**Классный час 1 сентября во 2 классе на тему «Здоровые дети в здоровой семье»**

**Цели:**

1. Воспитание бережного отношения к здоровью

2. Повышение мотивации к здоровому образу жизни

3.Создание  позитивного настроя учащихся на учебную деятельность

**Оборудование**: праздничный плакат « С днём знаний», воздушные шары, плакаты с поговорками о здоровом образе жизни (Здоровому всё здорово. Богатство - на месяц, здоровье - на всю жизнь. В здоровом теле – здоровый дух. Здоровье дороже золота.)

**Ход классного часа**

**1. Вступительное слово учителя:**

«С днем знаний»- стихотворение Ирины Асеевой

День пришёл. Звонки звените!

Начинайся год учебный,

Год мечтаний и открытий,

Грустный год и год волшебный.

Как сияет класс знакомый!

Вроде всё привычно, просто,

Только каждый месяц школьный

Ставит множество вопросов.

Пожелаем выйти с честью

Из нелёгких испытаний,

Много радостных известий,

Пусть удача будет с вами!

Исполнения желаний

И друзей хороших много,

И в огромном море знаний

Отыскать свою дорогу!

Дорогие ребята, поздравляю вас с началом нового учебного года! После летних каникул вы повзрослели, поумнели, похорошели. Школьная форма всем очень идёт! Наш кабинет тоже стал уютнее. Теперь главная ваша работа - хорошо, прилежно учиться, участвовать в различных конкурсах, раскрывать свои таланты. Желаю вам также спортивных побед, хороших результатов и на предстоящем осеннем кроссе, и на других соревнованиях. Тема нашего сегодняшнего классного часа « Здоровые дети в здоровой семье». 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 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!

Знаете ли вы, что нужно для здоровья? Давайте я буду задавать вопросы, а вы отвечайте «да» или « нет».

Что нужно для здоровья?

Может, молоко коровье?

Лет в 12 сигарета?

А с друзьями эстафета?

Тренажёр и тренировка?

Свёкла, помидор, морковка?

Пыль и грязь у нас в квартире?

Штанга или просто гири?

Солнце, воздух и вода?

Очень жирная еда?

Страх, уныние, тоска?

Скейтборд - классная доска?

Спорт, зарядка, упражнения?

А компьютерные бдения?

Бег по парку по утрам?

Музыкальный тарарам?

Сон глубокий до обеда?

Полуночная беседа?

Если строг у нас режим –

Мы к здоровью прибежим!

Молодцы! Справились! А теперь **следующее задание**. На доске написано слово здоровье, давайте мы его расшифруем и узнаем, из чего же оно складывается?

З -  закалка

Д- диета

О - отдых

Р  - режим дня

О - отказ от вредных привычек

В – витамины, велосипед, водные процедуры

Ь-

Е - ежедневные пробежки

Варианты могут быть другими, это зависит от фантазии детей.

Что-то мы засиделись. Как известно, движение – залог успеха. Итак, **физкультминутка:**

Быстро встаньте, улыбнитесь,

Выше, выше подтянитесь,

Ну-ка плечи распрямите,

Поднимите, опустите,

Влево, вправо повернулись,

Рук коленями коснулись.

Сели, встали, сели, встали

И на месте побежали.

Закончили мини-зарядку, молодцы!

А теперь, **подведём итоги**, что должны делать дети, чтобы быть здоровыми?  Давайте придумаем свою формулу здоровья:

|  |
| --- |
| Здоровье  Здоровье=(режим дня+правильное питание) х хороший отдых—вредные привычки. |

Формула может выглядеть по-другому, всё зависит от мнения детей.

Далее, если на классном часе присутствуют родители, учитель предоставляет им слово для поздравления и напутствия детей.

**Заключительный этап. Слово учителя:**

В осенний этот первый день,

Примите поздравления,

Оставьте лету свою лень-

И в школу за учения!

В её стенах желаю вам

Учиться с вдохновением

И чтобы вам, ученикам,

Давались все решения!

**Анализ сценария классного часа**. Классный час составлен в форме диалога с детьми, дети принимают активное участие  в обсуждении темы,  делают свои выводы ( индивидуальные и совместные), делятся опытом друг с другом. Кроме того, всё это проходит в доверительной атмосфере, непринуждённой обстановке. Из своего опыта я знаю, что дети любят такие мероприятия, то есть классный час должен пройти успешно.

"Здоровые дети в здоровой семье"   
  
Звучит песня В. Шаинского «Учат в школе»   
  
Ведущая: Здравствуйте, ребята!   
  
Я очень рада снова видеть вас в нашем зале.   
  
Как вы выросли, похорошели, загорели!   
  
Хорошо отдохнули летом?   
  
(ответы детей)   
  
Молодцы! А сегодня у нас с вами праздник –   
  
Праздник Знаний…   
  
Мы будем петь, играть, веселиться:   
  
Проверим, насколько вы стали взрослее,   
  
Умнее и находчивее, что узнали за лето,   
  
Чему научились.   
  
В зал спиной заходит ЗЛЫДНЯ, потирая ладошки,   
  
говорит ехидным голосом.   
  
Злыдня: Вот ещё одну гадость сделала, в суп сахару насыпала,   
  
А в компот соли сыпанула, пусть поедят.   
  
А ещё вместо сладкого будут лягушки!   
  
Пусть детки попьют солёненького! Ха-ха-ха!   
  
(Поворачивается)   
  
Вот сюда-то мне и надо!   
  
Ведущая: Ты кто такая? И куда это сюда тебе надо?   
  
Злыдня: Я - Злыдня. Я самая вредная на всём белом свете.   
  
Я самая, самая вреднючая, превреднючая!   
  
Ведущая: Ну и чем же ты хвалишься?   
  
Злыдня: А вам то и похвалится нечем.   
  
Я слышала у вас тут праздник какой-то?   
  
Ведущая: У нас праздник Знаний.   
  
Наши дети повзрослели за лето.   
  
Злыдня: А вот и проверим, как вы выросли,   
  
вам бы только соски сосать.   
  
Ведущая: А ты, умеешь собирать портфель?   
  
Злыдня: А мне это не надо, я и так всё знаю, всё умею.   
  
Игра «СОБЕРИ ПОРТФЕЛЬ»   
  
Ведущая: Дети, а вы знаете буквы?   
  
Вот сейчас и проверим.   
  
Игра «ГУЛЯЮЩИЙ АЛФАВИТ»   
  
Ведущая: А теперь песня.   
  
Песня «ДВАЖДЫ ДВА ЧЕТЫРЕ» музыка В. Шаинского   
  
Ведущая: Я знаю с кем нужно познакомить Злыдню,   
  
Чтобы она перестала проказничать.   
  
У нас в гостях главный спортсмен нашего района,   
  
. , его выступление   
  
Ведущая: Чтобы все хорошо учились,   
  
были сильными и здоровыми,   
  
нужно всегда заниматься спортом.   
  
1 ребёнок: Зарядка всем полезна, зарядка всем нужна!   
  
От лени и болезней спасает нас она!   
  
2 ребёнок: К солнцу руки поднимаем,   
  
3 ребёнок: Дружно весело шагаем,   
  
4 ребёнок: Приседаем и встаём   
  
5 ребёнок: Очень весело живём!   
  
Ведущая: Что полезно нам всегда?   
  
Дети: Солнце, воздух и вода!   
  
Ведущая: А сейчас у нас с вами весёлые игры.   
  
«ПЕРЕДАЙ МЯЧ»   
  
«НЕ ЗАМОЧИ НОГИ»   
  
«ПРОБЕГИ В ОБРУЧЕ»   
  
Ведущая: А сейчас игра на ловкость.   
  
Игра «БУДЬ ЛОВКИМ» музыка Л. Ладухина.   
  
Ведущая: Вместе весело шагаем,   
  
Дружно песню запеваем.   
  
Песня «ПРО ЗАРЯДКУ» музыка Д. Львова - Компанейца   
  
Ведущая: А сейчас для вас эстафета.   
  
1. Пройти по скамейке.   
  
2. Проскакать на двух ногах через палки.   
  
3. Пролезть в обруч.   
  
4. Проползти на четвереньках.   
  
Ведущая: Дружные на празднике девочки и мальчики,   
  
1, 2, 3, 4, 5, мы закончили играть.   
  
6 ребёнок: Мы дружные ребята,   
  
Мы ребята – дошколята.   
  
Вместе весело играем,   
  
Никогда не унываем.   
  
Ведущая: В дружбе вместе мы всегда,   
  
Споём песню детвора!   
  
Песня «НАСТОЯЩИЙ ДРУГ» музыка   
  
Почётный гость награждает детей медалями.