МБ ОУ Починковская СОШ

Акция «За здоровье и безопасность наших детей»

Круглый стол среди учащихся 8-х классов

«Здоровым – быть здорово!»

Разработала:

Игошина Надежда Николаевна,

Учитель истории и обществознания

МБ ОУ Починковской СОШ

Цель: Формировать понятие о здоровье и его видах, здоровом образе жизни и его компонентах. Привлечь внимания к проблеме здорового образа жизни.

Задачи:

1. Сформировать интерес к занятию спортом, к развитию собственных физических возможностей.
2. Формирование у учащихся навыков личной гигиены. Мотивировать учащихся систематизировать полученные знания на выполнение правил личной гигиены. Научить учащихся чётко и грамотно выполнять правила личной гигиены.
3. Познакомить учащихся с правилами рационального питания, значением витаминов и растительных продуктов, воспитывать культуру питания, положительную мотивацию к ведению здорового образа жизни.
4. Развивать правильную разговорную речь, правильное произношение, интеллектуальное и личностное развитие ребёнка. Воспитание культуры общения в коллективе и активной совместной коллективной деятельности.

Оборудование:

1. Ноутбук, проектор, экран
2. Плакаты о здоровом питании, 8-б класс
3. Буклеты.

Участники: учащиеся 8-а, б, в, г классов

Место проведения: актовый зал школы

Предварительная подготовка:

1. Каждому классу дается задание: подготовить презентацию и плакат (коллаж) по теме.

8-а класс – «Здоровое питание»

8-б класс – «Личная гигиена»

8-в класс – «Влияние спорта на здоровье человека»

8-г класс – «Вредные привычки»

Ход круглого стола:

1. Вступительное слово:

Добрый день, ребята! Сегодня мы с вами собрались здесь за круглым столом, чтобы обсудить вопросы, касающиеся нашего здоровья и его сохранения.

Прежде чем начать работу нашего круглого стола, мне бы хотелось рассказать вам притчу «Все в твоих руках»:

«Жил-был мудрец, который знал все. Один человек захотел доказать, что мудрец знает далеко не все. Зажав в ладонях бабочку, он спросил: «Скажи, мудрец, какая бабочка у меня в руках: мертвая или живая?» А сам думает: «Скажет живая – я её  умертвлю, скажет мертвая – я её выпущу» Мудрец, подумав, ответил: «Все в твоих руках».

В наших руках возможность сохранить и укрепить свое здоровье!!!

А, что мы должны делать для этого, сейчас мы узнает в ходе работы нашего круглого стола.

1. Представление рабочих групп круглого стола.

8-а класс – «Здоровое и правильное питание»

8-б класс – «Личная гигиена»

8-в класс – «Влияние спорта на здоровье человека»

8-г класс – «Вредные привычки»

1. Выступление 8-а класса с презентацией «Здоровое и правильное питание».

Вывод: Источник здоровья, силы, бодрости и красоты в правильном питании!

1. Выступление 8-б класса с сообщением по теме «Личная гигиена»

Вывод: Чистота – залог здоровья!

1. Выступление 8-в класса с презентацией «Влияние спорта на здоровье человека».

Проведение физкультминутки.

**Физкультминутка**

Стали мы учениками (шагаем на месте),   
Соблюдаем режим сами (хлопки в ладоши):   
Утром мы, когда проснулись (прыжки на месте),   
Улыбнулись, потянулись (потягивание),   
Для здоровья, настроения (повороты туловища вправо-влево)  
Делаем мы упражнения (рывки руками перед грудью):   
Руки вверх и руки вниз (рывки руками поочередно вверх-вниз),   
На носочки поднялись (поднялись на носочки).   
То присели, то нагнулись (присели, нагнулись)   
И опять же улыбнулись (хлопки в ладоши),   
А потом мы умывались (потянулись, руки вверх - вдох-выдох),   
Аккуратно одевались (повороты туловища влево-вправо).   
Завтракали не торопясь (приседания),   
В школу, к знаниям, стремясь (шагаем на месте).

1. Выступление 8-г класса с докладом: «Вредные привычки»
2. Заключительное слово:

Наше обсуждение подошло к концу. И завершить его хотелось словами «Каждый – кузнец собственного здоровья». Сегодня мы поговорили о здоровом образе жизни. Обсуждая эту проблему мы учились вести дискуссию, учились слушать и слышать друг друга. В заключение слово предоставляется представителям от каждого класса.

1. Учащиеся в заключение рассказывают стихи:

1 ученик: Быть здоровым – это модно!  
 Дружно, весело, задорно  
 Становитесь на зарядку.  
 Организму – подзарядка!  
  
2 ученик: Знают взрослые и дети  
 Пользу витаминов этих:  
 Фрукты, овощи на грядке –  
 Со здоровьем все в порядке!  
  
3 ученик: Также нужно закаляться,  
 Контрастным душем обливаться,  
 Больше бегать и гулять,  
 Не ленится, в меру спать!  
  
4 ученик: Ну а с вредными привычками  
 Мы простимся навсегда!  
 Организм отблагодарит –  
 Будет самый лучший вид!

1. Раздача буклетов. Награждение всех участников сладкими призами.

Список источников:

1. <http://festival.1september.ru/articles/641769/>
2. <http://infourok.ru/material.html?mid=6178>
3. <http://resyrscentr1702.ucoz.ru/publ/poleznaja_informacija_dlja_pedagogov/klassnye_chasy/klassnyj_chas_quot_uchis_byt_zdorovym_quot/16-1-0-69>