***Классный час: «Что такое хорошо и что такое плохо»***

***для учащихся младших классов***

 «Мы не можем вырвать ни одной страницы

из нашей жизни,

хотя легко можем бросить в огонь

самую книгу»

 Ж. Санд

Цели:

-раскрыть позитивные и негативные факторы, влияющие на жизнь человека;

-пропагандировать здоровый образ жизни

Этапы мероприятия:

I. Беседа:

- Как ведут себя добрые люди?

- А как ведут себя злые люди?

- Как вы думаете, каким лучше быть: добрым или злым?

- В жизни каждого человека бывают случаи, когда в него вселяются “драконы”: гнев, обида, агрессивность, зависть. Эти чувства набрасываются на нас и держат в цепких лапах. Человек становится злым, сердитым, недовольным, он даже может причинить боль и неприятность другим и себе.

- А вам приходилось когда-нибудь злиться?

- А из-за чего вам приходилось злиться?

- Когда вы чем-нибудь рассержены, что вам хочется сделать? (Ударить, толкнуть, накричать)

- Что вы делаете для того, чтобы не злиться, не сердиться.

- Что вы делаете, для того, чтобы “выпустить из себя дракона”. Как вы справляетесь с отрицательными эмоциями?

- Давайте посмотрим, что советуют психологи? Как можно избавиться от злости, ни причинив боли, вреда окружающим.

*1. Чтобы избавиться от злости, ни причинив боли, вреда окружающим, необходимы физические упражнения. Это дает выход энергии и тем плохим чувствам и мыслям, которые охватили нас. (Дети выполняют упражнения).*

*2. Так же всю обиду и гнев можно поместить в воздушный шарик, т.е. надуть воздушный шарик злостью, завязать его и представить, как этот шарик исчезает в голубом небе.*

- Как еще можно избавиться от злости?

Можно:

*Станцевать буйный танец;*

*Потопать ногами;*

*Просто рассказать о своих переживаниях.*

- Как хорошо, когда в жизни есть кто-то, кто в трудную минуту может прийти на помощь, поможет решить какую-то проблему, поможет стать добрыми, ведь добрый человек – добру учит.

- Послушайте небольшой отрывок из рассказа Л.Н. Толстого и скажите: Как можно назвать поступок старика?

Старик сажал яблони. Ему сказали:

- Зачем тебе эти яблони? Долго придется ждать с этих яблонь плоды, и ты не съешь с них яблочки.

Старик сказал:

- Я не съем, другие съедят, мне спасибо скажут.

- Как можно назвать поступок старика? (*Добрым, доброжелательным, сердечным*).

- Не зря гласит народная мудрость: Добрый человек – добру учит.

- Какие пословицы, поговорки, народные мудрости о добре вы знаете?

*Не одежда красит человека, а его добрые дела.*

*Жизнь дана на добрые дела.*

*Делать людям хорошее, хорошеть самому.*

- Что доброго вы делали другим людям?

- Что чувствовали люди, которым вы делали добро? (*Радость, счастье, восторг, умиление*).

- Каким делает человека доброта? (*Человек, который делает добро другим, чувствует себя счастливым).*

- Что же такое “доброта”? (*Это отзывчивость, хорошее отношение к людям, это все хорошее полезное*).

Песня “Доброта” (сл. Н.Тулуповой, муз. И. Лученка)

II. Путешествие:

А теперь настала пора всем вместе отправиться в прекрасную страну под

названием «Здоровье».

Для начала попробуйте дать определение: что такое здоровье?

«Здоровье – это…» (говорят дети)

- Какие пожелания вы обязательно пишете товарищам, родным в поздравительных открытках?

*При встречах с близкими людьми мы желаем им здоровья.*

*В поздравительных открытках пишем доброго и крепкого здоровья.*

Все это залог полноценной и счастливой жизни.

О здоровье складывают пословицы, поговорки, в них содержится народная

мудрость.

Давайте разберем несколько пословиц.

*Голова седая, да душа молодая.*

*Праздная молодость - беспутная старость.*

III. Игра:

А сейчас мы начинаем путешествие по «Морю физической тренировки»

Движение – это жизнь. А что же мы видим на самом деле? Люди могут

часами сидеть у телевизора или компьютера. Это очень вредит здоровью.

Сейчас разделимся на три команды.

Задача командам: придумать и показать физические упражнения для:

*-людей, работающих за компьютером;*

*-учеников, сидящих за партой;*

Все это наносит большой вред человеку, его физическому и нравственному

здоровью. Есть такое высказывание мыслителя Конфуция: «Побороть дурные

привычки легче сегодня, чем завтра». Как вы думаете, что он имел в виду?

IV. Итог:

Для тех, кто выбирает здоровье, открывается дорога в счастливую полноценную жизнь.

*Здоровье – это отсутствие болезни!*

*Здоровье – это радость, успех, счастье!*

Пускай вашим девизом станут слова – *«Мы за здоровый образ жизни!»*