**Внеклассное мероприятие.**

**Тема “Моё здоровье” (1 класс)**

**Классный руководитель Лазнева Е.В.**

**Цель**: Ознакомить учащихся с основными правилами здорового образа жизни.  
**Задачи:**  
• Формировать у учащихся основные знания о здоровом образе жизни. Привлекать учащихся к своевременной профилактики заболеваний.  
• Развивать речь, память, образное мышление, сообразительность.  
• Воспитывать бережное отношение к своему здоровью.  
**Оборудование:** мультимедийный проектор, презентация “Мы за здоровый образ жизни”, рисунки, иллюстрации, кроссворд.

**Содержание урока**

1. Организационный момент  
   – Здравствуйте, ребята! Угадали, кто я? Я –Доктор Айболит.  
   Я открою семь секретов,  
   Как здоровье сохранить.  
   Выполняя все секреты,  
   Без болезней будем жить.  
   – Каждый из вас хочет быть здоровым и крепким? Чтобы им стать надо заботиться о своем здоровье.
2. Предлагаю девиз нашего занятия.

***Я умею думать,***

***Я умею рассуждать,***

***Что полезно для здоровья,***

***То и буду выбирать!(2 слайд)***

-Согласны? Доктор Айболит принес с собой загадки.Разгадаем мы загадки. И расскажем, для чего нужны нам эти предметы.

1. Жесткая щетинка, гладенькая спинка.   
Кто со мной не знается, тот от боли мается.(зубная щетка)  
  
2. Частый, зубастый, вцепился в чуб вихрастый. (Гребешок)  
3. Ускользает, как живое, но не выпущу его я.  
Дело ясное вполне – пусть помоет руки мне.(мыло)  
4. Вафельное и полосатое, гладкое и лохматое,  
Всегда под рукою – что это такое?(полотенце)

III- Ну что ж, для чего нужны все эти предметы?( Ответы детей)

-Правильно. **Для соблюдения личной гигиены.**

Какие правила вы знаете?**(3 слайд)**

**Чистота- залог здоровья( 4 слайд)**

**Здоровое питание.( 5 слайд)**

-Какие продукты полезны детям?( Ответы детей)

Правильно. Кто знает какие правила нужно соблюдать для правильного питания? (**6 слайд**)

IV Физкультминутка  
Вбегает Хомка.  
Х.- Вы устали? Так дружно встали! На зарядку становись! Отдохнем сейчас мы с вами!  
“Хомка”  
Хомка, хомка, хомячок.  
Полосатенький бочок.  
Хомка раненько встает:  
Спинку моет, щечки трет,  
Подметает хомка хатку,  
И выходит на зарядку,  
Раз, два, три, четыре, пять,  
Хомка сильным хочет стать!

**Движение-это жизнь.(7слайд)**

-Что нужно мышцы тела были сильными и упругими? (ответы детей)

-Правильно.

V. Режим дня.  
Х. – Вот видите ребята, даже я- хомка хочу быть и здоровым и сильным! А для этого, что я делаю?  
Д.А. – Рано встаешь, умываешься и выходишь на зарядку. Ты живешь по режиму?  
Х. – Да, обязательно надо соблюдать режим дня.

-Каким же он должен быть? (**8слайд)**

Д.А.– Молодцы, ребятки! Ну, спасибо!

VI. Спорт и твое здоровье**.( 9 слайд)**  
 – Знаете, а ведь, чтобы укреплять здоровье, надо обязательно заниматься спортом. Ребята, а кто из вас занимается в спортивных секциях? Поднимите руки!

-Какие виды спорта вы знаете? (Ответы детей)

- А в школе -это вид – фИЗКУЛЬТ-УРА!  
Д.А. – Так сделаем для себя вывод! Мы за здоровье страны! Будем беречь своё здоровье! Скажем: «Нет вредным привычкам!» **(10 слайд)**

**11 слайд Эмоции,чувства.**

**12 слайд Хорошее настроение.**

VII.Рефлексия. Оцените свою деятельность на занятии. Прикрепите ваши смайлики.

**А вот и семь секретов здоровья**

**13,14 ,15 слайды**

VIII. Песня “Улыбка»

Доктор Айболит:

– Здравствуйте, ребята! Угадали, кто я? Я –Доктор Айболит.  
Я открою семь секретов,  
Как здоровье сохранить.  
Выполняя все секреты,  
Без болезней будем жить.

Д.А. – Рано встаешь, умываешься и выходишь на зарядку. Ты живешь по режиму?

Д.А. – Молодцы, ребятки! Ну, спасибо!

Д.А. – Так сделаем для себя вывод! Мы за здоровье страны! Будем беречь своё здоровье! Скажем: «Нет вредным привычкам!»

Хомячок:( Вбегает Хомка.)  
Х.- Вы устали? Так дружно встали! На зарядку становись! Отдохнем сейчас мы с вами!  
“Хомка”  
Хомка, хомка, хомячок.  
Полосатенький бочок.  
Хомка раненько встает:  
Спинку моет, щечки трет,  
Подметает хомка хатку,  
И выходит на зарядку,  
Раз, два, три, четыре, пять,  
Хомка сильным хочет стать!

Х. – Вот видите ребята, даже я- хомка хочу быть и здоровым и сильным! А для этого, что я делаю?

Х. – Да, обязательно надо соблюдать режим дня.