Муниципальное общеобразовательное учреждение

Средняя общеобразовательная школа №36

Классный час

**«Путешествие в страну Здоровье»**

(викторина по станциям)

**5Г класс**

 Кл. руководитель : Сорокина О.А

Анжеро-Судженск 2013г.

     Цель: формирование знаний о явлениях, предметах, действиях являющиеся вредными/ полезными для здоровья.

Задачи:

* обобщить знания правилах безопасности, первой медицинской помощи
* развивать речь, умение работать в команде
* формировать уважение друг к другу.

    Оборудование: оформленная доска (надписи названий остановок, кроссворд, магические  квадраты).

 - **Вступительное слово.**

 Добрый день! Ну а что это значит?
Значит - день был по-доброму начат,
А урок принесет и удачу,

И здоровье, и радость нам всем.

Когда я говорю вам «здравствуйте», это значит, что я всем желаю здоровья! Задумывались ли вы когда-нибудь о том, почему в приветствии людей заложено пожелание друг другу здоровья? Наверное,  потому, что здоровье для человека - самая главная ценность. Но, к сожалению, мы начинаем заботиться о нем лишь тогда, когда его теряем.

- У нас сегодня необычное занятие. Сегодня мы с вами отправимся в сказочное  путешествие в страну «Здоровье». А отправимся мы на поезде «Здоровье». В каждом вагончике размещается по 1 команде. Движение будет как на любой железной дороге – по кольцу. Каждая команда находится на станции в течении 10 минут.   Но, очки минусуются, если вы шумите на конкурсе и в пути, и если вы несвоевременно прибываете на станцию.

1. Станция «Зеленая аптека» (загадки)

У каких растений есть плоды и используются в качестве лекарственного сырья? (малина, калина, облепиха, черная смородина, шиповник, боярышник, рябина)

* Вдоль дорожек его встретишь,

Ранки, ссадины излечишь,

Сорвешь листочек осторожно

Кто нас излечит? (подорожник)

* Он сорняк, он цветок

        От болезни мне помог,

 Как присяду на диванчик,

 Вспомню желтый…..(одуванчик).

* Растет зеленою стеной,

      ЕЕ обходят стороной,

      Колючая и злая дива

      А как зовут ее… (крапива)

* Все со мною борются,

          Не могут успокоиться

         Все кричат «Беда, беда!»

         Что в огороде…(Лебеда).

* Вкусен чай и ароматен

   С ней он легок и приятен:

   Листочки сорваны, помяты

  Что ты вдыхаешь?

  Запах…(мяты)

Задание такое: нарисуйте отгадки к загадкам, и быстро найдите растения на участке школы.

1. Станция «Скорая помощь».
* Как в лесу избавится от комаров? (запах гвоздики, дым)
* Листья этого растения пользуют при ушибе и боли (лопух, подорожник),
* Как оказать помощь при тепловом и солнечном ударе?
* Как оказать помощь, если порезался?

Практическое задание: забинтовать своего напарника.

1. Станция «Неболейка».
* Что нужно сделать, чтобы не заболеть гриппом?
* Почему после занятия физической культурой нельзя пить холодную воду?
* Почему нельзя гладить, незнакомых кошек и собак?
* Как избежать солнечного удара?  (носить головной убор,  в жару нельзя находится на солнце).
1. Станция «Спортивная»

Задания на карточках.

* Показать комплекс гимнастики для глаз,
* Показать комплекс гимнастики для бодрости,
* Показать комплекс гимнастики для шеи, плечевого пояса, рук.
* Показать комплекс гимнастики для релаксации (расслабления).
1. Станция «Вредные привычки».

- Представьте себе образ неряшливого человека. Попробуйте узнать, какие вредные привычки привели его к этому образу.

* Почему нельзя грызть ногти?
* Почему нельзя грызть кончик карандаша, ручки?
* Как часто нужно мыть голову и почему?
* Почему нельзя меняться одеждой и обувью, брать чужие головные уборы?
* К чему может привести привычка брать в рот несъедобные предметы?
1. Станция «Грязнулька»

- Ребята, отгадайте героев которые не любили одеваться, чистить зубы, умываться, не заботились о чистоте.

* В какой сказке от нерадивой хозяйки  убежала вся посуда и почему? (Федора)
* Какого героя из сказки «Золотой ключик» Мальвина заставляла мыть руки и чистить зубы? (Буратино)
* В какой сказке Чуковского мальчик не хотел умываться и грязнулей остаться? (Мойдодыр)
* Какого героя Лингред Астрид лечился вареньем? (Карлсон)

 - А как правильно чистить зубы и сколько раз в день?

 Ну, вот все команды вернулись благополучно.

 В конце игры подведение итогов и награждение победителей.

**Приложение**

|  |  |
| --- | --- |
| **Показать комплекс гимнастики для глаз** | **Показать комплекс гимнастики для бодрости** |
| **Показать комплекс гимнастики для шеи, плечевого пояса, рук** | **Показать комплекс гимнастики для релаксации (расслабления).** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| http://www.copilul.ro/planse/plansa%20de%20colorat%20Mijloace%20de%20transport%20275.gif | http://www.copilul.ro/planse/plansa%20de%20colorat%20Mijloace%20de%20transport%20275.gif | http://www.copilul.ro/planse/plansa%20de%20colorat%20Mijloace%20de%20transport%20275.gif |
| http://www.copilul.ro/planse/plansa%20de%20colorat%20Mijloace%20de%20transport%20275.gif | http://www.copilul.ro/planse/plansa%20de%20colorat%20Mijloace%20de%20transport%20275.gif | http://www.copilul.ro/planse/plansa%20de%20colorat%20Mijloace%20de%20transport%20275.gif |
| http://www.copilul.ro/planse/plansa%20de%20colorat%20Mijloace%20de%20transport%20275.gif | http://www.copilul.ro/planse/plansa%20de%20colorat%20Mijloace%20de%20transport%20275.gif | http://www.copilul.ro/planse/plansa%20de%20colorat%20Mijloace%20de%20transport%20275.gif |

****

****







