## Муниципальное общеобразовательное учреждение

## «Средняя школа № 4»

**Классный час на тему**

**«Здоровье всего дороже»**

**2 класс**

Выполнила: Хотеева Любовь Михайловна

Учитель начальных классов

МОУ «Средняя школа № 4»

Кимры 2015

### КЛАССНЫЙ ЧАС ВО 2 КЛАССЕ.

ТЕМА: « ЗДОРОВЬЕ ВСЕГО ДОРОЖЕ».

ЗАДАЧИ:

1. Показать учащимся огромное значение соблюдения правил здорового образа жизни.
2. Формировать у учащихся потребность соблюдения правил здорового образа жизни.

ОБОРУДОВАНИЕ: выставка книг, рисунки учащихся, тематические картинки на тему: « Режим дня», « Спорт», « Отдых».

 ХОД КЛАССНОГО ЧАСА.

1.СЛОВО УЧИТЕЛЯ: 7 апреля – Всемирный день здоровья. Почему во всём мире уделяется ему такое внимание? А потому что здоровье – самый драгоценный дар, который человек получает от природы.

- Послушайте, сколько мудрости таят в себе народные пословицы и поговорки о значении здоровья.

 2. РАБОТА В ГРУППАХ.

 ОБЪЯСНИТЕ ПОСЛОВИЦЫ:

\* Здоровье дороже денег.

\* Болезнь человека не красит.

\* Здоров будешь – всего добудешь.

\*Болен – лечись, а здоров – берегись.

\* В здоровом теле здоровый дух.

\* Сон - лучшее лекарство.

 3. ИГРА « ПОЛЕЗНО - ВРЕДНО»

- Читать лёжа … ( Вредно)

- Смотреть на яркий свет…( Вредно)

- Смотреть близко телевизор…( Вредно)

- Чистить зубы…( Полезно)

- Употреблять в пищу морковку, петрушку, лук, чеснок…( Полезно)

- Тереть глаза грязными руками … ( Вредно)

- Заниматься спортом…( Полезно)

 4. ФИЗ - МИ – НУТ - КА.

 Попрошу вас ровно встать

 И команды выполнять:

 Все дышите!

 Не дышите!

 Всё в порядке, отдохните!

 Вместе руки поднимите!

 Превосходно! Опустите!

 Наклонитесь! Разогнитесь!

 Встаньте прямо! Улыбнитесь!

 Да, осмотром я доволен –

 Из ребят никто не болен,

 Каждый весел и здоров

 И к занятиям готов

 5. СЛОВО УЧИТЕЛЯ: Каждый человек с ранних лет должен хорошо знать и непременно выполнять следующее:

- Строго соблюдать правила личной гигиены и ухода за телом.

- Систематически проводить влажную уборку помещений и проветривать их.

- Обращать серьёзное внимание на качество продуктов и выполнять правила их хранения.

Если вы почувствовали себя плохо, то немедленно скажите об этом родителям, учителю, обратитесь к врачу.

 6. ВЫБЕРИ СЛОВА ДЛЯ ХАРАКТЕРИСТИКИ ЗДОРОВОГО ЧЕЛОВЕКА.

 КРАСИВЫЙ СТРОЙНЫЙ
 БЛЕДНЫЙ ТОЛСТЫЙ
 СУТУЛЫЙ СТАТНЫЙ
 СИЛЬНЫЙ КРЕПКИЙ
 ЛОВКИЙ НЕУКЛЮЖИЙ
 РУМЯНЫЙ ПОДТЯНУТЫЙ

 7. РАБОТА В ГРУППАХ.

 Найдите верное утверждение.

- Я ем фрукты и овощи.

- Я часто ем сладкое.

-Я чищу зубы 2 раза в день.

-Я грызу ручки и карандаши.

- До еды я не мою руки.

- После еды полощу рот.

- Я люблю долго поспать.

- Я рано просыпаюсь и делаю физзарядку.

- Долго сижу перед компьютером.

 8. ОТГАДАЙТЕ ЗАГАДКИ.

1. Утром раньше поднимайся,

 Прыгай, бегай, отжимайся.

 Для здоровья, для порядка

 Людям всем нужна …( зарядка)

2.Дождик тёплый и густой,

Это дождик не простой:

 Он без туч, без облаков

 Целый день идти готов. (Душ)

3.Хочешь ты побить рекорд?

 Так тебе поможет … ( спорт)

4.Он с тобою и со мною

 Шёл лесными стёжками.

 Друг походный за спиною

 На ремнях с застёжками. ( Рюкзак)

 5.В новой стене,

 В круглом окне

 Днём стекло пробито,

 На ночь вставлено. ( Прорубь)

6.Ясным утром вдоль дороги

 На траве блестит роса.

 По дороге едут ноги

 И бегут два колеса.

 У загадки есть ответ-

 Это мой… (велосипед)

7.Есть, ребята, у меня

 Два серебряных коня.

 Езжу сразу на обоих-

 Что за кони у меня? ( Коньки)

8. Чтоб большим спортсменом стать,

 Нужно очень много знать.

 И поможет здесь сноровка,

 И, конечно, … ( тренировка)

 9. ОТВЕТИТЬ НА ВОПРОСЫ.

Послушайте, я прочитаю частушки, а вы внимательно слушайте и отвечайте на вопросы.

 Вам, мальчишки и девчушки,

 Приготовила частушки.

 Если мой совет хороший,

 Вы похлопайте в ладоши!

 На неправильный совет

 Говорите: нет, нет, нет!

 Постоянно нужно есть

 Для зубов для ваших

 Фрукты, овощи, омлет,

 Творог, простоквашу.

 Если мой совет хороший,

 Вы похлопайте в ладоши.

 ( Дети хлопают в ладоши)

 Не грызите лист капустный.

 Он совсем, совсем не вкусный.

 Лучше ешьте шоколад,

 Вафли, сахар, мармелад.

 Это правильный совет?

 (НЕТ, НЕТ, НЕТ!)

 Говорила маме Люда:

 - Я не буду чистить зубы!

 И теперь у нашей Люды

 Дырка в каждом, каждом зубе.

 Каков будет ваш ответ?

 Молодчина Люда?

 ( НЕТ, НЕТ, НЕТ!)

 Блеск зубам чтобы придать

 Надо крем сапожный взять

 Выдавить полтюбика

 И почистить зубики.

 Это правильный совет?

 ( НЕТ, НЕТ, НЕТ!)

 Навсегда запомните,

 Милые друзья.

 Не почистив зубы

 Спать идти нельзя.

 Если мой совет хороший

 Вы похлопайте в ладоши.

 (Дети хлопают в ладоши.)

 Зубы вы почистили

 И идите спать.

 Захватите булочку

 Сладкую в кровать!

 Это правильный совет?

 (НЕТ, НЕТ, НЕТ!)

 Запомните совет полезный:

 Нельзя грызть предмет железный.

 Если мой совет хороший

 Вы похлопайте в ладоши.

 ( Дети хлопают в ладоши.)

( В заключение урока заранее подготовленный ученик читает стихотворение.)

 Получен от природы дар-

 Не мяч и не воздушный шар.

 Не глобус это, не арбуз –

 Здоровье. Очень хрупкий груз!

 Чтоб жизнь счастливую прожить,

 Здоровье нужно сохранить.

 ( И. Соковня.)

 10. ИТОГИ.

Каждый человек должен заботиться о своём здоровье. Ведь никто не позаботится о тебе лучше, чем ты сам.

 СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.

1. Интегрированные уроки. Н. Ю. Васильева. Москва. « ВАКО». 2008 г.
2. Классные часы. 4 класс. Составитель Г. П. Попова. Волгоград.
3. Журнал « Начальная школа»
4. Полезные привычки – М: Проект ХОУП, 1999