СРЕДНЯЯ ШКОЛА – ГИМНАЗИЯ №12

**Классный час**

***«Жеке бастың тазалығы - саламатты өмір кепілі»***

***«Здоровый образ жизни и личная гигиена»***

Цели:

* Формировать у детей позиции признания ценности здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья;
* Расширять знания и навыки по гигиенической культуре;
* Прививать у детей необходимость беречь и укреплять своё здоровье.

**Форма проведения:** игра.

**Оборудование:** детские рисунки, карточки, фотографии, грамоты, название команд, кроссворд, ромашки.

Подготовили: уч. нач. классов

Гамзякова Анна Алексеевна

ТАЛДЫКОРГАН, 2014 ГОД

Ход мероприятия

**Учитель:**

Приветствуем всех, кто время нашел

 И в школу на праздник здоровья пришел!

 Пусть зима стучит в окно,

 Но в зале у нас тепло и светло!

 Мы здесь подрастаем, мужаем мы здесь.

 И набираем, естественно вес!

 Всегда мы здоровы, с зарядкой дружны,

 Нам спорт с физкультурой как воздух нужны,

 А с ними порядок, уют, чистота,

 Эстетика. В общем, сама красота!

 Здоровье свое сбережем с малых лет.

 Оно нас избавит от болей и бед.

**I. Представление команд**

(Команды по очереди показывают свои эмблемы и говорят девизы)

“**Чистюли”:**

Мы чистюли лучше всех

Сегодня к нам придет успех.

Витамины поглощайте

 И здоровью помогайте.

**“Крепыши”:**

Мы крепыши не малыши,

 В игрушки не играем,

 Мы любим спорт и мы сильны,

 И вам не проиграем!

**Учитель:**

Здоровье – это главная ценность в жизни человека. Его не купишь ни за какие деньги. Будучи больным, вы не сможете воплотить в жизнь свои мечты..

- А что значит быть здоровым? Как вы это понимаете?

***Здоровый человек – это*** *(ответы детей) крепкий, здоровый, выносливый, ловкий, стройный ит.д.*

Здоровый человек – это состояние полного душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или повреждений.

**II. Конкурс “Домашнее задание”.**

*Каждой команде было задано подобрать 5 загадок о фруктах и овощах.*

**III. Конкурс “Полезная привычка”.**

*Перед каждой командой находится ромашка на каждом лепестке необходимо написать полезные советы для других команд, которые помогают укреплять и сохранять здоровье.*

**Ведущий:**

Все эти советы помогут вам формированию одной, самой нужной и необходимой человеку привычки - сохранять свое здоровье.

Гигиену очень строго

 Надо соблюдать всегда.

 Под ногтями грязи много,

 Хоть она и невидна.

 Грязь микробами пугает

 Ох, коварные они!

 Ведь от них заболевают

 Люди в считанные дни.

 Если руки моешь с мылом,

 То микробы поскорей

 Прячут под ногтями силу,

 И глядят из под ногтей.

 И бывают же на свете,

 Словно выросли в лесу.

 Непонятливые дети:

 Ногти грязные грызут.

 Не грызите ногти, дети,

 Не тяните пальцы в рот.

 Это правило, поверьте,

 Лишь на пользу вам пойдёт.

**IV. Конкурс “Здоровье”**

Нужно на каждую букву этого слова придумать и записать слова, которые имеют отношение к здоровью, здоровому образу жизни. За каждое правильно подобранное слово

З - здоровье, зарядка, закалка,

Д - диета, душь, диетолог,

О - отдых

Р - режим, расческа, ракетка, рюкзачок

В - вода, витамины, врач

Ь -

Е - еда

**V. Конкурс “Спорт”**

*За 3 минуты написать листочке, как можно больше спортивных игр*

**VI . Конкурс « Блицтурнир для капитанов»**

*Отгадать загадку, о том, что является друзьями здоровья. Капитанам загадываются загадки. Если капитан не отгадал, то очередь переходит следующей команде.*

1. Костяная спинка,

Жесткая щетинка

С мятной пастой дружит,

Нам усердно служит (зубная щетка)

2. Там, где губка не осилит,

 Не домоет, не домылит,

 На себя я труд беру:

 Пятки, локти с мылом тру,

 И коленки оттираю,

 Ничего не забываю. (мочалка).

3. Лег в карман и караулит – реву, плаксу и грязнулю,

 Им утрет потоки слез, не забудет и про нос. (платочек)

4. Гладко и душисто,

 Моет очень чисто,

Нужно, чтоб у каждого было.

Что это? (мыло)

5. Хожу-брожу не по лесам,

А по усам, по волосам,

И зубы у меня длинней,

Чем у волков и медведей. (расческа)

6. Вафельное и полосатое,

 Ворсистое и мохнатое,

Всегда под рукою -

Что это такое? (полотенце)

**VII. Конкурс “Кроссворд”**

 

**ПО ВЕРТИКАЛИ**

1. Перетянул приятель – хват

 Одной рукой в борьбе \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2. Он качалка и кровать

 Хорошо на нём лежать.

 Он в саду или в лесу

 Покачает на весу.

4. Мяч ногами бьём – футбол,

 А руками? - \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

6. Любит по лесу гулять,

 В палатке спать,

 И костёр разжигать.

7. Бега, двадцать попасть

 В цель стремятся,

 Двое стоят – преграды чинят.

 Избрали для боя зеленое поле,

 Обычно час тридцать побоище длится.

8. Я катаюсь на нём до вечерней поры,

 Но ленивый мой конь

 Возит только с горы.

 А на горку всегда сам

 Пешком я хожу

 И коня своего за верёвку вожу

**ПО ГОРИЗОНТАЛИ**

3. Клюшкой её по льду мы гоняем

 И в ворота забиваем.

5. Игра спортивная есть

 Любителей её не счесть.

 Мяч летит, и в поле сетка,

 А в руках у нас \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

9. Это, дети, не турист

 В гору лезет \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 10. Вышла на лёд ватага ребят,

 Клюшки об лёд громко звенят.

 И шайба летит,

 Мы крикнем: «О,кей!»

 Игры не лучше, чем \_\_\_\_\_\_\_\_\_

11. Игра отличная футбол,

 Уже забили первый \_\_\_\_\_\_\_\_\_

**VIII .Подведение итогов.**

*Объявляются победители. Команды награждаются грамотами.*

**Учитель:**

Здоровье – неоценимое счастье в жизни любого человека. Каждому из нас присуще желание быть сильным и здоровым, сохранить как можно дольше подвижность, энергию и достичь долголетия.

Надеемся, что сегодня встреча не прошла даром, и вы многое почерпнули из нее. Ведь “Здоров будешь – всё добудешь!”

Так что будьте здоровы!