**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:

|  |
| --- |
| ЗдоровьеЗдоровье=(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.