## 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