суда.

Башни ставили так, чтобы держать под обстрелом все подходы к крепости. На самых высоких башнях постоянно находились часовые. Это были дозорные башни — «сторо́жни».

Крепостные башни разделялись внутри на этажи. По лестницам в толще башенной стены воины поднимались на верхние этажи и на боевые галереи. А на дозорную вышку попадали по приставной деревянной лестнице.

В нижних этажах башен устраивали склады оружия, продовольствия и городского имущества.

1. Почему деревянные стены города стали заменять каменными?
2. Как река помогала защищать город?





Названия городов

Многие города возникали на высоких берегах рек, другие — на пересечении торговых путей, у мостов, переправ через реки. Река — это главная и надёжная дорога. По ней и купцы свои товары на продажу везли, и врагов хорошо было видно.

Например, город Новгород возник на берегу реки Во́лхов, Псков — на слиянии рек Великой и Псковы́, Москва — на Москве-реке.

Иногда по названию реки давали название и городу. Например, Томск стоит на реке Томь, Ужгород — на реке Уж. Оренбург получил название по реке Орь. Старый Оско́л назван в честь реки Оскол. Старинный русский город Углич расположен на берегу реки Волги. В этом месте река образует угол, это и дало название городу.

Многие города названы по имени князей*, которые их основали. Например, города Владимир, Ярославль, Дмитров. Есть города на Руси, названные именами путешественников и первооткрывателей.



Ярославль

Однажды ростовский князь Ярослав плыл по реке на ладьях со своей дружиной. Пристально всматривался князь вдаль: не покажется ли где вражеский парус, не вылетит ли из прибрежных кустов стрела. Часто наведывались незванные гости во владения князя.



С одной стороны реки берега низкие, а с другой — холмистые, с крутыми склонами. «Хорошее место для крепости», — решил князь. И воины, звеня оружием и доспехами, уж вышли на берег. Вдруг раздался ужасный рёв — из лесной чащи вышел огромный медведь. Но князь Ярослав был не робкого десятка, он вступил в схватку со зверем и победил его.

Так гласит древняя легенда. Город, который вырос на этом месте, и получил имя князя Ярослава.

Хабаровск

Городу Хабаровску дал имя русский землепроходец Ерофей Павлович Хабаров.

Он предложил снарядить экспедицию на восток в поисках новых земель. Преодолевая огромные трудности, его отряд вышел к реке Амур. Члены экспедиции Хабарова изучали и исследовали амурские земли, строили крепости, чтобы защищаться от набегов врагов из соседнего Китая. А вскоре на Амуре появились переселенцы, крестьяне, охотники и промышленники. Амурские земли стали частью России.

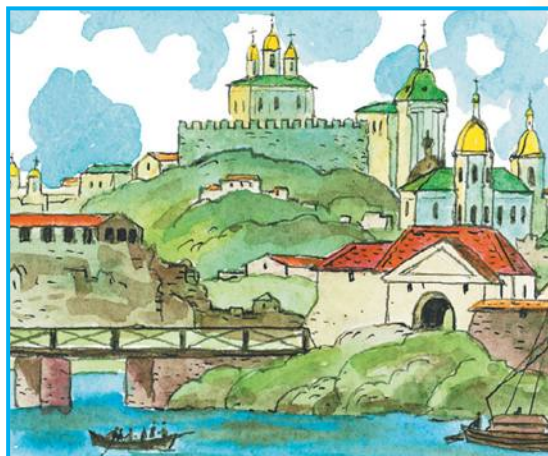
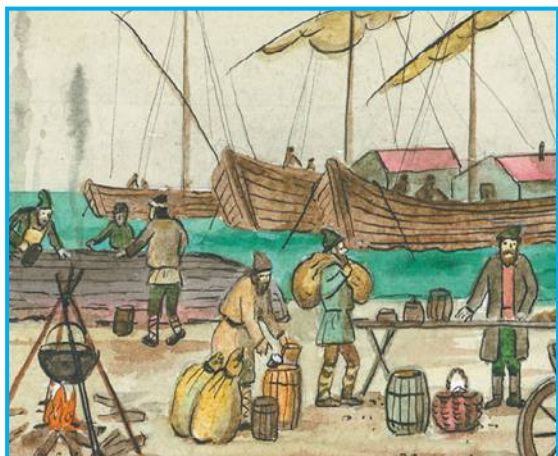


Именем Хабарова благодарные потомки называли город. Сначала это был просто военный пост. Постепенно посёлок расширялся, его население увеличивалось. В 1893-м году Хабаровск был объявлен городом.



Смоленск

В древности по реке Днепр проходил важнейший торговый путь из северных земель в южные — путь «из варяг в греки». Лодки в пути ветшали, их нужно было подновлять. В том месте, где смолили лодки, возник город. Жители этой местности занимались производством смолы. А город называли Смоленском.



1. а) Где расположен город, в котором ты живёшь?
б) Когда он возник? Что означает его название?
в) Если ты живёшь в селе или в деревне, узнай, как возникло его название.
2. Нарисуй ленту времени и отметь на ней важнейшие события из истории города, посёлка или деревни, в которой ты живёшь.

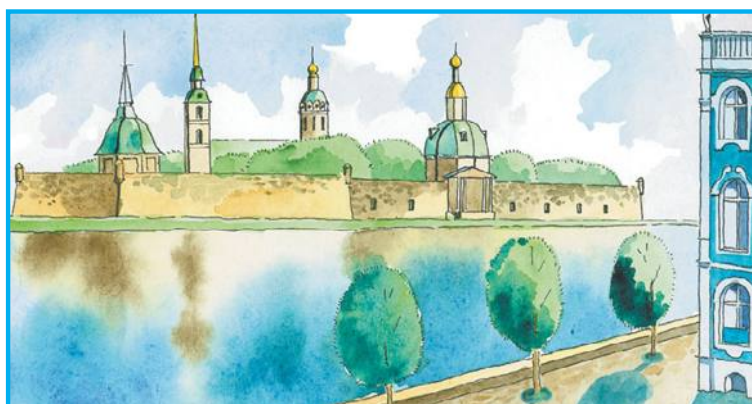
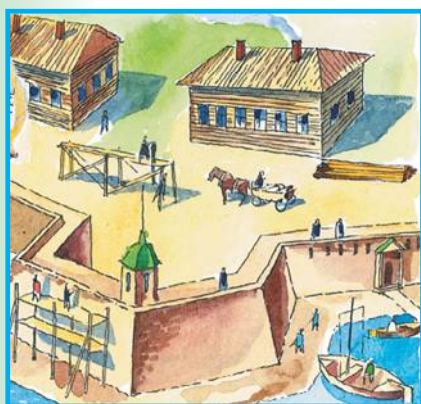


Основание крепости святого Петра

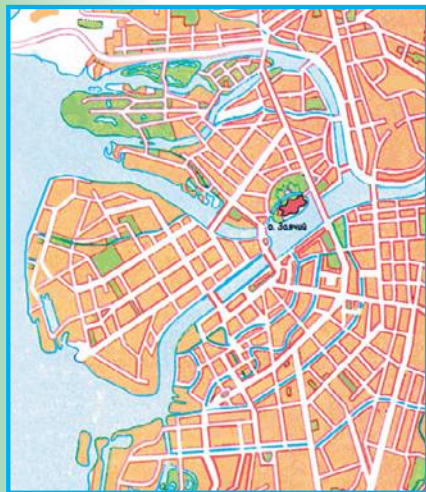
Давайте отправимся с вами в путешествие и перенесёмся на берега реки Невы в далёкий 1703-й год.

По течению реки плыли лодки, а сидевшие в них люди обследовали изгибы реки в поисках удобного места для строительства крепости. Им приглянулся небольшой островок, с которого хорошо просматривалась река. На этом острове, который назывался Заячьим, было решено возвести крепость, чтобы держать под прицелом всю реку.

Крепость построили быстро, так как шла война, и в любой момент можно было ждать нападения шведов. Остров укрепили: вбили сваи, подсыпали землю и сразу стали возводить земляные валы. Крепость занимала всю территорию острова. Её защищали бастионы — военные укрепления с выдвинутыми вперёд острыми углами. С бастионов можно было вести обстрел большого пространства, не подпуская противника близко к стенам. Эта крепость считалась в ту пору совершенной.



29 июня 1703-го года, в день святых Петра и Павла, русский император Пётр I заложил на острове деревянную церковь. Апостол Пётр, по преданию, хранит ключи от рая. Новая крепость в устье Невы должна была стать «ключом» к Балтийскому морю. Крепость получила название Санкт-Петербург, то есть «укрепления святого Петра».



Вблизи крепости на берегах Невы построили город Санкт-Петербург, а крепость на Заячьем острове стали называть Петропавловской крепостью.

1. Рассмотрите рисунок. Подумайте, почему именно в устье Невы было решено заложить город.
2. Какие особенности города вы заметили на плане Санкт-Петербурга?
3. Чем было выгодно положение крепости на Заячьем острове?

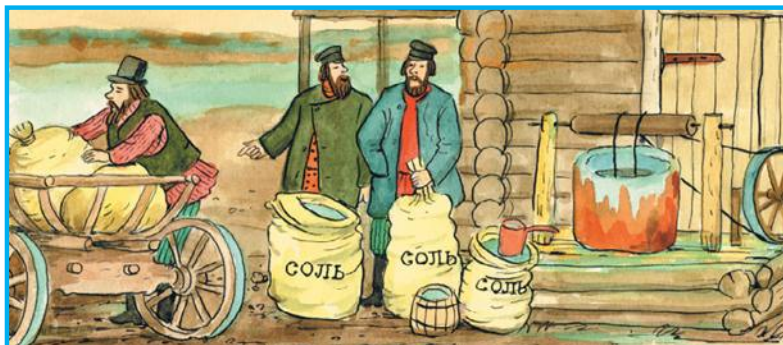


Соликамск

Трудно представить жизнь человека без соли. Без неё, как говорят в народе, «и хлеб не естся, и стол кривой». Соли же в России не хватало. Её даже покупали за границей, а ценилась она на вес золота.

И вдруг оказалось, что в землях около реки Камы очень много солёной воды — рассолов. Вологодские купцы Калинниковы начали разрабатывать подземные рассолы на речке Боровой, а в 1430-м году — на речке Усолке.

Так и появилось поселение, которое век спустя превратилось в город. Называли его сначала Усолье Камское, затем — Соль Камская. А потом, и уже навсегда, закрепилось название города Соликамск.



1. Какой продукт дал название городу Соликамску?
2. Попробуйте найти в справочниках или энциклопедиях названия городов, которые связаны с природными богатствами.



Кремль — центр города

Как ты уже знаешь, укреплённый центр города назывался кремль. Здесь строили самые красивые терема и соборы, здесь находились княжеские палаты. Тут обсуждались главные вопросы жизни города, страны. В кремле хранили оружие, городскую казну*, ценные книги и рукописи.

Именно в кремле прятались жители, когда город осаждали враги. Кремль — это каменная летопись* истории города.



В XV-м веке кремлёвские стены были построены из красного кирпича, так они выглядят и сейчас. Кремль окружали две реки: Москва и Неглинная, а также ров с водой. Через речку Неглинную были переброшены мосты на огромных цепях. Если их поднимали, то попасть в Кремль было невозможно.

- Сравните рисунки. Что в них общего? А в чём отличие?
- Из какого материала построены стены?
- Что появилось нового на территории Кремля в XV-м веке?



А. М. Васнецов.

*Московский Кремль
при Дмитрии
Донском
(XIV век)*



А. М. Васнецов.

*Московский Кремль
при Иване III
(XV век)*



Войти в Московский Кремль можно было через шесть башен. Царь обычно въезжал через Спасские ворота, патриарх* — через Троицкие, для хозяйственных нужд использовались Боровицкие ворота.



Главная площадь Московского Кремля — Соборная. На ней расположены основные соборы города: Успенский, Архангельский, Благовещенский, а также церковь Ризоположения, Грановитая палата и колокольня Ивана Великого.



В Успенском соборе венчали на царство русских царей, оглашали важные указы. Архангельский собор был царской усыпальницей. Здесь захоронены московские князья и цари. Благовещенский собор служил домово́й церковью русских царей.





Колокольня
«Иван Великий»

Грановитая палата получила своё название от гранёного камня, которым она облицована. В ней проходили торжественные приёмы и заседания.

Колокольню за необыкновенную высоту (80 метров) прозвали Иваном Великим.

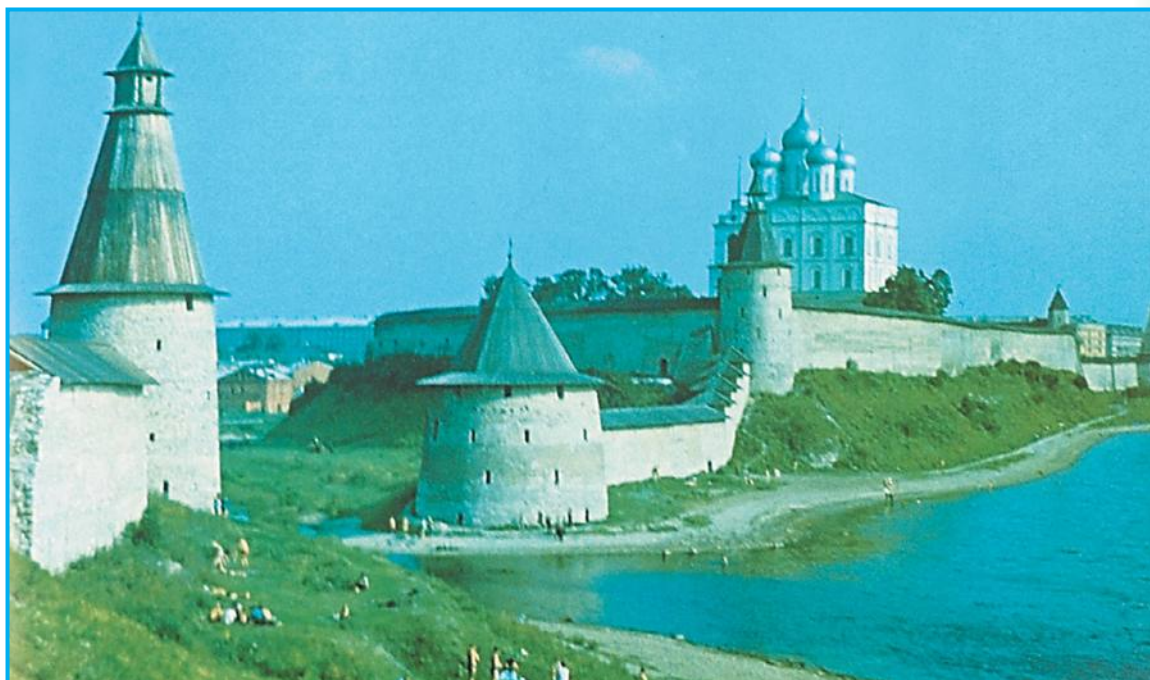
В Кремле находится и Оружейная палата. Это музей, в котором хранятся предметы старины, военные доспехи, оружие, царская одежда и драгоценности.

1. Какие реки защищали Московский Кремль?
2. Посчитай количество башен Московского Кремля.
3. На какой башне установлены часы?
4. Какие здания находятся на территории Кремля?
5. Попробуйте определить, почему кремлёвские башни получили свои названия.

Псковский кремль

Город Псков в старину называли «город-воин», «город-щит». Одними из первых встречали жители Пскова нашествие врагов с запада.





Центральная часть Псковского кремля называется Кром. Кром означает «укромное место». Это название появляется в псковских летописях с XIV-го века. Кром стоит на высокой скале с крутыми обрывистыми склонами. С северо-востока его защищает река Псковá, с запада — река Великая. Южная сторона Крома, вероятно, ещё в древности была ограждена земляным валом и бревенчатой стеной.

Каменные стены Крома треугольником замыкают территорию крепости. У слияния рек Псковы́ и Великой стоит башня Кутекро́ма, что означает «угол кремля». Башни Плоская и Высокая защищали город со стороны реки. Между ними построена стена с арочными проёмами, которые закрывались подъёмными решётками.

А на другой стороне Крома стоит башня Власьевская, ворота которой так же закрывались железной решёткой. Отсюда шёл торговый и военный путь на Запад.

В Кроме находится и главный собор города — собор Святой Троицы. Перед собором собиралось вёче — собрание народа. На вече решались вопросы войны и мира, принимались решения о ремонте стен Крома.

Стены и башни Псковского кремля были сложены из местного известняка, материала недостаточно прочного. Их необходимо было постоянно ремонтировать и укреплять. Каждая такая постройка была событием, которое отмечалось в летописи.

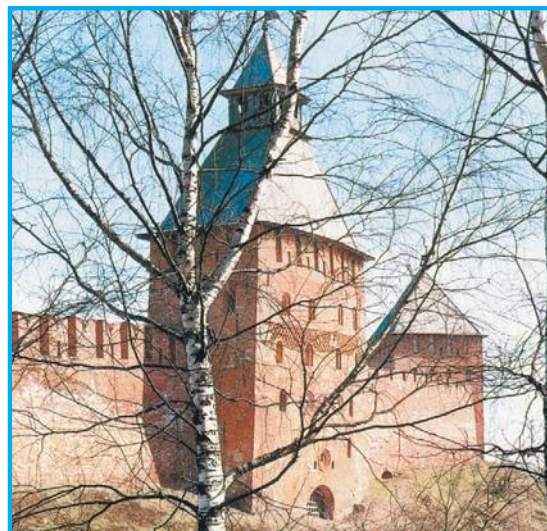
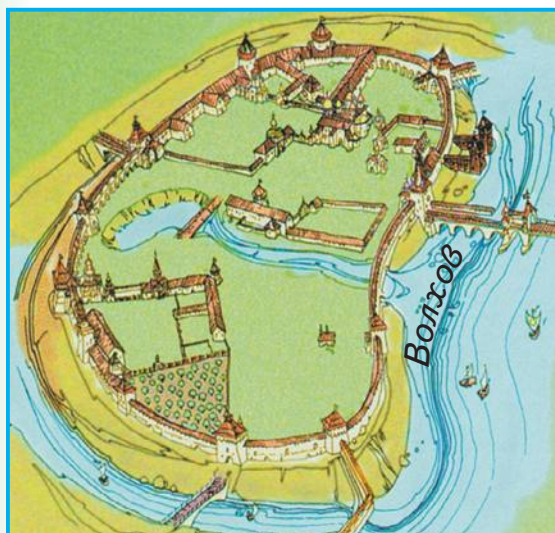
За собором, в самой скрытой части Крома, были расположены склады с запасами зерна, оружием и воинскими доспехами. Кром надёжно охранялся. На воротах, на башнях и на стенах день и ночь несли службу воины.

1. Почему Псков называли «город-щит»?
2. Как вы думаете, почему центром старинных городов был кремль?

Новгородский кремль

Новгород был мощнейшей крепостью Древней Руси, его уважительно называли господин Великий Новгород. Город возник на берегу реки Волхов.

Главная центральная часть кремля — Детьнец. Он окружён мощными стенами высотой 10 метров и длиной почти полтора километра. Название «Детьнец» связывают со словом «дedyнец». Так называли площадь, куда сходились на собрание «дedy» — главы крестьянских семей.





Это слово не случайно легло в основу названия кремля. Именно сюда колокол созывал народ на вече — общее собрание граждан вольного Новгорода. Главную роль на вече играли бояре и старейшины. Для защиты города нанимали князя с дружиной. Неудобного князя могли изгнать — «указать путь» — и пригласить другого. Иногда приглашённый князь сам захватывал полную власть в городе.

Самое древнее здание Новгородского кремля — храм с пятью куполами — Софийский собор. Этот собор — святыня города, символ его свободы и независимости.

На берегу Волхова находилась самая красивая и мощная Пречистенская башня. Через неё главная улица выходила на мост через Волхов.

На противоположном берегу Волхова располагалась торговая площадь. Великий Новгород стоял на важном торговом пути. Летом река была главной дорогой для судов, а зимой по руслам замёрзших рек двигались сани с товарами.

1. Какую роль играл «вечевой» колокол в Новгороде?
2. Как можно объяснить слово «детинец»?
3. Сравните планы Новгородского кремля и Псковского. Что у них общего? Чем они отличаются?
4. Есть ли в вашем городе кремль? Прочитай о нём как можно больше. Подготовь рассказ об истории кремля.



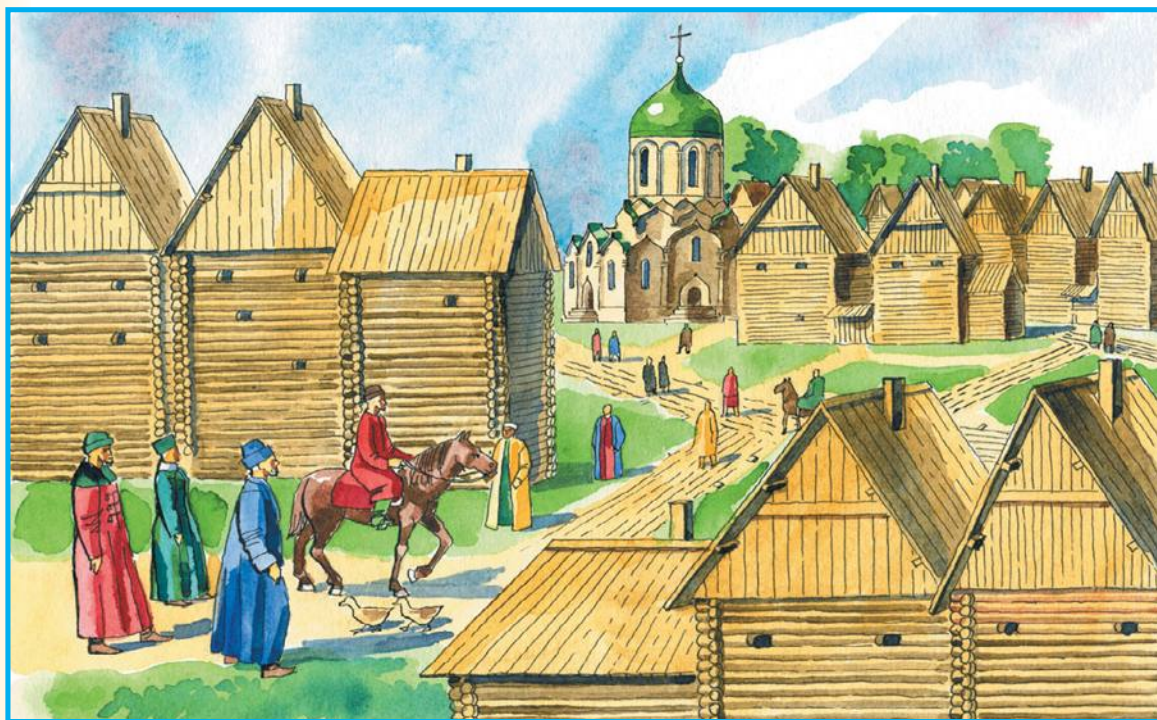
Улицы города

Давайте совершим прогулку по улицам города. Часто такая прогулка может многое рассказать об истории города и страны.

Улицы бывают прямые и узкие, широкие и длинные. А как появлялись улицы?

Ты уже знаешь, что города возникали около рек, на перекрёстке торговых путей. Из окрестных сёл и деревень тянулись к городу дороги. Постепенно проходы и проезды между домами и становились улицами.

Первоначально между улицами были огромные пустыри, на которых пасли скот, сеяли хлеб. Возле домов были огороды, а по улицам гуляли гуси. На ночь улицы закрывались — в конце каждой улицы ставили решётки с воротами из крепких брёвен.



Со временем на улицах стали делать мостовые, чтобы можно было проехать и в непогоду. Для этого укладывали длинные брёвна (лаги). Их перекрывали сверху брёвнами со



стёсанной верхней частью. Это было прочное покрытие, которое служило много лет. Жители, чьи дома выходили на улицу, обязаны были платить «мостовые» деньги, которые шли на ремонт деревянного покрытия. Каменные мостовые появились в городах гораздо позже.

Много интересного могут рассказать нам названия улиц, переулков*, проспектов*.

Как ты думаешь, откуда в современных городах такие названия улиц: Кузнецкая, Гончарная, Пушечная, Хлебный переулок?

Есть улицы, которые носят имена знаменитых людей: писателей, художников, космонавтов, полководцев. Например, площадь Гагарина названа в честь первого космонавта, совершившего в 1961-м году полёт в космос. Кутузовский проспект носит имя российского полководца Михаила Илларионовича Кутузова, который возглавлял русские войска в войне против Наполеона в 1812-м году.

Во многих городах России есть улицы и площади, которые носят имена великих русских писателей: А. С. Пушкина, Н. В. Гоголя, А. П. Чехова и других. Их имена вам хорошо знакомы.

Практически в каждом селе, деревне, городе есть улицы, которые названы в честь героев Великой Отечественной войны. В 1941-м году фашистская Германия напала на нашу страну. Долгие четыре года с 1941-го по 1945-й весь народ защищал Родину. Одни уходили на фронт, другие воевали в партизанских отрядах в тылу врага. Оставшиеся в тылу взрослые и дети вместе работали на заводах и фабриках, чтобы обеспечить фронт военной техникой и боеприпасами.

Подвиг защитников Родины не забыт. Их имена остались в названиях улиц и площадей.



Площадь Гагарина



Площадь Маяковского



1. Расскажи об улице, на которой ты живёшь. Как она называется? Какие дома на ней стоят?



2. Есть ли в вашем городе улицы, которые носят имена русских поэтов и писателей, героев войны, великих учёных?

3. В Москве есть улицы — Тверская, Смоленская, Тульская. Как ты думаешь, с чем связаны эти названия?

4. Пройдите по улицам и запишите, какие названия вам встретятся. С какими историческими событиями они связаны?

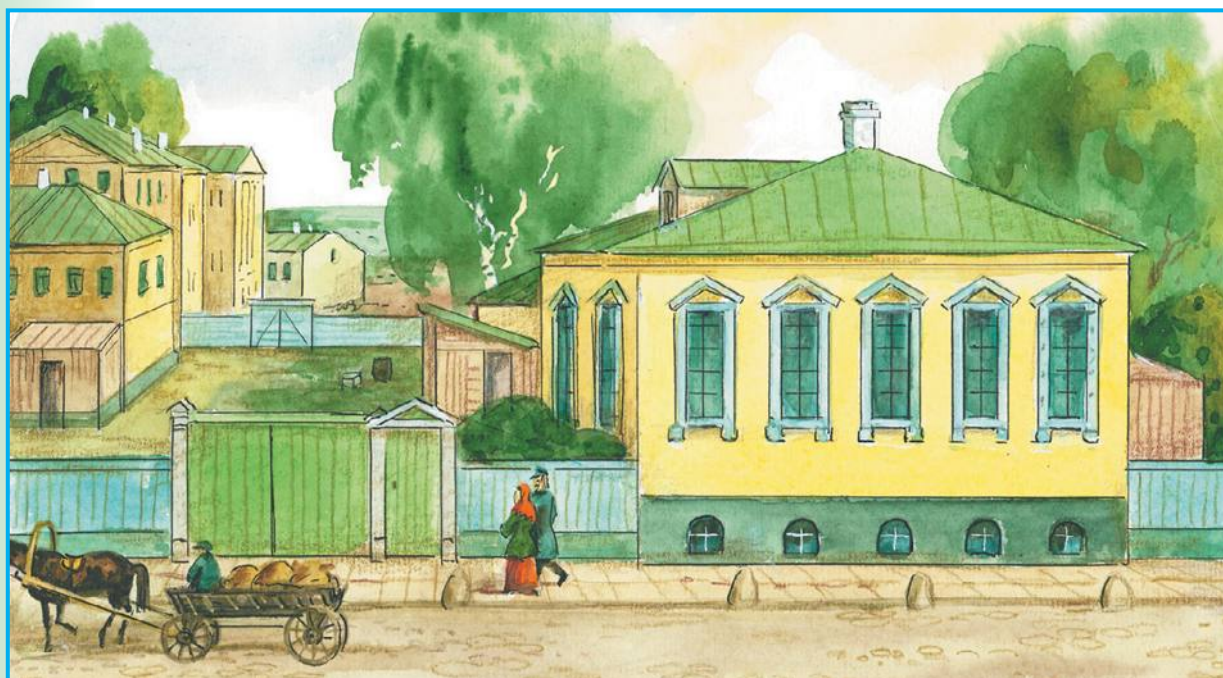


Дома на улицах города

О том, кто и как жил в городе, могут рассказать стоящие на улице дома.

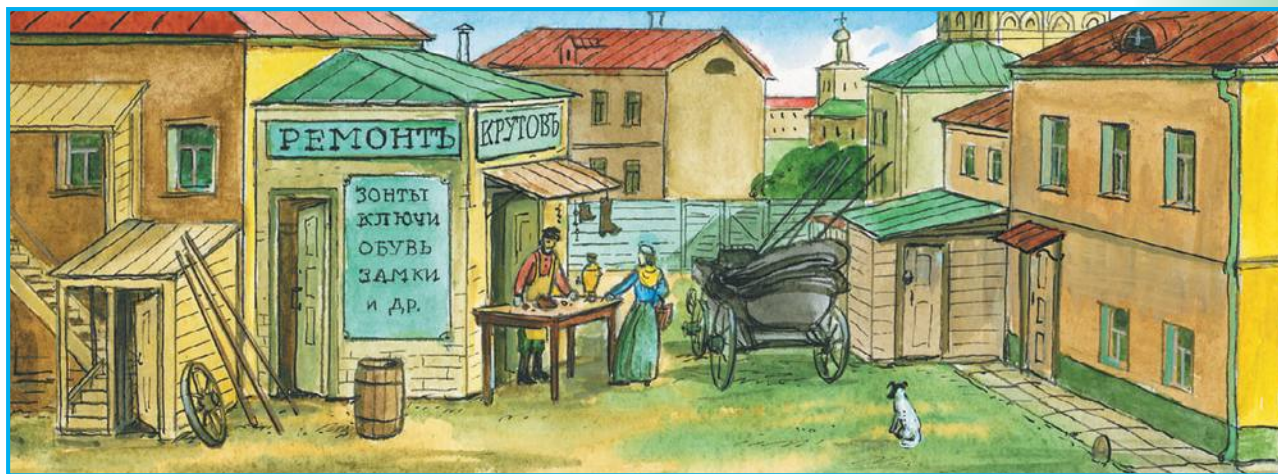
Старинный дом купца окружал высокий забор. Нижний полуподвальный этаж — каменный. Там купец хранил разные товары: продукты, меха, ткани, украшения. Окна второго этажа выходили на улицу. Там размещались жилые комнаты: столовые, спальни, комнаты для гостей.

А вот дом ремесленника, который имел дело и с заказчиками, и с покупателями, никогда не отгораживался от ули-



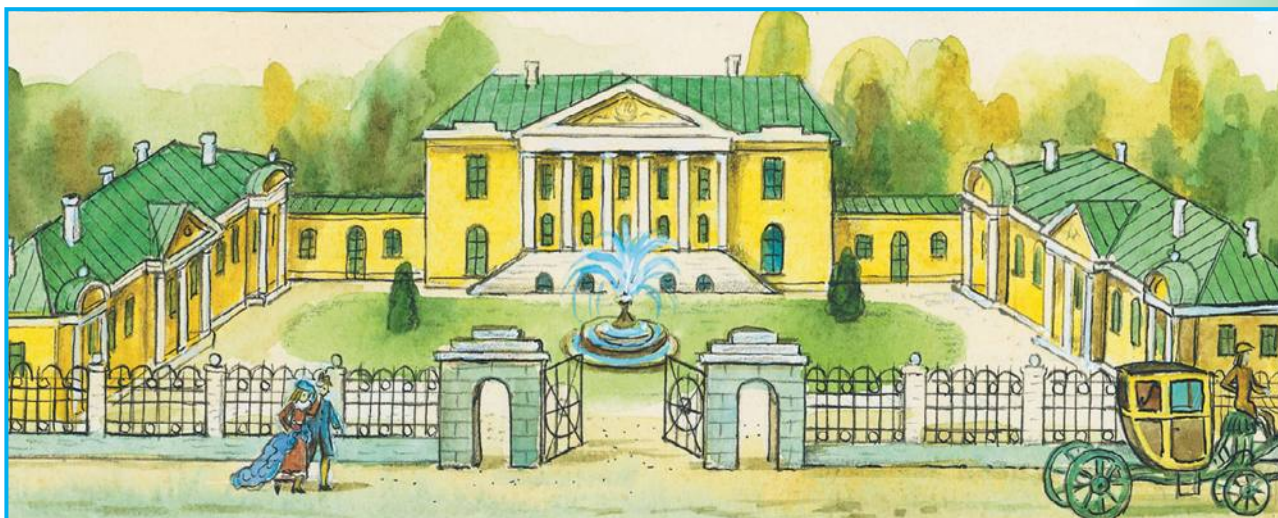


цы глухим забором. Дом находился в глубине двора, между ним и хозяйственными постройками располагалась мастерская.



Знатные и богатые горожане жили в особняках. В крупных городах особняки отделяли от улицы парком или садом. Их окружала красивая железная решётка с воротами.

Дома знатных жителей часто были деревянные, но просторные, с большим количеством комнат.



1. Есть ли старинные дома в твоём городе или посёлке? А на твоей улице?

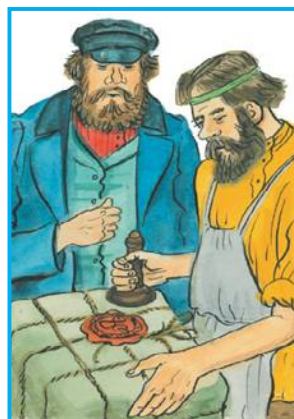
2. Как ты думаешь, почему некоторые старые дома сохраняют и берегут?



Герб — символ города

Все города мира имеют свой самый главный символ, отличительный знак — это герб города.

Появление гербов имеет очень давнюю историю. Всё начиналось с простой метки, которую ставили мастера на своих изделиях. Сапожник, булочник, кондитер имели свой отличительный знак. Купец, отправляя свой товар за границу, запечатывал его своим торговым знаком.



Знаки отличия можно было встретить на печатях, монетах, оружии, на знамёнах. Отличительные знаки были и у городов, славившихся своими мастерами, военными заслугами.

Российский император Пётр I повелел, чтобы у каждого русского города был свой герб. Разработкой гербов занималось специальное государственное учреждение — Герольдмейстерская контора.



На гербе города Тулы изображено оружие. По гербу можно узнать о главном занятии горожан. Ещё в 1632-м году здесь был построен чугунолитейный завод, производивший пушки. А спустя 80 лет, в 1712-м году, Пётр I повелел построить в Туле первый государственный оружейный завод.



На гербе Иркутска изображён тигр, который несёт в зубах соболя. С этим гербом произошло одно недоразумение: местные жители называли тигра «бабр», но чиновники, которые описывали герб, решили, что это ошибка, и написали — «бобр». Получилось, что речной зверёк бобр несёт в зубах соболя. Это описание существовало долгие годы. Позже ошибка была исправлена: на гербе Иркутска бегущий бабр (тигр) с соболем в зубах.



Создатели герба города Тамбова хотели отразить красоту тамбовских просторов. Голубой цвет означает чистое небо, зелёный — землю, дающую хороший урожай. Улей в гербе означает, что жители издревле занимались бортничеством, то есть сбором дикого мёда, ну а пчела была и остаётся символом трудолюбия.

- Вспомни, почему на гербе города Ярославля изображён медведь с секирой.

Ты, конечно, знаешь, какой герб у столицы России — города Москвы. Всадник, поражающий копьём дракона. Всадника зовут Георгий Победоносец. С его именем связана интересная легенда.



Жители одного государства каждый год отдавали на съедение дракону (змею) своих детей, чтобы избежать разорения своей страны. Однажды настал черёд царской дочери. И тогда появился в той стране молодой воин по имени Георгий. Он вступил в поединок со змеем и победил его.



Издревле змей считался олицетворением зла, образом врага. Святой Георгий — защитник от сил зла. Московские князья обращались к нему как к покровителю города.

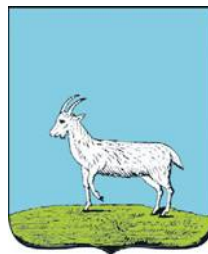
1. Рассмотри гербы российских городов. Расскажи, что изображено на них.



Владимир



Рязань



Самара



Смоленск



2. Попробуй догадаться, что означают гербы этих городов. Обсуди с другом.



3. а) Узнай, какой герб у вашего города. Что на нём изображено?

б) Существует ли легенда о происхождении герба?

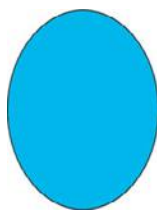
4. Рассмотрите рисунки. Можно ли по этим символам узнать, какую продукцию производили мастера?



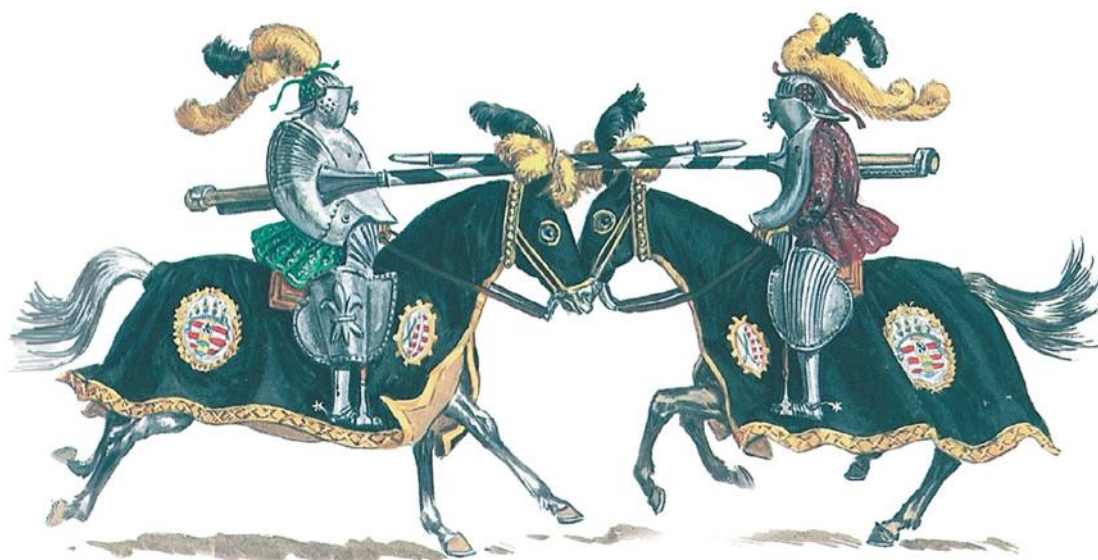
Что обозначает слово «герб»

Слово «герб» происходит от немецкого слова «наследство». Гербы появились в Западной Европе во времена рыцарей. Рыцарей, закованных в железные доспехи, можно было отличить по символу на щите. Герб являлся знаком рода, к которому принадлежал рыцарь, и знаком его воинской доблести.

Так как герб располагался на щите, то форма герба была очень важна. Различали несколько форм щитов: французский (треугольный), итальянский (овальный), испанский (плоский сверху и закругленный снизу), германский (фигурный).



Существовали строгие правила, по которым составляли гербы. Герб имел не только определённую форму, но и цвет. При составлении гербов использовали красный, голубой, зелёный, пурпурный и чёрный цвета.



На гербах изображали и фигуры животных. Журавль означал бдительность и осторожность, лилия — расцвет и успех, единорог — непобедимость, гриф — неустрашимость.

1. Рассмотрите гербы. Какие животные на них изображены? Как ты думаешь, какие качества символизируют эти животные?

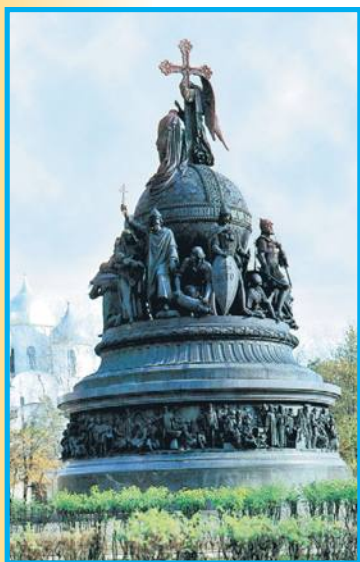


2. Придумайте герб вашего класса.



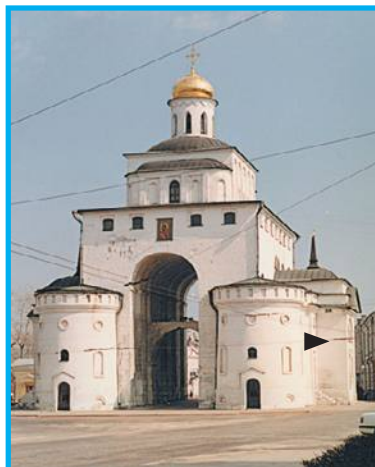
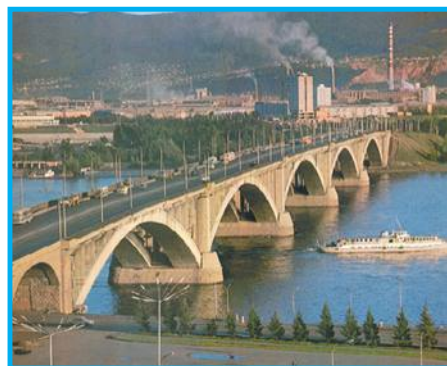
Памятные места городов

Символом города может быть не только герб, но и исторический памятник, примечательное здание, музей, завод, аэродром и другие достопримечательности. В них отражается история города и страны. С ними связаны имена знаменитых людей, которые украсили родную землю своими талантами, прославили её трудовыми и военными подвигами.



▲
Новгород.
Памятник
«Тысячелетие России»

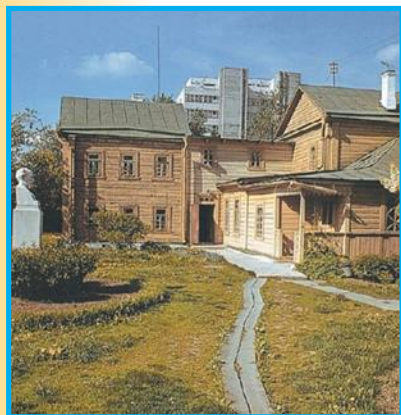
Красноярск.
Мост через Енисей ▶



▲
Владимир.
Золотые Ворота



▲
Казань.
Театр оперы и балета



◀ **Рязань.**
Дом-музей
И. П. Павлова

▶ **Владивосток.**
Бухта
Золотой Рог





Например, символом Москвы — столицы нашей Родины — может быть и Московский Кремль, и Третьяковская галерея, и могила Неизвестного солдата в Александровском саду, и Храм Христа Спасителя.

Одна из самых красивых улиц Санкт-Петербурга — Невский проспект. Ты уже знаешь, что этот город построен на берегах реки Невы. От реки начинаются улицы, к Неве обращены фасады зданий, которые стали символами Санкт-Петербурга: Петропавловский собор, Адмиралтейство, Смольный, Эрмитаж.

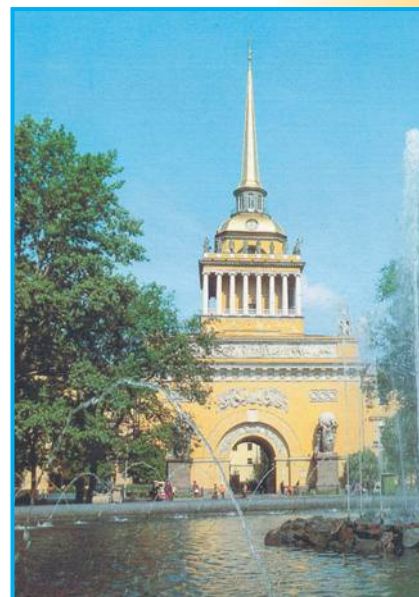
Адмиралтейство — морской символ Петербурга

Ты уже знаешь, что Санкт-Петербург был построен при Петре I. С петровских времён здесь сооружали корабли для русского флота. Отсюда и название здания — Адмиралтейство, то есть крупная верфь*.

Каждому кораблю давали имя, которое часто было связано с историческими событиями. Носовую часть корабля украшали скульптурой: воина, дикого зверя или хищной птицы.

Над созданием кораблей трудилось много людей. Верфь непрерывно росла и расширялась. Один за другим спускались на воду боевые корабли. Иностранцы отзывались о них с восхищением и опаской: «Русские суда обладают отличными мореходными качествами и по постройке способны состязаться с лучшими судами Европы...»

Победы на море сделали Россию владычицей Балтики, а Петербург стал важнейшим морским центром Петербурга и всей России. Об этом и сегодня напоминает башня Адмиралтейства, шпиль которой украшен кораблем-флюгером.



Мамаев курган

Есть в Волгограде место, самым тесным образом связанное с событиями Великой Отечественной войны. Это Мамаев курган. Именно он стал ключевой позицией в борьбе за волжские берега.

Здесь в последние месяцы 1942-го года проходили ожесточённые бои. Склоны кургана были перепаханы бомбами, снарядами, минами. Почва смешалась с осколками металла. Множество защитников Родины полегло на его склонах.

Курган несколько раз переходил из рук в руки. 13 сентября 1942-го года части гвардейской стрелковой дивизии под командованием генерал-майора А. И. Родимцева выбили врага из центра города и штурмом взяли Мамаев курган.

В январе 1943-го года снова развернулись бои за Мамаев курган. Две советские армии, одновременно наступавшие с востока и северо-запада, окружили и взяли в плен несколько фашистских армий. Так закончилась знаменитая Сталинградская битва, переломное сражение в ходе войны.

В память о великом сражении решили соорудить в городе-герое Волгограде величественный монумент. Центром его является самая большая статуя в мире — «Родина-мать».



1. Какие памятники, здания, места, связанные с историческими событиями, могут быть символом города, в котором ты живёшь? Обсуди это с другом.

2. Какие здания в городе тебе нравятся больше всего? Расскажи о них.

3. Как называется место, где строят суда? А место, где их ремонтируют? А где они причаливают? Есть ли такие места там, где ты живёшь?



4. а) Совершите экскурсию по своему городу.

б) Посетите исторический или краеведческий музей.





5. Есть в ли твоём городе или селе памятные места, связанные с событиями Великой Отечественной войны?

6. Какими зданиями ты хотел бы украсить свой город, село?

Казанский университет

Символом города Казани с полным правом можно назвать Казанский университет, который был открыт в XIX-м веке.

Университет стал крупным научным центром России. Там учился великий русский математик Николай Иванович Лобачевский. Затем он стал руководителем университета.

Большую известность Казанскому университету принёс астроном И. М. Симонов. Он был участником кругосветной экспедиции Ф. Ф. Беллинсгаузена и М. П. Лазарева, в 1819–1821 годах открывшей Антарктиду.

Казанский университет знаменит успехами в разных областях науки. Он сыграл огромную роль в развитии Поволжья. Университетская библиотека была доступной для всех. Здесь хранятся книги на французском, немецком, английском языках. Благодаря хорошей университетской типографии Казань стала одним из крупных центров книгоиздания.

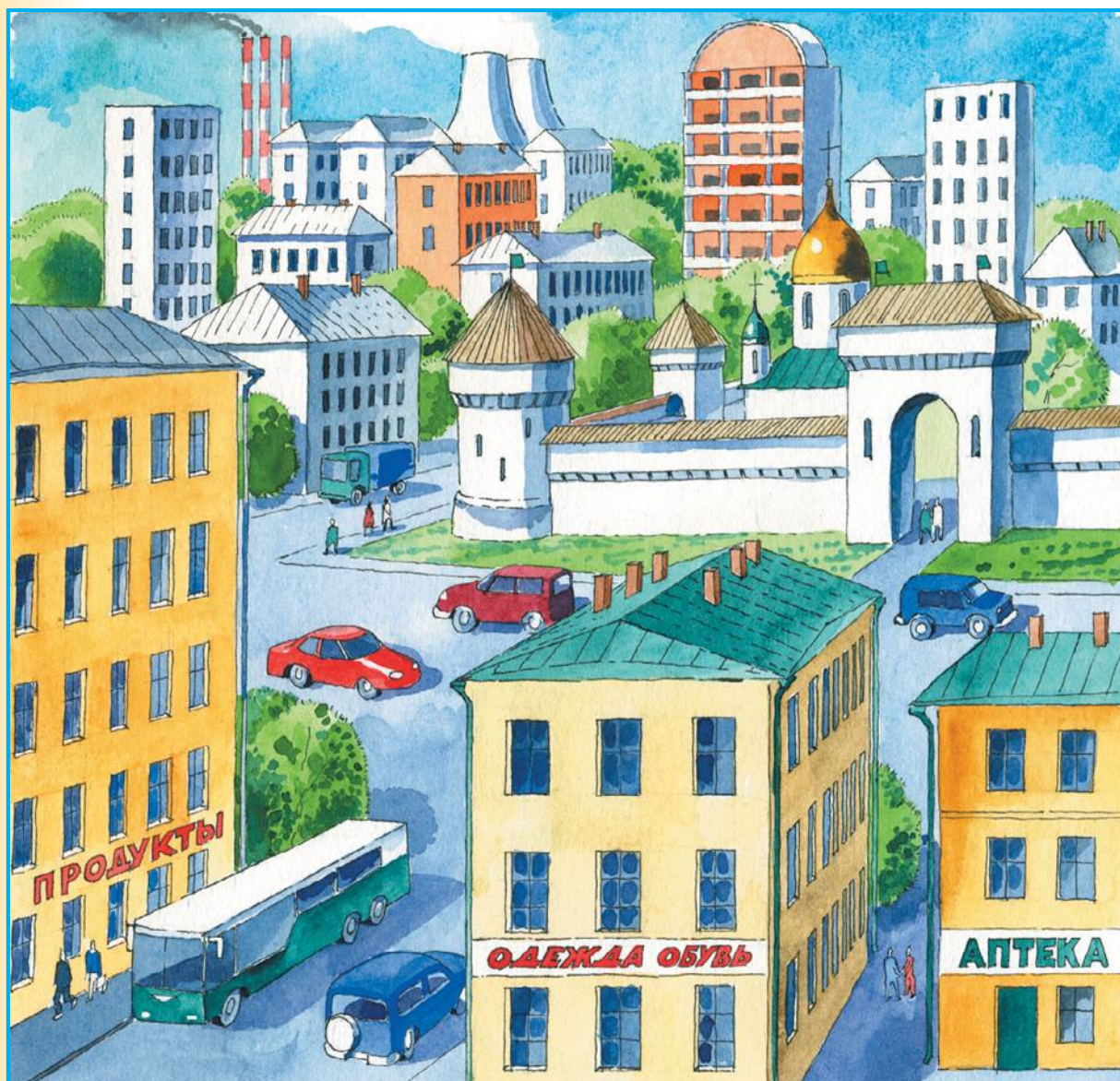
1. а) Узнай, в каком ближайшем городе есть университет.

б) Какие замечательные люди страны учились в этом университете?

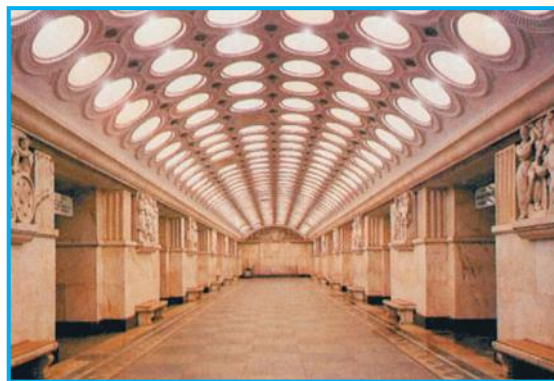
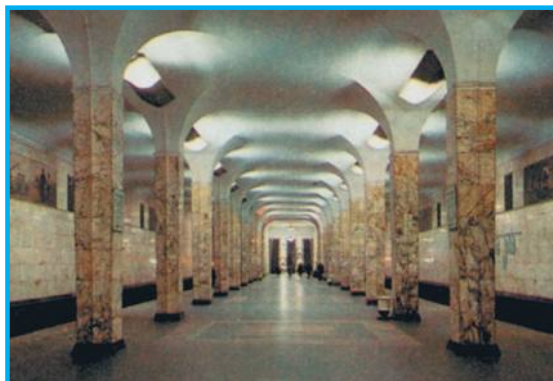


Современный город

Современный город — это очень большое хозяйство. Город разделён на округа и районы, на улицы и переулки. В городе надо строить новые дома и ремонтировать старые, прокладывать и чинить дороги, следить за чистотой улиц и за питьевой водой, вовремя завозить продукты в магазины.



- Рассмотрй рисунок. Сравни его с рисунком на с. 62.
- Чем современный город отличается от старинного?



Станции московского метро

Современный город — это сложная транспортная система. По улицам города ездят и троллейбусы, и автобусы, и трамваи, и автомобили. А ещё есть вид транспорта, который спрятан под землёй. Это метро.

Самое крупное метро находится в Москве. Каждая линия метрополитена имеет своё название и определённый цвет на схеме. Многие станции построены очень глубоко. Для отделки станций использовали мрамор, гранит, металл и дерево.

Все мы являемся в городе и пассажирами, и пешеходами. В современном городе надо уметь хорошо ориентироваться. Это необходимо для безопасности.

Прежде всего необходимо хорошо помнить свой домашний адрес: название улицы, на которой ты живёшь, номер дома, номер школы. Если ты оказался один в городе, не бойся спросить дорогу у прохожих, подойти к милиционеру и попросить помощи.

На улицах большого города много транспорта, поэтому нужно знать основные дорожные знаки, которые помогут избежать неприятных ситуаций.

Основные органы управления городом — городская дума и администрация* города. Городская дума рассматривает и принимает законы, по которым живёт город. Во главе города стоит мэр, его выбирают все жители города — горожане.

Городские власти отвечают за деятельность всех жизненно важных служб в городе: водоснабжение, отопление, транспорт, порядок, медицинское обслуживание горожан.



Важная роль в городе отводится аварийным службам, пожарной охране.



1. Спроси у друга его домашний адрес, телефон.
2. Каким службам принадлежат эти номера телефонов?

01

02

03



3. Проверьте друг друга: что означают эти знаки?



4. Знаете ли вы, как зовут мэра вашего города?

5. Сделайте плакат «Основные правила поведения на улицах большого города».



Откуда мы узнаём новости о жизни города и страны

Представь, что в далёкие времена не было ни газет, ни радио, ни телевидения. Новости люди передавали «из уст в уста». Важные известия о войне и мире, о болезни, о рождении наследника узнавали спустя недели, месяцы после события.

А как передать важное государственное сообщение? Оказывается, ещё в VI веке до нашей эры персидский царь Дарий I придумал установить вдоль дорог специальные посты, где находились гонцы, которые в любой момент готовы были отправиться на лошадях в разные концы страны. Так появилась первая почта.



На Руси первые почтовые службы возникли в X-м веке. Уже тогда существовал повóz — особая повинность населения выставлять лошадей с повозками для княжеских гонцов.



Сегодня новости о жизни города, области, района жители получают из газет, журналов, радио, телевидения. Для этого работают многие люди: журналисты, фотографы, издатели, работники типографий, почтовые службы, продавцы газет и журналов.



Большую помощь сегодня в получении информации оказывает компьютер. Благодаря сети Интернет можно быстро узнать о самых разных событиях во всех уголках земного шара.

1. Какие передачи для детей ты смотришь по телевизору?
2. Какие детские журналы ты читаешь?
3. В чём помогает тебе радио, телевизор, Интернет?

Москва — столица России

Современная Москва — один из самых больших городов мира. В ней проживает более 10 миллионов человек. В столице находятся Президент и Правительство, посольства иностранных держав, правления многих крупных банков. Именно здесь принимаются самые важные для всей страны решения.

Москва — город многонациональный. Здесь живут люди более 130 национальностей. Большинство населения Москвы — русские.

Издревле Москва развивалась как центр ремёсел и торговли. И сейчас в столице работают сотни предприятий, на которых производят стройматериалы, книги, шьют одежду и обувь, изготавливают продукты питания и многое другое.

Москва — крупнейший транспортный узел нашей страны. Здесь находятся 11 вокзалов, 3 речных порта, 4 аэропорта, которые связывают самые отдалённые уголки нашей Родины со всем миром.



Кутузовский проспект



В 1755-м году в Москве был открыт первый в России университет. Во всём мире известны его выпускники — учёные, писатели, политики. Сегодня в столице учатся тысячи студентов со всех концов России.

В Москве находится множество театров, художественных и исторических музеев, музеи естественной природы, техники, планетарий.

Главная площадь Москвы называется Красная площадь, то есть красивая. Здесь много памятников, которые отражают важные события истории нашего государства.

История Москвы уходит в глубь веков. В 1147-м году князь Юрий Долгорукий пригласил на пир своего родственника: «Приди ко мне, брате, в град Москов». В честь гостя князь Юрий дал обед. Так впервые в летописи был упомянут город Москва, а 1147-й год принято считать датой основания города.

Сильно выросло и укрепилось Московское княжество в XV-м веке при Иване III. Он объединил под своей властью города Ярославль, Тверь, присоединил Новгород. Москва стала столицей государства — Московской Руси.



*Красная площадь.
Собор Василия
Блаженного*



*Памятник
Юрию Долгорукому*

1. Расскажи, чем отличается Москва от других городов нашей страны.

2. Какой год считается годом основания Москвы? В каком веке это было?

3. Сколько лет столице?

4. В каком веке Москва стала столицей?

5. Город или село, в котором ты живёшь, старше или моложе столицы?



Третьяковская галерея

В одном из переулков Москвы стоит здание, похожее на сказочный терем. Это музей, в котором собраны картины и рисунки русских художников.



Музей носит имя своего основателя Павла Михайловича Третьякова. Это был богатый человек, купец, владелец фабрик. С 14 лет Павел вместе с братом Сергеем приобщился к семейному делу. В лавках Старых торговых рядов они торговали льняным полотном.

Павел Третьяков увлекался живописью, не жалел денег на приобретение картин. Он дружил со многими художниками, покупал их картины. Постепенно картины заполнили весь его дом. Первоначально собрание картин размещалось в небольшом доме Третьяковых, который находился в Лаврушинском переулке. Быстрое пополнение коллекции заставило Третьякова построить специальное двухэтажное здание из двадцати комнат. Получился художественный музей — картинная галерея. Все желающие могли увидеть собрание картин.

Свою замечательную коллекцию Третьяков передал в дар городу Москве. 15 августа 1893-го года состоялось официальное открытие музея. Он получил название «Московская городская галерея Павла и Сергея Михайловичей Третьяковых». Москвичи ласково называют картинную галерею «Третьяковка».



- Есть ли картинная галерея в твоём городе или городе, расположенном поблизости? Узнай, когда и кем она основана.



Московский университет

Московский университет основан в 1755-м году. Его основание связано с именем великого русского учёного Михаила Васильевича Ломоносова. Сын простого рыбака из-под Архангельска, он пешком пришёл в Москву. Так велика была его тяга к учению.

Ломоносов занимался химией и физикой, геологией, географией, историей. Первым в России наладил он производство мозаики — цветных стёкол, из которых выкладывали красивые картины. Он писал стихи, переводил труды иностранных учёных на русский язык.

Многие термины были введены в русский язык благодаря Ломоносову: «чертёж», «молоток», «запруда», «шнурок», «смола», «маятник», «треугольник», «горизонт» и многие другие.

Здание Московского Университета было построено по проекту русского архитектора Матвея Казакова в центре Москвы, на Моховой улице.



В начале 50-х годов XX-го века на Воробьёвых горах вырос новый комплекс зданий Московского государственного университета. Главное здание университета — одно из первых высотных зданий Москвы. Его золочёный шпиль возносится на высоту 238 метров.



- Какими науками занимался М. В. Ломоносов?

НАШЕ ГОСУДАРСТВО

Что такое государство

Ты знаешь, что страна, в которой мы живём, называется **Россия**. Ещё наше государство называют **Российской Федерацией**. Федерация — это союз, объединение. Россия объединяет в своём составе республики, области, округа.

Что же такое государство? Прежде всего — это единая территория. Без территории государства не существует. Территория государства может со временем изменяться: уменьшаться или увеличиваться. Это происходит в результате войн и завоеваний, объединения с другими государствами или раздела единого государства.

Территория одного государства отделяется от территории другого государственной границей. Граница нашего государства проходит не только по суше, но и по морю.



- Определите по карте, по каким морям проходит государственная граница нашей страны.



- Узнай, с какими государствами граничит наша страна. Назови эти государства.





Не бывает государства и без населения — людей, которые проживают на его территории. Россию населяют разные народы, поэтому нашу страну называют многонациональной. Все жители России, независимо от того, к какому народу они принадлежат, являются **гражданами** российского государства. Гражданин — это активный участник общественной, политической, культурной жизни своей страны, своего государства.

Когда много людей проживает вместе, между ними могут возникать и споры, и непонимание. Правила жизни населения определяет государственная власть. Она же следит за выполнением этих правил.



В.В. Путин

Глава нашего государства — **президент**. Его избирают на 6 лет. Президент в торжественной обстановке приносит народу клятву. Он клянётся уважать и охранять права и свободы человека и гражданина, защищать независимость и безопасность государства.

Президент является Верховным Главнокомандующим Вооружёнными Силами Российской Федерации. В 2012 году Президентом России избран Владимир Владимирович Путин.



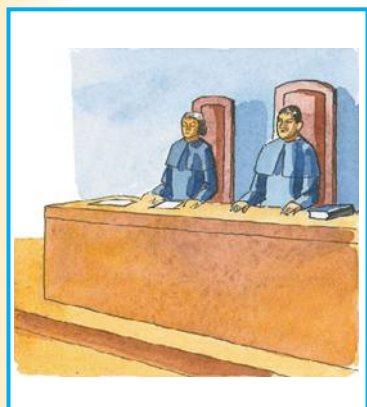
Законы по управлению государством принимает **парламент***. В нашей стране парламент называется Федеральное Собрание. Оно состоит из Совета Федерации и Государственной Думы.

В Государственную Думу входят представители политических партий и независимые депутаты. В Федеральное Собрание — представители всех республик, краёв, областей, округов, входящих в состав России.



После того как президент подпишет закон, он вступает в силу. Исполняет законы **правительство** страны. В состав правительства входят председатель и министры.

В государстве необходимо следить за тем, как выполняются законы. Порядок внутри страны поддерживают суд, милиция, органы безопасности. А ещё каждое государство имеет армию.



1. Как называется наше государство? Что такое «федерация»?
2. Кто является главой нашего государства? Кто принимает законы? Кто отвечает за их исполнение?
3. Кто избран президентом нашей страны?
4. Узнай, какие республики, края, области входят в состав Российской Федерации.
5. Узнайте у взрослых:
 - а) кто может стать президентом в нашей стране;
 - б) кто был первым Президентом Российской Федерации.
6. Объясни, для чего нужны государству милиция, армия.



Как управлялось наше государство в прошлом

История Российского государства насчитывает больше тысячи лет. На протяжении этого времени государство сильно изменилось: менялось его название, менялась столица, менялась система управления государством.



С IX-го по XIV-й век во главе государства стоял князь, который опирался на помощь верной дружины.

В XV-м веке князь Иван III объединил несколько сильных княжеств. Столицей единого государства стала Москва. Иван III стал именовать себя не только великим князем, но и государем всея Руси. Управлять государством Ивану III помогала Боярская Дума. Это был совет, состоящий из знатных людей — бояр. Они принимали важные для страны решения. В это же время был создан свод законов — «Судебник». Впервые в государстве были приняты единые для всех законы.

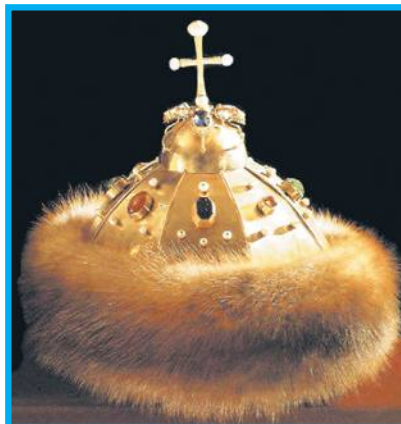


Иван III



В XVI-м веке русским царём стал Иван IV Васильевич. Глава русской церкви — митрополит Макарий — венчал его на царство и надел на голову молодого царя знак царской власти — шапку Мономаха.

- Вспомни, как называются знаки царской власти, изображённые на рисунках.



Этот головной убор, отороченный дорогим мехом, увенчанный крестом, украшенный золотом и драгоценными камнями, хранится в Оружейной палате Московского Кремля. Там же находятся держава и скипетр. Эти символы власти получали все русские цари до Петра I.



Пётр I

В царствование Петра I Россия сильно окрепла, расширились её границы. Царь Пётр I перенёс столицу государства из древней Москвы в новый построенный им город. Российское государство стало называться Российской империей, а Пётр I — императором.

Разрабатывать законы помогал царю Сенат. Решения императора исполняли коллегии. Например, за флот отвечала адмиралтейская коллегия.

- Какой город стал столицей российского государства при Петре I?



Конституция — основной закон страны

Главный закон нашего государства — Конституция. Этот документ определяет устройство государства, основные **права** и **обязанности** граждан.

Какие же права и обязанности имеют граждане России по Конституции?

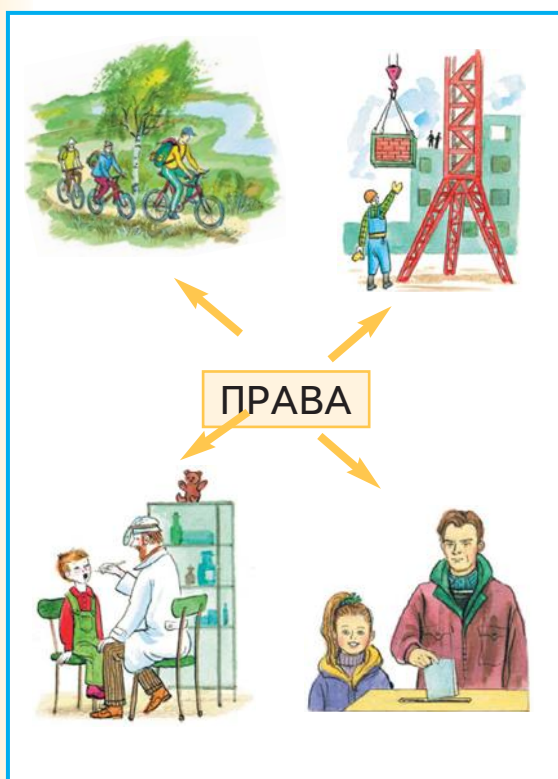
Все граждане, которым исполнилось 18 лет, имеют *право выбирать и быть избранными*. Это означает, что когда тебе исполнится 18 лет, ты сможешь участвовать в выборах президента и членов парламента. Граждане могут и тебя самого выбрать в органы власти. Ты сможешь помочь своему городу или селу отремонтировать новую школу, построить новую поликлинику или дорогу в дальнее село, помочь детскому дому.

Когда тебе исполнится 21 год, тебя могут избрать членом парламента, а с 35 лет даже президентом страны.

Таким образом, у граждан нашей страны есть право на участие в управлении делами государства.



Важное право наших граждан — *право на труд*. Это означает, что каждый может выбрать себе профессию, род занятий, которые отвечают его интересам и способностям. Условия труда обязательно должны быть безопасными. Любой труд должен оплачиваться. Конституция запрещает принудительный труд. Кроме того, каждый гражданин имеет *право на отдых*.



Российские граждане имеют *право на охрану здоровья, на образование*.

Каждый имеет право на неприкосновенность личной жизни, жилища, право на свободное передвижение по стране и выбор места жительства.

Кроме прав граждане нашей страны имеют обязанности.

Все граждане России *обязаны соблюдать Конституцию и законы* нашего государства.

Есть ещё одна очень важная обязанность — *платить налоги*. Каждый работающий человек небольшую часть своего дохода отдаёт в пользу государства.



- Рассмотрй схему. Расскажи, на что государство расходует налоги.



Граждане России обязаны защищать и охранять природу, бережно относиться к природным богатствам.

Граждане России обязаны заботиться о памятниках истории и культуры.

Защита Отечества является долгом и обязанностью гражданина Российской Федерации.

Конституция, которая действует сейчас, была принята 12 декабря 1993-го года. В принятии Конституции участвовали все граждане нашей страны. В этот день 12 декабря отмечается День Конституции.

1. Что является основным законом нашего государства?
2. Какие права имеют граждане России по Конституции? Какие обязанности?
3. Почему защита и охрана природы — это обязанность граждан?
4. Почему важно охранять памятники истории и культуры?
5. Какую пользу хотел бы ты принести нашему государству?



Какие права бывали в старину

В XVII-м веке на Руси был принят закон, по которому крестьянин навсегда прикреплялся к земле, на которой жил. Он стал «крепостным». Так появилось крепостное право.

Помещик выделял крестьянину маленький надел земли, с которого тот кормил семью. А за это крестьянин должен был работать на земле помещика, ухаживать за его скотом, да ещё отдавать часть своего урожая. Крестьянин не имел права уйти от своего хозяина, его могли продать или подарить. Если крестьянин бежал от помещика, его ловили, возвращали обратно, наказывали.

Когда царь Пётр I начал строительство Петербурга, крепостных крестьян целыми деревнями сгоняли на строительство. В XVIII-м веке при императрице Екатерине Великой в газетах можно было прочитать такое объявление: «Продаётся девочка 11 лет и парикмахер 15 лет, да сверх того 4 кровати, перины и прочий скарб». При продаже часто разлучали детей и родителей, мужа и жену.

В то же время дворяне получили широкие права. Они владели землёй, передавали её по наследству. Императрица дарила им крепостных крестьян, которые своим трудом обеспечивали своих хозяев.

Только в XIX-м веке крепостное право было отменено, и крестьяне стали лично свободными. Они могли уйти в город или остаться жить в деревне, заниматься торговлей или ремеслом.

- Какие права были у крестьян? А какие обязанности?





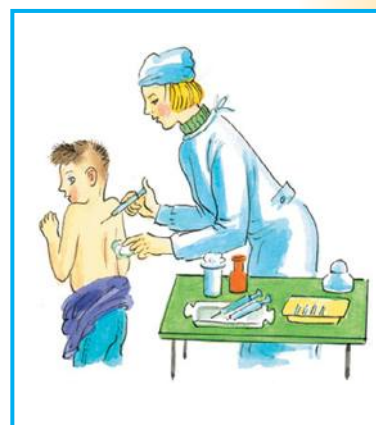
Права ребёнка

Права детей защищает международный документ, который называется Конвенция* о правах ребёнка. Этот документ был принят в 1989-м году.



В Конвенции закреплены права детей на жизнь, на имя, на гражданство, на свободу мыслей, на здоровье, на образование, на жильё, на отдых.

Эти и другие права имеют все дети в мире независимо от того, где они родились, в какой стране, в какой семье.



Право на гражданство

Как ты думаешь, имеет ли ребёнок право на гражданство?

Если родители ребёнка на момент его рождения являлись гражданами России, то ребёнок также становится гражданином России независимо от того, где он родился: в городе или селе, в Москве или Хабаровске.

Родители ребёнка могут иметь разное гражданство. Например, мама — гражданка Украины, а папа — гражданин России. Тогда родители могут выбрать, гражданином какой страны станет их сын или дочь. Если они не смогли договориться, ребёнок получит гражданство той страны, на территории которой он родился.



Например, твой друг родился в Новосибирске, значит, он может быть гражданином России.

Документ, который подтверждает гражданство у взрослых, — это паспорт, а у детей — свидетельство о рождении.

Бывает, что родители не могут заботиться о своих детях. Тогда государство берёт на себя обязанность воспитать ребёнка, дать ему образование, обучить профессии.

1. Какие права имеют дети во всём мире?
2. Кто может быть гражданином России?
3. Узнай у родителей, являешься ли ты гражданином России.



Право на образование

Согласно Конвенции каждый ребёнок имеет право на образование.

Это значит, что каждый ребёнок может записаться в школу, бесплатно учиться в ней, учиться на родном языке, получить документ об образовании.

Знаешь ли ты, что находишься на первой ступеньке школы? Она называется начальная школа, это 1–4 классы.





Следующая ступенька — основная школа. Предметов здесь много, и все разные: химия, физика, биология, история, информатика. Окончив основную школу, ты получишь свой первый аттестат. Далее можно продолжать изучать разные науки в старшей школе. А можно уйти в колледж и получить там профессию.

1. Как ты думаешь, есть ли у детей обязанности? Обсуди с другом.



2. Рассмотрй рисунки. Расскажи, где и как ты можешь применить знания, полученные в школе.



3. Как ты понимаешь эти поговорки:

*Учение — свет, а неученье — тьма.
И сила уму уступает.*

4. Придумай рассказ, названием которого может служить вторая поговорка.



5. Как вы думаете, почему образование помогает лучше понимать других людей, другие народы?

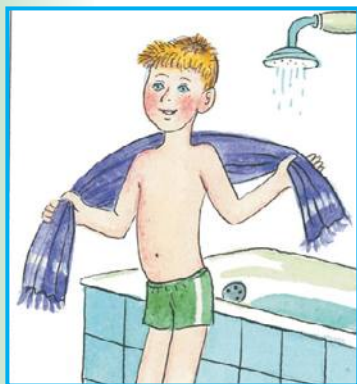


Человек и его здоровье

Согласно Конвенции о правах ребёнка, каждый ребёнок имеет право на охрану здоровья и медицинское обслуживание. Это значит, что государство обязано беречь здоровье детей. Специально для детей строят больницы и поликлиники, создают лекарства, учат врачей. Детские врачи есть не только в больницах, но и в детских садах, школах, спортивных клубах, летних лагерях и санаториях. Детям делают прививки, чтобы они не болели опасными болезнями.

Всё больше людей начинают понимать, что за своё здоровье каждый человек отвечает сам. Любишь ли ты уроки физкультуры? Занимаешься ли спортом? Уроки физкультуры и занятия в спортивной секции укрепят твои мышцы, сделают тебя сильным и выносливым. А значит, тебе будет легче учиться.

В школьном возрасте можно попасть в плен к вредным привычкам. Знаешь ли ты, что из-за курения дети слабеют, плохо растут, неважно учатся? На детский организм табак, алкоголь, наркотики действуют особенно губительно.



Как же сохранить и укрепить здоровье?

Чтобы избавиться от простудных заболеваний — надо закаляться.

Чтобы не получить травму — тренироваться в ловкости и выносливости, избегать ненужного риска.

Чтобы не тратить зря нервную энергию — необходимо воспитывать в себе терпимость и доброжелательность.

1. Что означает право на охрану здоровья?
2. Как ты понимаешь слова «человек отвечает за своё здоровье»?
3. Спроси у товарища, какие виды спорта ему нравятся. Посещает ли он какую-либо спортивную секцию?
4. Как ты думаешь, какие качества в человеке вырабатывают спортивные занятия? Как они связаны с учёбой в школе?





Государственный герб России

Символами любого государства являются герб, флаг и гимн.

Рассмотри рисунок, на котором изображён Государственный герб нашей страны — золотой двуглавый орёл на красном щите.

Над орлом три короны, в лапах у него — скипетр и держава. На груди орла на красном щите — серебряный всадник в синем плаще на серебряном коне, поражающий копьём дракона.

Двуглавый орёл символизирует единение народов, живущих в западной и восточной частях России. Скипетр и держава подразумевают сильную власть, которая способна защитить государство. Всадник на щите олицетворяет победу добра над злом — это древний символ столицы России.

- Вспомни, как зовут этого всадника.

Двуглавый орёл как символ объединения русского государства появился в XV-м веке при Иване III. С тех пор российский герб несколько раз изменялся.

Древность герба свидетельствует об истории нашего государства, богатой славными и героическими событиями.



*Государственный герб
России*



*Российский герб
времён Ивана III*

1. Как вы думаете, почему каждому государству нужен герб?
2. Что означает двуглавый орёл на гербе России? Символом чего является всадник, поражающий копьём дракона?
3. На каких вещах и предметах вы встречали герб России?



4. Рассмотрите изображения российских гербов разных эпох. Сравните их с описанием Государственного герба России.



5. Найди рисунок с изображением двуглавого орла с Государственным гербом Российской Федерации.

Государственный флаг России

Государственный флаг Российской Федерации является официальным государственным символом. Постоянно государственный флаг поднят на зданиях: Администрации Президента РФ; Совета Федерации Федерального собрания РФ; Государственной Думы и других государственных зданиях.

Государственный флаг подлежит защите как внутри страны, так и за её пределами. Оскорбление Государственного флага рассматривается как оскорбление нации и государства.





22 августа 1991-го года был принят закон, который постановил «считать исторический флаг России — полотнище из равновеликих горизонтальных белой, лазоревой и алой полос — официальным Национальным флагом Российской Федерации». Этот день стал государственным праздником — Днём Государственного флага Российской Федерации.

Цвета Государственного флага никогда не выбираются произвольно. Впервые бело-сине-красный флаг как символ российского государства появился в XVII-м веке. Цвета эти были выбраны, исходя из традиций русского народа. Красный цвет символизировал отвагу, мужество, героизм. Белые и синие цвета были цветами русской православной церкви. Синий цвет означает небо, верность; белый — благородство, совершенство.

1. На каком рисунке изображён Государственный флаг России?

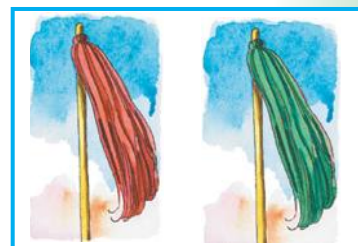


2. Что означают цвета Государственного флага России?

3. В каких случаях поднимают Государственный флаг? Как нужно вести себя при поднятии Государственного флага?

Из истории российского флага

Древнее славянское название военного знамени — стяг. Это слово встречается в старинных летописях. Первоначально стяг представлял собой длинный шест. На верхушке его были укреплены ветки деревьев, пучки трав или конских волос.



Позднее к шестам стали прикреплять куски ярких тканей различной формы, а верхушку шеста укрепляли металлическим острожком. Во время военных походов стяг служил для того, чтобы подавать команды и собирать дружинников вокруг военачальника. Затем стяг стал боевым символом дружины.

Стяги славянских племён были в основном красного цвета. Считается, что красный был одним из любимых цветов наших предков. Не случайно так часто встречались выражения «красное солнышко», «красная девушка», «красный угол в избе». Красный — значит красивый.

Стяг считался душой, славой и честью князя и его дружины. Падение стяга во время сражения сравнивалось с поражением войска.

После крещения Руси в X-м веке боевые стяги стали считаться священными. На полотнищах огромных размеров изображался крест, лики Спасителя, Богородицы и святых. Пе-

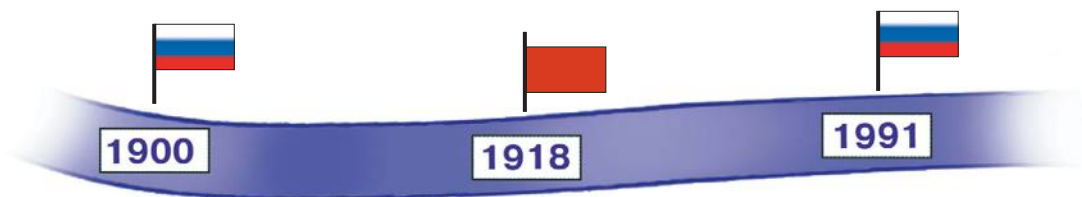




ред такими стягами служили молебны, на них молились перед битвой.

Первым государственным знаменем России можно считать белое знамя с изображением русского герба — золотого двуглавого орла. Гербовое знамя выносилось во время торжественных государственных и церковных церемоний. В походе оно показывало всем, что войском командует сам царь.

1. Как выглядели древние стяги? Для чего их использовали?
 2. Какого цвета были древние стяги и почему?
 3. Как выглядело первое государственное знамя России?
 4. Рассмотрй ленту времени. Расскажи, как менялись цвета Государственного флага России в XX-м веке.
- Знаешь ли ты, с чем это было связано?



Государственный гимн России

Гимн — это торжественная песня, принятая как символ единого государства. Каждое государство имеет свой гимн.

Гимны отражают историю страны, характер её жителей. Одни гимны звали к борьбе за свободу, другие были похожи на молитву, третьи прославляли Отечество.

Гимн звучит во время самых торжественных церемоний: когда Президент России даёт клятву служения на благо страны, когда воины приносят присягу верности. Звучит гимн при поднятии Государственного флага, на военных парадах, при вручении государственных наград и медалей.

Государственный гимн слушают стоя, выражая этим уважение к стране и её гражданам.

- Прочитай слова Государственного гимна России. Постарайся сделать это торжественно, выразительно.

Гимн России

*Музыка А. В. Александрова
Слова С. В. Михалкова*

Россия — священная наша держава,
Россия — любимая наша страна.
Могучая воля, великая слава —
Твоё достоянье на все времена!

Припев:

Славься, Отечество наше свободное,
Братских народов союз вековой,
Предками данная мудрость народная!
Славься, страна! Мы гордимся тобой!

От южных морей до полярного края
Раскинулись наши леса и поля.
Одна ты на свете! Одна ты такая —
Хранимая Богом родная земля!

Припев.

Широкий простор для мечты и для
жизни

Грядущие нам открывают года.
Нам силу даёт наша верность Отчизне.
Так было, так есть и так будет всегда!

Припев.





1. Подумай, чем отличается гимн от обычной песни.
2. В каких случаях исполняют Государственный гимн России?
3. Когда и при каких обстоятельствах ты слышал гимн России?
4. У каждого города сейчас тоже есть свой гимн. Знаете ли вы гимн своего города? А гимн столицы нашего государства?



Из истории российского гимна

История любого государства сложна: тесно переплетаются в ней героические и трагические события. Государство сильно изменяется на протяжении своей истории. Вместе с государством меняется и его символика — герб, флаг, гимн.

Наши далёкие предки пели боевые песни в честь князей и их воинов, защищавших русскую землю от врагов.

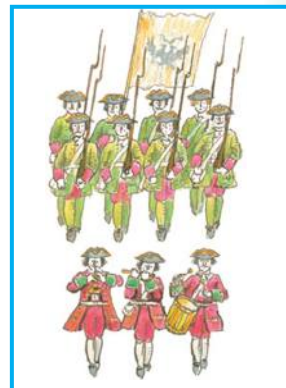
При Петре I произошли большие изменения в символике российского государства. В это же время появилась и новая музыка — военные марши. Они создавались для молодой российской армии и флота.

Самой известной музыкой того времени был марш Преображенского полка. Под звуки марша солдаты каждый вечер строились на поверку, воинские караулы шли на свои посты. Звучали марши и в торжественных случаях: когда император выходил на парады и приёмы, встречал послов иностранных государств.

В 1790-м году русские войска под предводительством знаменитого полководца Александра Васильевича Суворова штурмом захватили неприступную турецкую крепость Измаил. В честь этого события был написан марш:

Гром победы, раздавайся!
Веселися, храбрый росс!

Музыка звучала величественно и грозно, прославляя силу русского оружия. Этот марш-гимн звучал и в царских пала-тах, и в дворянских усадьбах, и на военных парадах.



В XIX-м веке государственный гимн Российской империи напоминал молитву за царя и Отечество.

Боже, царя храни.
Сильный, державный,
Царствуй на славу, на славу нам.

Гимн исполняли при торжественном выходе российского императора к войскам и народу. Так родился первый государственный гимн.



Николай II

В октябре 1917-го года в нашей стране произошла революция. На смену Российской империи пришло государство рабочих и крестьян. Гимном нового государства стала французская революционная песня «Интернационал».



Вставай, проклятем заклеимённый,
Весь мир голодных и рабов!
Кипит наш разум возмущённый
И в смертный бой вести готов.

Во время Великой Отечественной войны был создан новый государственный гимн. Гимн прославлял могущество страны, противостоящей фашистским захватчикам, укреплял веру в победу над врагами.



Союз нерушимый республик свободных
Сплотила навеки Великая Русь.
Да здравствует созданный волей народов
Единый, могучий Советский Союз.

Торжественная музыка этого гимна звучит и сейчас, при исполнении Государственного гимна России. А новые слова отражают изменения, которые произошли в нашей стране в конце XX-го века.

1. Какие песни исполнялись в Древней Руси?
2. Почему при Петре I появились военные марши?
3. Как отражается в гимнах история государства?





Государственные награды

Более 300 лет назад появился в России первый орден. Орден — это знак отличия, особая почётная награда.

Обычай награждать за военные подвиги, за храбрость существовал уже в XI-м веке. Наградами служили меха, оружие, золотая и серебряная посуда. Награждали воинов, и обычных граждан — купцов, промышленников. В старину впервые появилось звание — «почётный гражданин города».

Традиция награждать орденами и медалями появилась в XVIII веке, при Петре I. Первым знаком отличия был орден Святого апостола Андрея Первозванного, который считался покровителем России. На ордене начертан девиз «За веру и верность».

Пётр I учредил военную награду в память князя Александра Невского, который прославился своими победами над шведами в XIII-м веке.

Самой известной и почитаемой боевой наградой русских офицеров был орден Святого Георгия. Этот орден присуждался офицерам за храбрость и мужество, проявленные на поле боя, а также за особые отличия, которые принесли славу русскому оружию. Для ордена были установлены 4 степени. Его надо было носить всегда, на любой одежде, никогда не снимая.



А. В. Суворов



*Орден
Св. апостола
Андрея Первозванного*

*Орден Св. Георгия
а) звезда*



б) крест

Заслужить орден Святого Георгия было очень трудно. За всю историю его существования кавалерами всех его степеней стали только четыре человека. Первым полным кавалером ордена Святого Георгия стал полководец Михаил Илларионович Кутузов. Ордена четвёртой, третьей и второй степени он получил за победу над турками, а орден первой степени за командование русской армией в Бородинском сражении (1812 г.) во время войны с французами.



М. И. Кутузов

Наряду с офицерами чудеса храбрости и героизма проявляли и рядовые воины. В 1807-м году для них была учреждена боевая награда — серебряный крест с изображением святого Георгия. Георгиевский крест был любимым знаком воинской доблести.

Императрица Екатерина II учредила орден Святого Владимира. Его получали гражданские лица за особые заслуги перед Отечеством. Орден был назван в честь князя Киевской Руси, с которым связано принятие на Руси христианства.

Этот орден тоже носили постоянно. Им был награждён Владимир Иванович Даль, который создал первый толковый словарь русского языка. Русский историк Николай Михайлович Карамзин получил орден Святого Владимира за создание многотомной «Истории государства Российского».

С изменением государства менялись и государственные награды. Во время Великой Отечественной войны (1941 — 1945) появились ордена, названные именами великих русских полководцев: орден Суворова, орден Кутузова и орден Александра Невского.

В ноябре 1943 года был учреждён высший военный орден — орден Победы. Среди награждённых были герои Великой Оте-



Орден Св. Владимира



Орден Победы



чественной войны — маршалы Г. К. Жуков, А. М. Василевский, К. К. Рокоссовский.

С принятием в 1993-м году новой Конституции Российской Федерации появились и новые государственные награды. Одной из самой значимых стал орден «За заслуги перед Отечеством».



Орден Мужества



*Орден
«За военные заслуги»*



Орден Почёта

Орденом Мужества награждают за самоотверженность, мужество и отвагу, проявленные при спасении людей, охране общественного порядка, в борьбе с преступностью, во время стихийных бедствий, пожаров, катастроф и других чрезвычайных обстоятельств.

Орденом Почёта награждают за достижения в государственной, научно-исследовательской, социально-культурной, общественной деятельности.

Появились медали «За отвагу», «За спасение погибавших», «За охрану государственной границы», «За отвагу на пожаре». Награждает государственными наградами Президент Российской Федерации.

1. Как ты думаешь, почему самой почитаемой боевой наградой Российской империи был Георгиевский крест?

2. Для чего существуют государственные награды?

3. а) Как ты понимаешь выражение «почётный гражданин»?

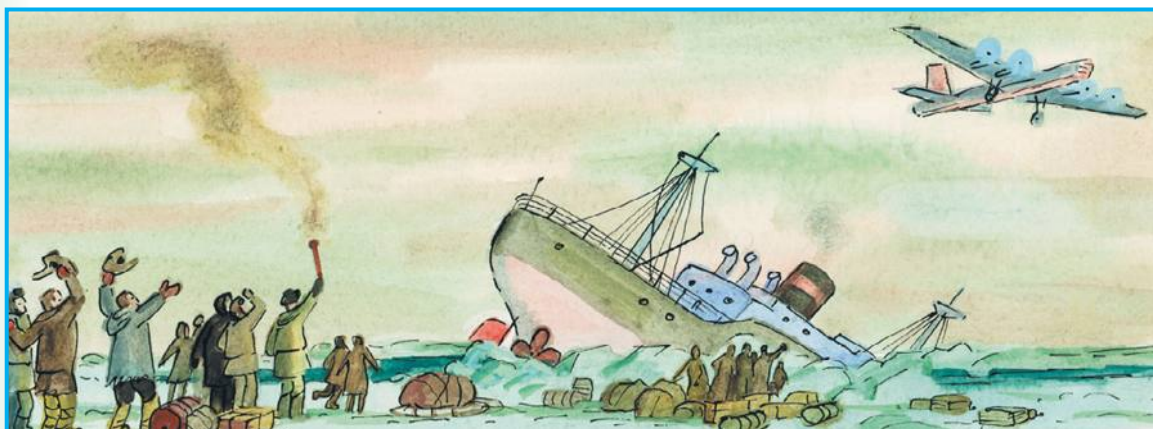
б) Узнай, кто был почётным гражданином города, в котором ты живёшь. За какие заслуги было присвоено это звание?

4. Являются ли награды символами государства?



Герои нашей Родины

В 1934-м году было учреждено звание Герой Советского Союза. Первыми героями стали 7 лётчиков. Они спасли экспедицию, которая исследовала просторы Северного Ледовитого океана. Пароход «Челюскин» был раздавлен льдинами и затонул. В ледяной пустыне оказались 104 человека. В то время не было самолётов, пригодных для работы в условиях Арктики. Моторы самолётов приходилось постоянно разогревать. Благодаря мужеству лётчиков люди были спасены.



За годы Великой Отечественной войны тысячи людей проявили небывалое мужество и героизм при защите Родины. Многие лётчики, танкисты, моряки, солдаты и офицеры были удостоены звания Героя Советского Союза.

Есть герои и в наши дни. Званием Герой России награждают тех, кто проявил героизм, например в борьбе с терроризмом, при устранении последствий стихийных бедствий и в других чрезвычайных ситуациях.

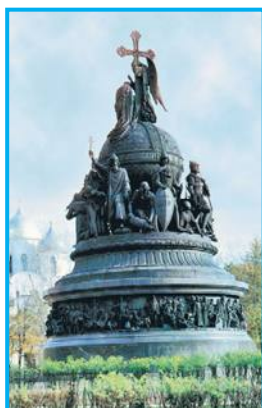
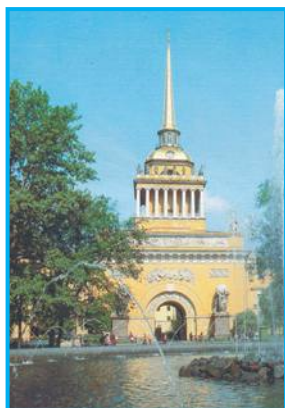


*Золотая звезда
Героя России*

1. а) Что ты знаешь о героях твоего края?
- б) Найди в библиотеке книги, в которых есть рассказы о военных подвигах наших предков.
- в) Выбери один из рассказов. Расскажи его одноклассникам.
2. Напиши сочинение на тему «Кто может стать героем».

ПРОВЕРОЧНАЯ РАБОТА № 5

1. Что означает слово «город»?
2. Назови некоторые крупные города России.
3. В каких городах находятся эти достопримечательности?



4. Объясни, почему наша страна называется Российской Федерацией.

5. Кто является главой нашего государства?

6. Как называется основной закон нашей страны?

7. На каком рисунке изображён Государственный флаг Российской Федерации?



1



3



2



4

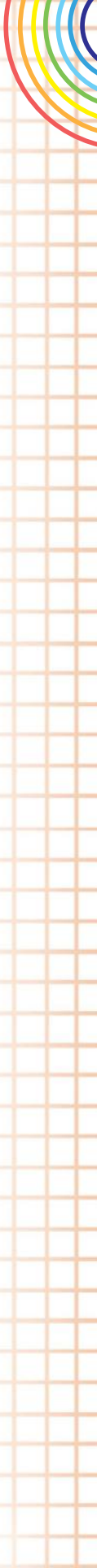
8. Перечисли основные права ребёнка.

Мозаика заданий

1. Где чаще всего возникали города на Руси?
2. Как возникали названия городов?
3. Как называлась центральная часть города в старину?
4. Какую роль играл кремль в жизни города?
5. К какому городу относятся эти имена и названия:
 - 1) Волхов, детинец, вече;
 - 2) Заячий остров, Балтийское море, Пётр I;
 - 3) Юрий Долгорукий, Успенский собор, Спасская башня.
6. К каким векам относятся перечисленные годы:
1156, 1781, 1812?
7. Как называется столица нашего государства?
8. Среди нарисованных гербов найдите Государственный герб России:



9. Чем отличается современный город от старинного?
10. Кто управляет современным городом?
11. Какие номера городских служб должен знать каждый гражданин?



12. Перечисли:

- 1) достопримечательности населённого пункта, в котором ты живёшь;
- 2) достопримечательности столицы вашего края, республики или области.

13. Как ты понимаешь, что такое государство?

14. Что объединяет эти слова:

парламент — конституция — президент.

15. Кто принимает законы в нашей стране?

Выбери ответ:

- 1) суд,
- 2) милиция,
- 3) парламент.

16. Кто обязан исполнять законы в нашей стране?

Выбери ответ:

- | | |
|-------------|------------------|
| 1) армия, | 3) парламент |
| 2) милиция, | 4) все граждане. |

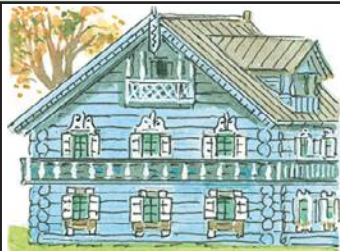
17. Какие символы государства ты знаешь?

18. Кто является автором слов и музыки современного гимна Российской Федерации?

19. Какой орден считают первой государственной наградой России:

- 1) орден Святого Владимира,
- 2) орден Святого апостола Андрея Первозванного,
- 3) орден Александра Невского?

МОЙ РОДНОЙ КРАЙ



- Каким было прошлое твоего края?
- Какие достопримечательности и памятные места есть в твоём родном крае?
- Какие ближайшие театры и музеи тебе известны?

- Какие народы живут там, где живёшь ты?
- Какие у них обычаи, национальная одежда, национальная кухня?



- Чем занимаются люди там, где ты живёшь?
- Какой вклад вносит твой родной край в богатство России?

- Какие животные и растения встречаются там, где ты живёшь?



- Какие есть книги и фильмы про твой родной край?

**Что ещё можно узнать
про твой родной край?**

ПРОЕКТЫ

План подготовки проекта

1. Выбери один из предложенных проектов или придумай свой проект.
2. Реши, будешь ли ты работать с товарищем или один.
3. Продумайте этапы деятельности.
4. Решите, кто и за что будет отвечать.
5. Выясните, что нужно подготовить заранее.
6. Уточните, какие книги, материалы будут нужны, к кому можно обратиться за помощью.

ФЕСТИВАЛЬ НАРОДНОЙ ОДЕЖДЫ И НАЦИОНАЛЬНОЙ КУХНИ

Этапы деятельности

1. Соберите книги, репродукции по теме.
2. Сделайте рисунки костюмов, аппликации народных узоров.
3. Сделайте элементы костюмов из цветной бумаги, ткани.
4. Соберите рецепты национальных блюд. Попробуйте их приготовить.
5. Подготовьте устное выступление о том, что вы узнали о народной одежде и народной кухне.

Роли: *собиратели книг и рецептов, оформители, повара, докладчики.*

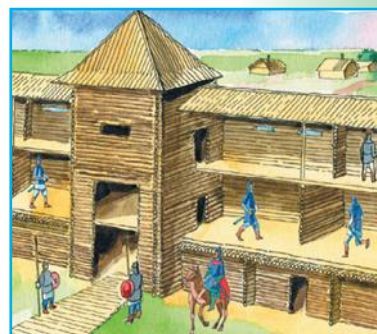


МАКЕТ «Как жили наши предки»

Этапы деятельности

1. Соберите книги, репродукции.
2. Выберите, макет чего будете делать (избы, храма, усадьбы, парка, крепости).
3. Определите, из какого материала будете делать макет (бумага, пластилин, дерево).
4. Подготовьте устное выступление о том, как жили наши предки.

Роли: *собиратели материалов, мастера, докладчики.*



ИССЛЕДОВАНИЕ

Этапы деятельности

Постановка проблемы: От чего произошли названия улиц?

Выберите названия улиц. Выдвините предположение.

Соберите информацию.

Проверьте предположение.

Подготовьте отчёт-выступление.

**В каких ещё проектах
хотел бы ты участвовать?**

СЛОВАРЬ

Администра́ция — от латинского слова, которое означает «управление».

Верфь — место постройки и ремонта кораблей.

Дружи́нник — приближённые князя и княжеское войско. Дружинники составляли княжескую дружину.

Казна́ — имущество, деньги.

Князь — предводитель войска и правитель области у славян и некоторых других племён.

Конве́нция — международный договор, соглашение.

Купе́ц — человек, занимавшийся торговлей.

Ле́топись — запись исторических событий по годам (летам).

Парла́мент — государственный орган, который принимает законы.

Патриа́рх — глава православной церкви.

Переу́лок — поперечная улочка между двумя улицами.

Пле́мя — союз родов, живущих на одной территории и происходящих от одного предка.

Проспе́кт — прямая широкая большая улица в городе.

Реме́сленник — человек, который занимается ремеслом, то есть изготовлением изделий на продажу. Например, сапожник, кузнец, гончар, оружейник.

Э́ра — длительный период времени в истории земли. Новая эра или христианская — современная система летоисчисления, в которой за начальный момент отсчёта принят год рождения Иисуса Христа.

СОДЕРЖАНИЕ



ЧЕЛОВЕК



Человек — часть живой природы 6

Окружающая среда и здоровье... 8



Кожа — первая «одежда» 11

Как ухаживать за кожей 12



Как мы передвигаемся.. 15

Скелет 15

Осанка и здоровье..... 17

Мышцы 19

Как работают мышцы 20

Как укрепить мышцы..... 21



Кровеносная система 22

Как укрепить сердце 23

Кровь 25



Дыхание 26

Береги органы дыхания 28



Питание..... 30

Береги зубы 32

Выделение вредных веществ
из организма 34



Органы чувств и нервная система 35

Органы чувств..... 35

Нервная система 38

Береги нервную систему..... 40

Об эмоциях..... 41

Проверочная работа № 4..... 44

Мозаика заданий..... 45

*Проект «Физкультура
и спорт» 46*

ЧЕЛОВЕК В ОБЩЕСТВЕ



Наша Родина 50

Народы нашей страны..... 50

Традиции народов нашей страны. 53

Путешествие по ленте времени... 57



Города России..... 61

Города и сёла..... 61

Названия городов 65

Кремль — центр города 69

Улицы города..... 76

Герб — символ города 80

Памятные места городов..... 84

Современный город 88

Москва — столица России 92



Наше государство.....	96
Что такое государство.....	96
Конституция — основной закон	
страны.....	101
Права ребёнка.....	105
Государственный герб России...	109
Государственный флаг России...	110

Государственный гимн России...	113
Государственные награды	117
<i>Проверочная работа № 5.....</i>	<i>121</i>
<i>Мозаика заданий.....</i>	<i>122</i>
<i>Проект «Мой родной край» ...</i>	<i>124</i>
Словарь.....	126

В учебнике использованы иллюстрации художников:

Н. В. Беланова, В. И. Винокура, В. Н. Власова, Е. В. Гальдяевой,
Т. А. Доброхотовой-Майковой, Н. Г. Доронина, Е. А. Запесочной, Е. В. Махлиной, Н. Е. Щербакова

Учебное издание
Планета знаний

Потапов Игорь Владимирович, Саплина Елена Витальевна, Саплин Андрей Иванович

ОКРУЖАЮЩИЙ МИР

3 класс

Учебник. В 2 частях. Часть 2

Учебник предназначен для работы в классе

Рисунки на обложке: Е.А. Запесочная, Г.А. Мацыгин

Дизайн обложки студии «Дикобраз»

Редакция «Образовательные проекты»

Редакция «Планета детства»

Ответственный редактор *Н. Анашина*. Художественный редактор *Л. Фролова*
Технический редактор *Т. Тимошина*. Корректор *И. Мокина*. Компьютерная верстка *Н. Сушковой*

Подписано в печать 18.07.2014. Формат 84х108 1/16. Усл. печ. л. 13,44. Бумага офсетная
Гарнитура журнально-рублиная. Тираж 10 000 экз. Заказ №

Общероссийский классификатор продукции ОК-005-93, том 2; 953005 — литература учебная

Сертификат соответствия № РОСС RU.AE51.H16526 от 26.09.2013 г.

ООО «Издательство АСТ». 129085, г. Москва, Звёздный бульвар, д. 21, стр. 3, ком. 5

ООО «Издательство Астрель». 129085, г. Москва, пр-д Ольминского, д. 3а

Наши электронные адреса: www.ast.ru, planetaznaniy.astrel.ru E-mail: educ@ast.ru

По вопросам приобретения книг обращаться по телефонам: (495)951-60-00, доб. 107, 565, 566, 578

Потапов, Игорь Владимирович

П64 Окружающий мир : 3-й класс : учебник. В 2 ч. Ч.2 / И. В. Потапов, Е. В. Саплина, А. И. Саплин. — Москва: АСТ: Астрель, 2015. — 126, [2] с.: ил. — (Планета знаний).

ISBN 978-5-17-087250-3 (ч. 2)

ISBN 978-5-17-087257-2 (ООО «Издательство АСТ»)

ISBN 978-5-271-47036-3 (ч. 2)

ISBN 978-5-271-42079-5 (ООО «Издательство Астрель»)

«Планета знаний» — учебно-методический комплект для начальной школы. Основная его особенность — единство структуры учебников, сквозных линий типовых заданий, подходов к организации урочной и внеурочной деятельности. В комплекте с учебником «Окружающий мир» издаются рабочие тетради, методическое пособие, проверочные и диагностические работы.

УДК 373:502
ББК 20я71

«Планета знаний» – комплект учебников для начальной школы издательств «АСТ» и «Астрель»

- Это **комплект** учебников, в которых полностью реализован Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования и воплощены идеи модернизации российского образования.
- Это учебники, которые с полным основанием можно назвать **учительскими**. Среди авторов – заслуженные учителя России, школьные учителя высшей категории и опытные методисты, академики Российской академии образования, доктора и кандидаты педагогических наук, преподаватели вузов.
- Это **передовые педагогические технологии**, применение которых в сочетании с традиционной методикой преподавания гарантирует:
 - ♦ комфортный и результативный для учителя и ученика процесс обучения,
 - ♦ высокий и прочный уровень обученности в классах с любой подготовкой,
 - ♦ формирование у школьников умения и стойкого навыка учиться,
 - ♦ полноценное соединение знаний и практических навыков,
 - ♦ объединение учебной и внеурочной деятельности в единый учебно–воспитательный процесс,
 - ♦ обеспечение реальной социализации учащихся.

В комплект для 3 класса входят учебники:



«Русский язык»
«Математика»
«Литературное чтение»
«Окружающий мир»
«Английский язык»
«Изобразительное искусство»
«Музыка»
«Технология»
«Физическая культура»



Каждый учебник обеспечен рабочими тетрадями для учащихся
и методическими пособиями для учителей,
а также электронными приложениями и аудиодисками.

WWW.AST.RU



Учебники комплекта «Планета знаний»
прошли государственную экспертизу на соответствие
Федеральному образовательному стандарту.
Учебники одобрены Российской академией наук
и Российской академией образования,
рекомендованы Министерством образования и науки
Российской Федерации и включены в Федеральный перечень
школьных учебников.