

## Классный час «Здоровые дети - в здоровой семье»

Классный руководитель Пронина О.И. 7класс

**Цель:** - воспитание потребности к здоровому образу жизни;

**Задачи:** - повышать ответственность взрослых за укрепление здоровья детей;

- развивать спортивные умения и навыки, интерес к спорту;

- воспитывать понимания важности здоровья для будущего самоутверждения.

**Форма проведения:** - коллективная творческая игра;

**Место проведения:** класс

**План проведения:** 1. Вступительное слово учителя.

2. Беседа о здоровье – главной ценности человека.

3. Выступления учеников.

4. Презентация «Сегодня в моде здоровый образ жизни»

5. Коллективная творческая игра «Здоров будешь – все добудешь»

6. Подведение итогов.

**Материалы и оборудование:** - проектор;

- компьютер;

- презентация «Сегодня в моде здоровый образ жизни»,  
выполненная классным руководителем

**Ход мероприятия:**

**Вступление: учитель:** Здравствуйте, дети и гости! Я говорю, Вам здравствуйте, а это значит, я всем Вам желаю здоровья. Слово «здравствуйте» очень старое. Связано оно со словом «дерево». Когда-то давно люди, произнося слово «здравствуйте», желали другим быть здоровыми, крепкими, могучими, как дерево. И теперь, когда мы произносим это слово, желаем человеку быть здоровым, крепким, сильным.

Слово «здравствуйте» - одно из главных, первых слов. Вы услышали его сразу, как только начали жить, говорить, ходить. На первый взгляд это обычное слово. Однако в нем содержится все: и тепло, и встречи, и рукопожатие друзей, и теплые пожелания здоровья. А задумывались ли вы, почему в приветствие людей друг друга заложено пожелание здоровья. А потому что здоровье – это самая главная ценность человека. А о здоровье, к сожалению, мы начинаем говорить с вами лишь тогда, когда его теряем. И нашу сегодняшнюю встречу, я решила посвятить здоровью. Здоровье детей за последние годы имеет устойчивую тенденцию к ухудшению. И речь идет не только о физическом, но и психическом здоровье. Как сделать, чтобы сохранить и укрепить здоровье детей? Здоровье детей - забота всех. Вряд ли можно найти родителей, которые не хотят, чтобы их дети росли здоровыми.

Ну, а каков по вашему мнению, здоровый ребенок?

(Высказывания детей.)

**учитель:** «Что же такое здоровье?» слайд4-8

Здоровье – это сила и ум, настроение, эмоциональное состояние.

Здоровье – это красота.

Здоровье – это самое большое богатство.

Здоровье – это счастье.

**Учитель.** «Здоровье не купишь – его разум дарит» - под таким девизом проведем «Блицтурнир». Ведущий читает загадки, команды на листочках записывают отгадки.  
Слайд9

1. Весной растет, летом цветет, осенью осыпается, зимой отсыпается.

А цветок – на медок, лечит от гриппа, кашля и хрипа. (*Луна*)

2. Растет она вокруг, она – и враг и друг.

Как иглы волоски покрыли все листки.

Сломи хоть волосок – и каплет едкий сок  
На кожу – хоть ори! О-о-ой, волдыри!  
Но если дружишь с ней – ты многих здоровей:  
В ней витаминов – клад, весной ее едят. (**Крапива**)

3. Есть корень кривой и рогатый,  
Целебною силой богатый,  
И может, два века он ждет человека  
В чащобе лесной под кедровой сосной. (**Женьшень**)

4. Почему я от дороги далеко не отхожу?  
Если ты поранишь ноги, я им помощь окажу.  
Приложу ладошку к ране – боль утихнет и опять  
Будут ноги по дороге в ногу с солнышком шагать. (**Подорожник**)

5. Он шипы свои выставил колкие,  
Шипы у него, как иголки.  
Но мы не шипы у него соберем –  
Полезных плодов для аптеки нарвем. (**Шиповник**)

**Учитель.** «Здоровье». Нужно на каждую букву этого слова найти слова, которые имеют отношение к здоровью, здоровому образу жизни. Слайд10

Например:

- З – здоровье, зарядка, закалка, зубной врач;
- Д – диета, доктор;
- О – отдых, очки;
- Р – режим, расческа, ракетка;
- В – вода, витамины, врач;
- Е – еда.

**Учитель.** *Здоровье – неоценимое счастье в жизни любого человека. Каждому из нас присуще желание быть сильным и здоровым, сохранить как можно дольше подвижность, бодрость, энергию и достичь долголетия. Надеюсь, что сегодняшняя игра не прошла даром, и вы многое почерпнули из нее. Ведь «Здоров будешь – все добудешь!» Так будьте здоровы!!!*