

Классный час в 1 классе.

Тема: «Наше здоровье».

Задачи занятия:

1. Объяснить детям, что безопасных лекарств не бывает.
2. Способствовать формированию у детей отношения к здоровью как к ценности.
3. Показать факторы, влияющие на здоровье.

Оборудование: большой плакат «Цветок здоровья», рисунки.

Ход занятия:

- I. Организация группы.
- II. Работа над новым материалом.
 1. Беседа.

Учитель: Сегодня на уроке пойдет речь о здоровом образе жизни и о нашей ответственности за здоровье.

Рассмотрите рисунок (*цветок в горшке*).

Назовите условия, которые нужны цветку, чтобы он вырос здоровым и красивым.

Дети: Растению нужны: свет, вода, удобрения.

Учитель: Все живое, в том числе и человек, для роста и развития требуют определенных условий. Что нужно детям?

Дети: Еда, одежда, дом, родители, которые их любят, школа, в которой они учатся.

Учитель: Подумайте, чем отличается больной человек от здорового? По каким признакам можно определить, что человек болен?

Дети: Плохое настроение, кашель, насморк, сонливость.

Учитель: Посмотрите на рисунки. Назовите, что плохо влияет на здоровье и что укрепляет его?

(*Рисунки: человек много ест; лежит, смотрит телевизор; курит; занимается зарядкой.*)

Дети: Заниматься зарядкой - это укрепляет здоровье, а остальное – плохо влияет на здоровье.

Учитель: Для чего нужно иметь хорошее здоровье? Что может позволить себе здоровый человек и чего не может больной?

Дети: Больной человек должен находиться дома, пить лекарства, соблюдать режим.

А здоровый может гулять, заниматься спортом, вести активный образ жизни.
(Рассматривание рисунков ребятами).

Учитель: Наше здоровье во многом зависит от нас самих. Иногда люди совершают такие поступки, которые приводят к болезни. К ним относится: несоблюдение правил безопасности, личной гигиены; употребление лекарств без назначения врача; курение, алкоголь. Такое поведение является безответственным по отношению к своему здоровью.

А как вы думаете, какие поступки укрепляют здоровье?

Дети: Зарядка, закаливание, соблюдение режима дня, занятия спортом.

Учитель: Такое поведение является ответственным. Оно способствует укреплению здоровья.

III. Закрепление пройденного.

1. Нарисовать в лепестках цветка то, что вы будете делать для укрепления своего здоровья.
2. Обобщить примеры укрепления здоровья. Написать их на большом плакате «Цветок здоровья».

IV. Итог классного часа.

Учитель: Что нового мы узнали на уроке?

Дети: Здоровье человека зависит от многого, но прежде всего от принимаемых человеком решений и поступков.

Чтобы расти и учиться, нам надо заботиться о своем здоровье.