**Классный час**

**Тема "Здоровье:является ли оно ценностью? "**

**Цели и задачи классного часа:
1) Формировать у детей мотивационную сферу гигиенического поведения, физического воспитания; обеспечить физическое и психическое саморазвитие;**

**2) Учить детей быть здоровыми душой и телом;**

**3) Развивать стремление ребенка сохранять свое здоровье, применяя знания и умения в согласии с законами природы, законами быта;**

**4) Научиться общаться в коллективе, отстаивать свою точку зрения.**

**Ход классного часа.**

**1. Организационный момент.**

**– Здравствуйте, девочки! – здравствуйте.
– Здравствуйте, мальчики! – здравствуйте.
– Здравствуйте, взрослые! – здравствуйте.
– Здравствуйте, все! – здравствуйте.**

**- Когда обычно говорят это доброе, волшебное слово? ( При встрече).**

**2. Погружение в тему, формирование ожиданий учащихся ( Слайд 1)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **1** | **2** | **3** | **4** |
| **1** | **З** | **С** | **В** | **Е** |
| **2** | **Т** | **Д** | **Ь** | **А** |
| **3** | **Э** | **Я** | **О** | **М** |
| **4** | **Ф** | **В** | **Л** | **Р** |

**Ключ: 1-1; 2-2; 3-3; 4-4; 3-3; 4-2; 2-3; 1-4.**

**Для ответа на данный вопрос внимательно посмотрите на данный шифр и ключ к нему:**

**Разгадав ключ данного шифра, вы узнаете, какое слово зашифровано?**

**(На доске открывается слово “здоровье”, проговариваем его хором)(Слайд 2)**

**-Сегодня я предлагаю вам поговорить о здоровье. В процессе нашей беседы мы с вами должны ответить на вопрос: является ли здоровье ценностью?**

**3.Интерактивная лекция**

**Здоровье во все времена являлось главной темой житейской мудрости. Существует много пословиц и поговорок о здоровье. Вот некоторые из них: вам надо правильно составить пословицы (работаем в парах)**

1. **В здоровом теле… ( здоровый дух)**
2. **Здоровье дороже ….(золота, денег)**
3. **Здоровье за деньги …( не купишь)**

**-Читаем пословицы вслух (Слайд 3)**

**- Какие ассоциации возникают у вас, когда вы слышите словосочетание «здоровый человек»? (отв)**

 **- А что нужно делать, чтобы всегда оставаться здоровым человеком (отв.)**

**-Ребята, скажите, что может испортить наше здоровье?**

**-Вы совершенно правы. Курение, алкоголизм, наркотики - всё это губительно сказывается на нашем здоровье.**

**Итак, здоровье - это**

**+занятия физкультурой и спортом**

**+ закаливание**

**+соблюдение гигиены**

**+ правильное питание**

**+ отказ от вредных привычек**

**+ полноценный отдых**

**+ соблюдение режима дня**

**Игра «Да-нет».**

 **Если вы согласны-хлопайте руками, если нет - топайте ногами.(Играем стоя).**

**Здоровый человек - это:**

**красивый грустный  богатый**

 **бледный стройный сильный**

**румяный толстый ловкий**

**подтянутый крепкий  неуклюжий**

**- Молодцы, отдохнули. А теперь продолжим наше занятие.**

**Игра «Рифмы».**

**- А теперь давайте проверим правила заботы о своём здоровье. Я буду начинать, а вы продолжайте (говорим словами и показываем)**

**- В кране нам журчит водица:
«Мойте чище ваши ……» (лица)
-Разгрызёшь стальные трубы,
Если чисто чистишь ………. (зубы)
-Превратятся скоро в когти
Неподстриженные …… (ногти).
- В бане целый час потела –
Лёгким, чистым стало …….. (тело).
-С детства людям всем твердят,
- Молодцы**

**-Вы помните сказку В.Катаева «Цветик-семицветик»? В ней рассказывается о том, как однажды Волшебница подарила девочке Жене цветок с семью разноцветными лепестками. Стоило оторвать лепесток, подбросить его вверх и сказать волшебные слова, как тотчас же любое желание исполнялось. Когда у Жени остался последний лепесток, она увидела грустного мальчика Витю, у которого болела нога, и который поэтому не мог бегать и играть с другими детьми. Жене стало его жалко, она оторвала последний лепесток и загадала, чтобы Витя выздоровел. И Витя стал здоровым. На этом сказка кончается.**

**Работа в группе (Слайд 3)**

**Давайте и мы с вами готовим цветок, но не простой, а волшебный цветок здоровья. Как бы он выглядел? (На столе у вас лежат лепестки. На этих лепестках вы должны написать секреты здоровья.)**

* **Здоровье – это занятия физкультурой и спортом .**
* **Здоровье – это закаливание.**
* **Здоровье –соблюдение гигиены.**
* **Здоровье – это правильное питание.**
* **Здоровье - это отказ от вредных привычек.**
* **Здоровье – это личная гигиена.**
* **Здоровье – это соблюдение режима дня.**

**Желаю всем крепкого здоровья! (Слайд 4)**

**Я желаю вам, ребята,
Быть здоровыми всегда.
Но добиться результата
Невозможно без труда.
Я открыла вам секреты,
Как здоровье сохранить,
Выполняйте все советы,
И легко вам будет жить!**

 **- Я решила сделать вам в подарок памятки, которые помогут
следить за своим здоровьем. Примите их.
- Спасибо всем!**