**День Знаний.**

**Классный час в 1-4 классе СКК на тему «Здоровый ребёнок 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, презентация о здоровом образе жизни.

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!

Теперь главная ваша работа - прилежно учиться, участвовать в различных конкурсах, раскрывать свои таланты. Желаю вам учебных ,также спортивных побед.

Тема нашего сегодняшнего классного часа « Здоровый ребёнок в здоровой семье».

**ПРЕЗЕНТАЦИЯ .Слайд № 1.**

Прочитайте.(ВСЕМ ИЗВЕСТНО И ПОНЯТНО,

ЧТО ЗДОРОВЫМ БЫТЬ ПРИЯТНО

ТОЛЬКО НАДО ЗНАТЬ

КАК ЗДОРОВЫМ СТАТЬ.)

*--А КАКОЙ ДОЛЖЕН БЫТЬ ЗДОРОВЫЙ ЧЕЛОВЕК?*

**ПРЕЗЕНТАЦИЯ. Слайд № 2.**

*Из трёх столбиков давайте выберем верный.*

*Прочитайте что получилось.*

*Здоровый человек- это стройный,сильный, ловкий, бодрый, энергичный, весёлый человек.*

Наверное, в каждой семье есть свои секреты сохранения здоровья, свои традиции здорового образа жизни.

Может быть, кто-то всей семьёй совершает велопрогулки ЛЕТОМ или зимой прогулки на лыжах? Поделитесь, пожалуйста.

**ПРЕЗЕНТАЦИЯ .Слайд № 3.**

Попробуем вывести формулу здоровья.- какие правила нужно соблюдать чтобы быть здоровым.

Соедините строку первого столбика со строкой второго столбика.

Прочитайте полученные правила.

Самое основное правило школьника – соблюдение режима дня.

**Презентация. Слайд № 4. «Режим дня»**

*Правильно распределить картинки.*

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!

**Презентация.Слайд № 5.**

Знаете ли вы, что нужно для здоровья? – здоровая пища.

Давайте поиграем, 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!

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!

**Презентация.Слайд № 6 «Расшифровщик»**

*Расшифруйте предложение.*

*Скажи,что ты ешь,*

*И я скажу кто ты есть.*

**Презентация.Слайд № 7.**

*Нужно продукты положить правильно в корзины. В одной продукты полезные для здоровья, в другой вредные.*

**Презентация.Слайд № 8.**

Из данных слов составь пословицу.

*Здоровье дороже богатства.*

**Презентация.Слайд № 9.**

*Болезнь человека не красит.*

**Презентация.Слайд № 10.**

*Здоровому всё здорово*..

**Презентация.Слайд № 11.**

*Мама папа и я- здоровая семья.*

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.

Список литературы:

Аверина И.Е. Физкультурные минутки и динамические паузы в дошкольных образовательных учреждениях: практическое пособие. М.,2008 г-144с.