Классный час в 4 классе

Разработала учитель начальных классов

Дудник Н. С

***Тема: «Интервью о здоровье»***

**Цель:** сформировать представление о здоровье как одной из ценностей человеческой жизни, рассмотрев факторы, влияющие на здоровье человека, формирование ответственного отношения к своему здоровью, сохранение и укрепление здоровья школьников

**Задачи:**
прививать положительное отношение к физической культуре и спорту;
формировать правильное представление о пользе соблюдения режима дня, закаливания; о необходимости правильного питания и о соблюдении правил личной гигиены.

**Оборудование:**
компьютерная презентация;
карточки со словами, вопросами
словарь русского языка С.И.Ожегова;

**Ход занятия**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Этапурока | Деятельность учителя | Деятельность обучающихся | Примечание |
| СтадияВызоваа)организацияб) мотивацияв) активизация имеющихсязнанийСтадия Актуализации и выделения пробле-мыСтадия Осмыс-ленияСтадия рефлек-сииИтог занятия | ***Слайд № 1.**** Психологический настрой на работу

- Сегодня мы проводим необычное занятие. Давайте узнаем, о чём пойдёт наш разговор.(Смотрим «объяснялки» от первоклассников)- В какой форме я выясняла у первоклассников, что такое «здоровье»?* Постановка учебной задачи

- Давайте продолжим наше занятие в этой форме.***Слайд № 2.***-А что же такое здоровье по вашему мнению?**Здоровье -***состояние любого живого организма, при котором он в целом и все его органы способны полностью выполнять свои функции; отсутствие недуга, болезни.* - А что же мы сможем выяснить о здоровье? | *-О здоровье.* *- В форме интервью.*Высказывают свои предположения.Высказывают свои предположения.*(****Как сохранить и укрепить здоровье?)*** | Сюжеты сняты во время подготовки к занятию.Вывешиваются на доску вопросы. |
| *- С какими словами у вас ассоциируется слово здоровье?****Слайд № 3.***Сравним наши предположения с медицинскими и научными выводами.- Можно ли исключить из списка одно из составляющих? Почему?- Сегодня мы поговорим о тех, которые укрепляют наше здоровье.***Слайд № 4.***…о режиме дня- Что это такое?- У кого есть свой режим и кто его соблюдает?- Какую роль в нашей жизни играет режим?- Давайте узнаем, что об этом говорят другие ребята.- В чём же заключается основная функция режима?- Давайте послушаем сообщения наших ребят. ***Слайды № 6-10***- Вы видите, что правила режима тесно связаны с другими составляющими. А почему?***Слайд № 11.***…о питании (о правильном питании)- Что вам известно об этом?- Послушаем мнение ребят, для которых правильное питание является очень важным.- Многие из вас знают, чем лучше питаться, но не многие придерживаются этого. Послушаем сообщения ребят о полезном питании, которые попытаются нас настроить на это. ***Слайд № 12-17***- Кто сможет выполнять эти правила питания?***Слайд № 18.***…о спорте и физических занятиях.- Кто занимается серьёзно спортом? Для чего это вам нужно?- А кто делает зарядку по утрам?- Когда всё это может принести настоящую пользу?- Послушаем мнение ребят, для которых спорт играет важную роль в их жизни.- А чтобы, более убедительнее был призыв ребят к занятиям спортом, послушаем дополнительную информацию. ***Слайд № 19-20***- Давайте тоже весело отдохнём.**Танцевальная физ. минутка (*Слайд № 20*)*****Слайд № 21******---*** о закаливании- Если о роли спорта и физических упражнений вы многое знаете, что вам известно о закаливании?- А кто из вас закаливается?- Своим опытом с нами делятся ребята из других классов.- Многие из вас были удивлены, что прогулка на свежем воздухе - это способ закаливания организма. А ведь это потому, что мы мало знаем о закаливании.***Слайд № 22***\_ Закаливание бывает трёх видов: воздушное, водное и конечно солнечное. Не зря существует девиз здоровья: «*Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!»* Давайте познакомимся с ними.***Слайд № 23-24***- *Закаливание* – очень серьёзный элемент в укреплении здоровья. Обливание прохладной водой самое сложное. И нужно быть очень осторожным, чтобы не навредить своему здоровью.А вот воздушное и водное закаливание вы должны обязательно применять ежедневно. Так же как и соблюдение правил личной гигиены. ***Слайд № 25***…о гигиене.-О том, что нужно мыть руки перед едой, чистить зубы, вы хорошо знаете. А делаете ли вы это постоянно? Как правило, многие не придают этому особого значения, пока не возникнут серьёзные проблемы со здоровьем.- Послушаем наших ребят.***Слайд № 26-28******Слайд № 29****Древняя пословица гласит:* У кого есть здоровье,  у того есть надежда. А у кого есть надежда у того есть всё.- О какой надежде идёт речь?- У кого она есть?- ***Здоровье*** - это дар, которым наделила вас природа. И каким оно будет, зависит только от вас самих. Не стоит на кого-то надеяться. Нужно самим беречь и укреплять то, что вам даровано.-Надеюсь что наше интервью, помогло вам разобраться в том, как это сделать.***Слайд № 30***- И хотелось бы закончить наш классный час пожеланиями. | Высказывают свои предположения.Сравнивают.Высказывают свои предположения.Высказывают свои предположения.Просматривают интервью о режиме.*- Распределение мероприятий в течение дня и чередование труда и отдыха.*Рассказывают о режиме и правилах.Высказывают свои предположения.Просматривают интервью о питании.Рассказывают о режиме и правилах.Высказывают свои предположения.Просматривают интервью о спорте и зарядке.Рассказывают о спорте, физ-ре и зарядке.Выполняют упражнения под музыку.Высказывают свои предположения.Просматривают интервью о закаливании.Рассказывают о способах закаливания и правилах.Просматривают интервью о гигиене.Рассказывают о гигиене и правилах.Высказывают предположения.Просматривают интервью с пожеланиями. | На доске вывешиваются слова: ***режим, питание, закаливание, спорт, гигиена, отказ от вредных привычек.*****Д.з.***Подготавливаются сообщения по теме* |