Тема:"Здоровый ребенок в здоровой семье»

Цель занятия: формирование представления о понятии «здоровая личность».

**Ход  мероприятия:**

1. Организационный момент:

-  Добрый день, дорогие ребята.  Мне  приятно видеть вас всех  доброжелательными, весёлыми, красивыми.

II. Сообщение темы занятия:

Вместе с вами мы проведём необычное занятие и попробуем ответить на вопрос «Что такое здоровая личность?» И вы мне в этом поможете.

*Учитель:*

Пусть весна улыбается нам в окно,  
Но в классе у нас уютно и светло!  
Всегда мы здоровы, с зарядкой дружны,  
Нам спорт с физкультурой  
Как воздух нужны.  
А с ними порядок, уют, чистота,  
Эстетика. В общем, сама красота!  
Здоровье своё бережём с малых лет.  
Оно нас избавит от болей и бед!

Как понимаете?

* Здоровье – это красота.
* Здоровье – это сила и ум.
* Здоровье – это самое большое богатство.
* Здоровье – это то, что нужно беречь.
* Здоровье нужно всем – и детям, и взрослым, и даже животным.
* Здоровье – это долгая счастливая жизнь.
* Здоровье – это когда ты весел и у тебя всё получается.

- Что же нужно делать, чтобы быть здоровым?  (Правильно, необходимо хотеть и уметь заботиться о своём здоровье).

*2.Беседа о вредных привычках:*

Послушайте стихотворение “Привычки”.  
Утром наполнить спешу никотином  
Хилые легкие: пусть похрипят,  
Так я воюю и с медициной и с утверждением курение – яд!  
Выпали волосы, щеки обвисли,   
Сердце в груди совершает прыжки,   
Память “хромает”, спутались мысли,  
Заметно дрожанье руки,  
Но с ненавистным журналом “Здоровье”,   
Что издается на радость ханже,  
Вплоть до победы биться готов я:  
Врач успокоил: недолго уже.

* Стихотворение юмористическое, но, а какие вредные привычки высмеиваются и почему они вредные?

Вредные привычки: курение, употребление алкоголя, наркотических веществ, малоподвижный образ жизни – наносят большой вред человеку, его физическому, психическому и нравственному здоровью, а это самое главное в здоровой личности.  Вредные привычки – это лишь первый этап опасного пути, за ним всегда будет второй – серьезные болезни, снижение жизненного тонуса и отсутствие жизненного успеха.  
Например: в настоящее время многие ученые признают, что курение – это медленное самоубийство. Медики установили, что каждая выкуренная сигарета стоит курящему 15 минут жизни. Эти минуты постепенно складываются в годы. Курящий живет на 5-7 лет меньше, чем ему отведено природой.

*3. Физическая минутка:*

Учитель***:*** Все ли из вас знают, что такое хорошо и что такое плохо? *(ответы детей)*

Учитель: Давайте проверим.

Раз, два, три, четыре, пять,   
Начинаем мы играть.  
Я вам фразу предлагаю,  
Если с ней согласен ты –  
То скорей присядь пониже  
И немножко отдохни.

Учитель**:** Если мое утверждение правильное, и это хорошо, то вы приседаете, а если неправильное, и это плохо – стоите, подняв руки вверх.

Заправляю я кровать,  
Взрослым надо помогать.  
  
Хочу я выглядеть крутым,  
Пускаю сигаретный дым.  
  
Маме с папой помогу  
Сам посуду уберу.  
  
Вот я мороженое съел  
По ветру мусор полетел.  
  
Я для соседки пожилой  
Продукты принесу домой.  
  
Хоть в трамвае очень тесно,  
Уступлю старушке место.  
  
Окурок быстро подними,  
На старших, глядя, закури.  
  
Силачом хочу я стать,  
Дерево могу сломать.  
  
Птиц зимой оберегаю,  
Им кормушки наполняю.  
  
Хоть на улице и вьюга,  
Навещу больного друга.  
  
Долго я сегодня спал,  
Снова в школу опоздал.  
  
Я собакам помогаю,  
Косточками угощаю.  
  
Хороша моя привычка  
Называть друзей по кличке.  
  
Я рогатку в руки взял,  
По синицам я стрелял.  
  
Доску вымою я сам,  
Помогу учителям.   
  
В землю посажу росток –  
Скоро вырастет цветок.  
  
Я поклонник красоты –  
С клумбы оборву цветы.  
  
Я близким радость подарю,  
Кусочек счастья сотворю!

*4. Работа с пословицами:*

Игра «Собери пословицы»

Наша  здоровье  – в наших руках!  
Этот лозунг у всех на устах.  
Чтобы в том вас сейчас убедить,  
Разрешите в игру пригласить..

* Здоров будешь – всего добудешь.
* В здоровом теле – здоровый  дух.
* Здоровья за деньги не купишь.

*5. Игры с рифмами и антирифмами:*

Игра «Рифмы».

- 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,  
Что табак – смертельный ……… (яд).  
- Объявили бой бациллам:  
Моем руки чисто с ……… (мылом).

*6. Обобщение понятия:*

Что такое здоровая личность?   
Характеристика здорового человека: (выбрать подходящие слова)

Красивый,  ловкий, злой, доброжелательный, стройный, трудолюбивый, ленивый, отзывчивый, справедливый, уверенный, жадный.