МБОУ «Чувашско - Дрожжановская средняя общеобразовательная школа»

Дрожжановского муниципального района Республики Татарстан

**Классный час на тему:**

**«Здоровые дети – в здоровой семье!»**

Урок подготовила и провела:

учитель начальных классов

1 квалификацинной категории

Одинцова Ирина Николаевна

2014 год

**Цели:** 1. Воспитание бережного отношения к здоровью

2. Повышение мотивации к здоровому образу жизни

3.Создание позитивного настроя учащихся на учебную деятельность

Учащиеся разбиты на группы по четыре человека (сидят за одним столом). В центре стола «МЭНЭДЖ МЭТ» инструкция для управления классом, позволяющая удобно и просто распределить учеников в одной команде ( партнёр по плечу, по лицу, партнёр А, Б) для организации эффективного учебного процесса в команде.

**Ход занятия:**

**I. Организационный момент.**

Улыбнулись партнёру по плечу, улыбнулись партнёру по лицу, тихонько сели.

**Вступительное слово учителя:**

-Наверное, в каждой семье есть свои секреты сохранения здоровья, свои традиции здорового образа жизни, поделитесь, пожалуйста. Может быть, кто-то всей семьёй совершает велопрогулки или зимой прогулки на лыжах? А наш класс – это ведь тоже семья! И в нашей школьной семье должны быть свои секреты здорового образа жизни. Тема нашего сегодняшнего классного часа **«Здоровые дети - в здоровой семье».**

-А теперь ответьте на такой вопрос: Что не купишь ни за какие деньги?

- Что для человека дороже всего?

-Если его потеряешь, то вернуть его очень сложно, а часто даже невозможно. ( **Правильно, здоровье!)**

**II.Основная часть.**

**-** Знаете ли вы, что нужно для здоровья?

Работа ведётся по структуре **«ЭЙ АР ГАЙД».**

- Заполняйте в таблице графу **«ДО».** Если согласны с данными утверждениями, то ставьте знак **«+»** или **«-»** если не согласны.

1.Может, молоко коровье?

2.Лет в 12 сигарета?

3.А с друзьями эстафета?

4.Тренажёр и тренировка?

5.Свёкла, помидор, морковка?

6.Пыль и грязь у нас в квартире?

7.Штанга или просто гири?

8.Солнце, воздух и вода?

9.Очень жирная еда?

10.Страх, уныние, тоска?

11.Скейтборд - классная доска?

12.Спорт, зарядка, упражнения?

13.А компьютерные бдения?

14.Бег по парку по утрам?

15.Музыкальный тарарам?

16.Сон глубокий до обеда?

17.Полуночная беседа?

18.Если строг у нас режим –

Мы к здоровью прибежим!

***(Просмотр видеофильма «Здоровые дети в здоровой семье)***

- Изменились ли ваши мнения к утверждениям? Давайте заполним графу **«ПОСЛЕ».**

Проверка ведётся по структуре **«СИНГЛ РАУНД РОБИН»**

(Сначала отвечают первые номера каждого столика, потом вторые номера,3,4.)

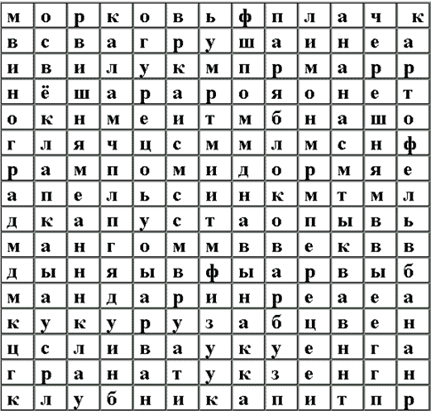
Итак, мы с вами выяснили, что нужно для того, чтобы быть здоровым: правильное питание, хороший сон, ну и конечно занятия спортом!!!!

Выбрать капитанов команд, придумать название в соответствии с тематикой классного часа. Итак, приступаем к нашим соревнованиям

**Конкурс 1.** Работа ведётся по структуре **«СТЁ ЗЕ КЛАСС».** Какие продуктыявляются наиболее полезными для нашего здоровья? **(**Овощи, фрукты, ягоды). Правильно. Сейчас вы получите кроссворды, где зашифрованы названия фруктов, овощей и ягод. За две минут найдите в данном кроссворде как можно больше ягод, фруктов и овощей, запишите свои ответы на листочке.

Как только закончится время, учащиеся проводят горизонтальную линию. Затем по сигналу учителя встают и, молча передвигаются по классу для того, чтобы добавить как можно больше новых слов других участников к своему списку, продолжая нумерацию и записывая их после черты)

**Ответы:** морковь, помидор, огурец, тыква, лук, капуста, апельсин, мандарин, лимон, яблоко, виноград, слива, арбуз, кукуруза, перец, гранат, груша, картофель, свёкла, ананас, вишня, дыня, черешня, клубника, банан, манго



**Конкурс 2**

Работа ведётся по структуре **«ДЖОТ ТОТС»**

- На каждом листочке бумаги вам нужно написать названия спортивных снарядов всех, что знаете и при помощи которых можно заниматься спортом, а значит, следить за своим здо­ровьем. Сначала вспомните, затем проговорите это слово громко для членов вашей команды и запишите на одном листочке бумаги. Далее положите на центр стола лицевой стороной вверх. Пишите, пока вы не используете все листочки. Примерные ответы:

1. Турник. 7. Гири.
2. Кольца. 8. Штанга.
3. Канат. 9. Боксерские перчатки.
4. Мячи. 10. Конь
5. Скакалки. 11. Велосипед.
6. Тренажеры. 12. Груша и т.д.

Далее работа ведётся по структуре **«ТИК - ТЭК - ТОУ»**

- Участники № 3 возьмите эти карточки, перемещайте и разложите 9 карточек в формате 3\*3, начиная с номера стола по направлению к другим членам команды. Участник № 4 пронумеровывай карточки от 1 до 9. А теперь каждый участник самостоятельно запишите 3 предложения, используя любые три слова на одной линии (по вертикали, горизонтали или диагонали).

Проверяется по структуре **«КОНТИНИУС РАУНД РОБИН»**

**Конкурс 3.**

**Пословицы**:

· Береги платье снову, а здоровье … (смолоду.)

· Чистота – половина… (здоровья.)

· Болен – лечись, а здоров… (берегись.)

· Было бы здоровье, а счастье… (найдётся.)

· Где здоровье, там и… (красота.)

· Двигайся больше – проживёшь… (дольше.)

· Забота о здоровье – лучшее… (лекарство.)

· Здоровье сгубишь – новое… (не купишь.)

· Смолоду закалиться – на век… (пригодится.)

· В здоровом теле… – (здоровый дух.)

**Конкурс 4**

Здоровье не купишь. Под таким девизом мы проведем наш

блицтурнир. За правильный ответ - один балл. Быстро поднимайте руку.

1.Весной растет, летом цветет.

Осенью осыпается, зимой отсыпается.

А цветок - на медок.

Лечит от гриппа, кашля и хрипа. *(Липа)*

2.Растет она вокруг

Она и враг и друг.

Как иглы - волоски,

Покрыли все листки.

Сломи хоть волосок -

И капнет едкий сок -

На кожу - хоть ори!

О-о-ой, волдыри!

Но если дружишь с ней,

Ты многих здоровей:

В ней витаминов - клад,

Весной ее едят. *(Крапива)*

3.Почему я от дороги

Далеко не отхожу?

Если ты поранил ноги,

Я им помощь окажу.

Приложу ладошку к ране, -

Боль утихнет и опять

Будут ноги по дороге

В ногу с солнышком шагать. *(Подорожник)*

4.Он шипы свои выставил колкие,

Шипы у него, как иголки.

Но мы не шипы у него соберем, -

Полезных плодов для аптеки нарвем. *(Шиповник)*

5.Лёг в карман и караулю

Рёву, плаксу и грязнулю,

Им утру потоки слёз,

Не забуду и про нос. (Носовой платок.)

6.На себя я труд беру:

Пятки, локти с мылом тру

И колени оттираю -

Ничего не забываю. (Мочалка.)

7.Дождик тёплый и густой.

Этот дождик непростой -

Он без туч, без облаков

Целый день идти готов. (Душ.)

8. Не щётка и не веник,

Урчит он неспроста:

Всего одно мгновенье -

И комната чиста. (Пылесос.)

9. Плещет теплая волна

В берега из чугуна.

Отгадайте, вспомните:

Что за море в комнате? (Ванна.)

10. Нежно пенясь, не ленясь,

С нас смывает пыль и грязь. (Мыло.)

11. Костяная спинка,

Жесткая щетинка,

С мятной пастой дружит,

Нам усердно служит. (Зубная щётка.)

12. Лента, мяч, бревно и брусья,

Кольца с ними рядом.

Перечислить не берусь я

Множество снарядов.

Красоту и пластику

Дарит нам... (гимнастика)

**Конкурс 5.**

**Покажи слово.**

1.Изобрази бегуна, которому наступили на ногу

2.Изобрази штангиста, которому упала штанга на ногу

3.Изобразить игрока в большой теннис

4.Изобразить выступление спортивной гимнастки с обручем

**Конкурс 6.**

Работа ведётся по структуре **«ФО БОКС СИНЕКТИКС»**

1.Сложите листок бумаги вдвое и ещё раз вдвое.

2. В центре нарисуйте квадратик.

3.Запишите или зарисуйте по одному неодушевленному предмету в каждый квадрат, один из которых должен уметь двигаться.

ТЕМА: Здоровье (… похоже на здоровье, потому что …). Свой рисунок обосновать.

Затем работа ведётся по структуре «**КОНТИНИУС РАУНД РОБИН**»

**III.Заключительный этап.**Вот и закончилась наша игра. Давайте подведём итоги. Все команды выступили отлично. Но победила сегодня команда … . (Вручаются призы)

**Здоровье** – неоценимое счастье в жизни любого человека. Каждому из нас присуще желание быть сильным и здоровым, сохранить как можно дольше подвижность, бодрость, энергию и достичь долголетия. Надеюсь, что сегодняшняя игра не прошла даром, и вы многое почерпнули из нее. **"Здоровье не купишь – его разум** **дарит"**

Так будьте здоровы!!!