

«Журавлёвская школа» Симферопольского района Республики Крым  
ОКПО 00830061 Код ОГРН 1159102024146 ИНН/КПП9109009819/910901001  
ул. Мира, 15-а, с. Журавлёвка, Симферопольский район, Республика Крым, 297512,  
тел. (3652) 325-183, e-mail: [zhuravlevka.simferopolskiy@mail.ru](mailto:zhuravlevka.simferopolskiy@mail.ru)

## Классный час во 2 классе



*Мы за здоровый образ жизни!*

Подготовила и прове  
учитель начальных класс  
Серикова Л.

с.Журавлёвка

расширение знаний учеников о здоровом образе жизни, о том, как поддерживать и беречь здоровье  
формировать у учащихся здоровый образ жизни.

задачи: 1. Донести до учащихся важность и значимость здорового образа жизни для человека.

2. Научить основам здорового образа жизни.

3. Привлечь родительскую общественность к данной проблеме.

### Ход

#### Вступительное слово.

Здравствуйте ребята!

Счастливый день, счастливый час,  
Здесь мы рады видеть Вас!  
Всем известно, всем понятно,  
Что здоровым быть приятно.  
Только надо твердо знать,  
Как здоровье сохранять.  
С кем, ребята вы дружны?  
Знать об этом все должны  
Солнце, воздух, спорт, вода -  
Наши лучшие друзья!

Я задам вам вопросы  
вы быстро и дружно

и вместе отвечайте:

Таких, что с физкультурой  
Не дружат никогда  
Не прыгают, не бегают,  
А только спят всегда.

Кто любит лыжи и коньки  
на футбол их не зови  
Скройте мне секрет  
Кто из собравшихся здесь нет?

Ответ: Нет.

Кто с работой дружен  
Кто сегодня нужен?

Ответ: Нужен.

Кому ребятам хвала и честь  
Кто ребятам из собравшихся есть?

Ответ: Есть.

Сегодня мы поговорим на тему «Мы за здоровый образ жизни». И мне нужны честные, смелые,  
умелые и умелые ребята, умеющие постоять за себя и друга в беде не оставить.

Кто скажет, что значит здоровый образ жизни? (...)

Соблюдение всех правил, норм для поддержания хорошего здоровья. Сейчас в первом конкурсе  
мы закрепим понятия, которые связаны со здоровым образом жизни.

Конкурсы.

#### Конкурс «Анаграммы»


Представители команд выходят и получают листочки и карандаши. На листочках записаны в разном  
порядке буквы. Нужно собрать слово, связанное со здоровьем.

Кто быстрее?

УЛЬФИТРАУ – физкультура

САЗАРЯ – зарядка

САЗАКА – закалка



САПРОГУ – прогулка

Конкурс «Загадки – помощники гигиены»

Соблюдение здорового образа жизни неразрывно связано с правилами гигиены. А в соблюдении правил гигиены нашими помощниками могут быть, кто вы узнаете, отгадав загадки и нарисовав гадки.

Пладко, душисто, моет чисто

Важно, чтоб у каждого было

Что, ребята? *(мыло)*

Целых 25 зубков

И кудрей и хохолков

Под каждым под зубком

Лгут волосы рядком. *(расчёска)*

Зафельное, полосатое,

Садкое, лохматое,

Всегда по рукою,

Что это такое? *(полотенце)*

Золосистою головкой

В рот она влезает ловко

Считает зубы нам

Каждый утрам. *(зубная щётка)*

Голько ей судья кивнёт

И бревну скакать начнёт!

Длинной ленточкой попляшет

Брусьев ножками помашет

Потом попьёт воды

Ждёт оценок за труды. *(гимнастка)*

Есть лужайка в нашей школе

На ней козлы и кони

Вывираемся мы тут

Всего 45 минут

В школе кони и лужайка,

Что за чудо угадай-ка? *(спортзал)*

Двухметровая детина

Ляжет к мячу, за ним второй

Идёт корзина – то с дырой! *(баскетбол)*

10 плюс один кого-то

Лягут хотят загнать в ворота

И 11 других

И пусть стремятся их. *(футбол)*

Зелёный луг,

И скамеек лишь вокруг,

И ворот до ворот

И кто бегаёт народ

И в воротах этих

И бацкие сети. *(стадион)*

Лёд вокруг прозрачный, плоский

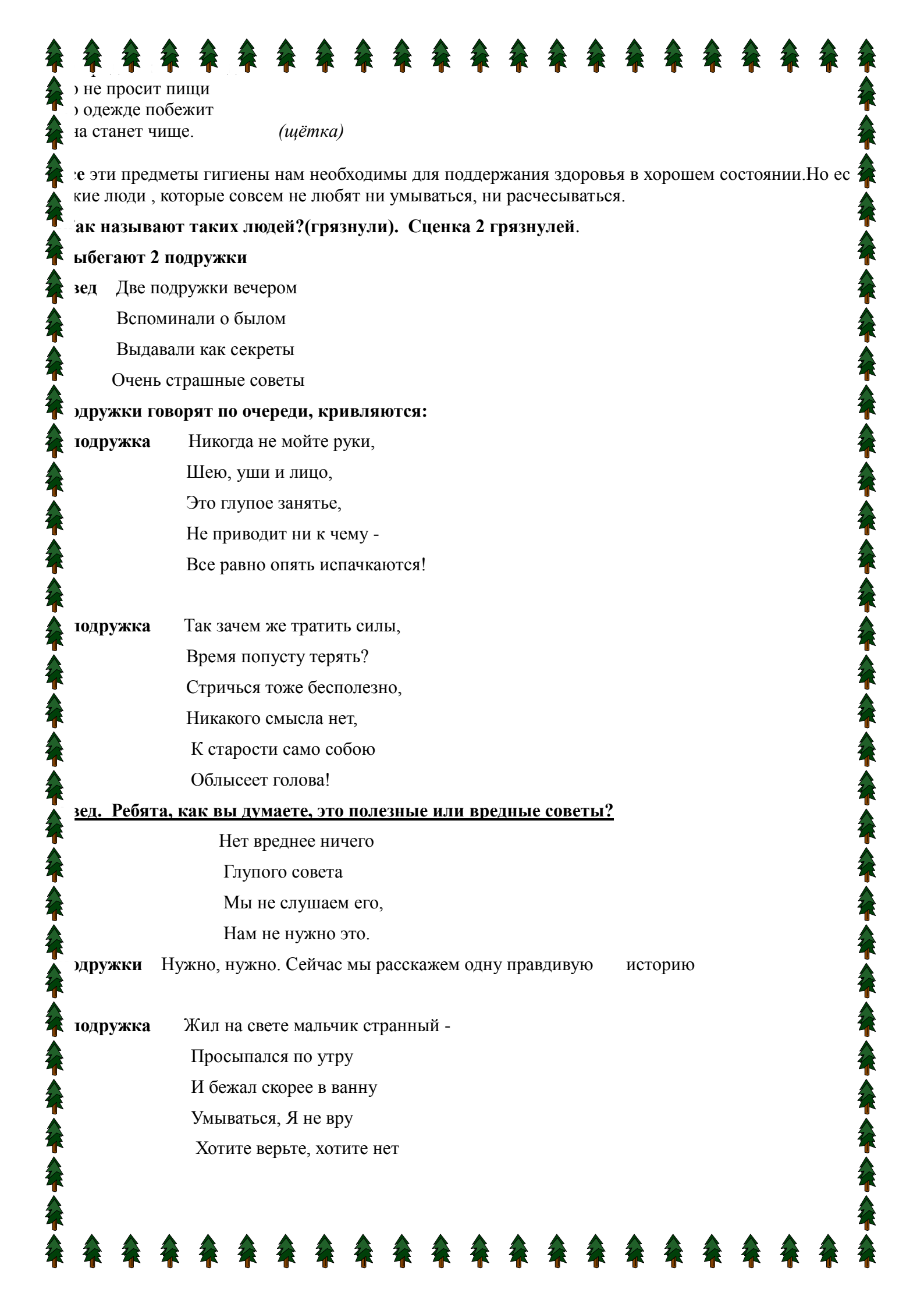
И железные полоски

Над ними кто-то пляшет

И прыгает, руками машет. *(фигурист)*

Кто по снегу быстро мчится

И скользиться не боится? *(лыжник)*



не просит пищи  
одежде побежит  
на станет чище.

(щётка)

е эти предметы гигиены нам необходимы для поддержания здоровья в хорошем состоянии. Но есть такие люди, которые совсем не любят ни умываться, ни расчесываться.

как называют таких людей?(грязнули). Сценка 2 грязнулей.

убегают 2 подружки

вед Две подружки вечером  
Вспоминали о былом  
Выдавали как секреты  
Очень страшные советы

одружки говорят по очереди, кривляются:

одружка      Никогда не мойте руки,  
                  Шею, уши и лицо,  
                  Это глупое занятие,  
                  Не приводит ни к чему -  
                  Все равно опять испачкаются!

одружка      Так зачем же тратить силы,  
                  Время попусту терять?  
                  Стричься тоже бесполезно,  
                  Никакого смысла нет,  
                  К старости само собою  
                  Облысеет голова!

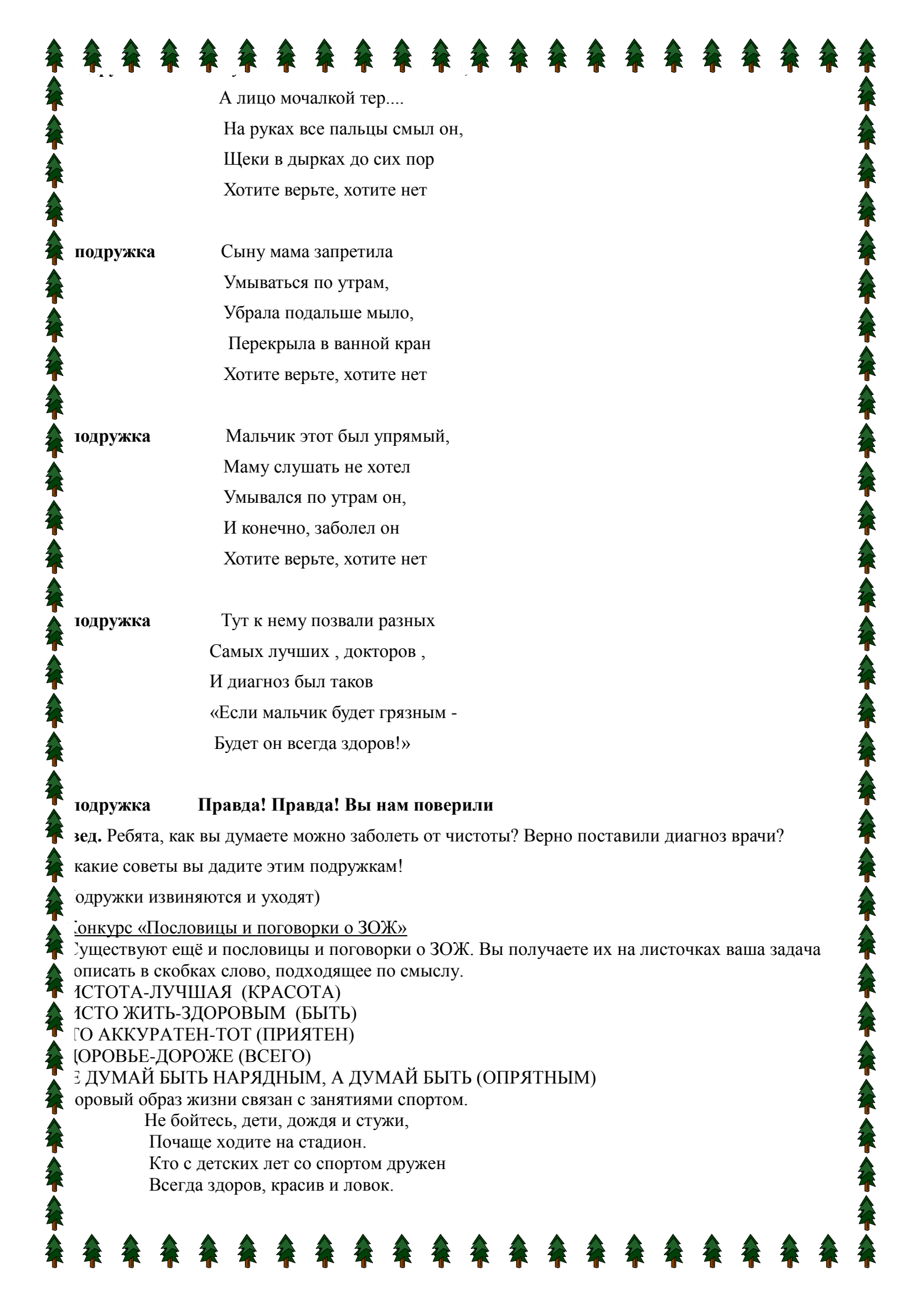
вед. Ребята, как вы думаете, это полезные или вредные советы?

Нет вреднее ничего  
Глупого совета  
Мы не слушаем его,  
Нам не нужно это.

одружки      Нужно, нужно. Сейчас мы расскажем одну правдивую историю

одружка      Жил на свете мальчик странный -  
                  Просыпался по утру  
                  И бежал скорее в ванну  
                  Умываться, Я не вру  
                  Хотите верьте, хотите нет





А лицо мочалкой тер....  
На руках все пальцы смыл он,  
Щеки в дырках до сих пор  
Хотите верьте, хотите нет

**подружка**

Сыну мама запретила  
Умываться по утрам,  
Убрала подальше мыло,  
Перекрыла в ванной кран  
Хотите верьте, хотите нет

**подружка**

Мальчик этот был упрямый,  
Маму слушать не хотел  
Умывался по утрам он,  
И конечно, заболел он  
Хотите верьте, хотите нет

**подружка**

Тут к нему позвали разных  
Самых лучших , докторов ,  
И диагноз был таков  
«Если мальчик будет грязным -  
Будет он всегда здоров!»

**подружка**

**Правда! Правда! Вы нам поверили**

зед. Ребята, как вы думаете можно заболеть от чистоты? Верно поставили диагноз врачи?

какие советы вы дадите этим подружкам!

одружки извиняются и уходят)

Конкурс «Пословицы и поговорки о ЗОЖ»

Уществуют ещё и пословицы и поговорки о ЗОЖ. Вы получаете их на листочках ваша задача описать в скобках слово, подходящее по смыслу.

ИСТОТА-ЛУЧШАЯ (КРАСОТА)

ИСТО ЖИТЬ-ЗДОРОВЫМ (БЫТЬ)

ГО АККУРАТЕН-ТОТ (ПРИЯТЕН)

ОРОВЬЕ-ДОРОЖЕ (ВСЕГО)

Э ДУМАЙ БЫТЬ НАРЯДНЫМ, А ДУМАЙ БЫТЬ (ОПРЯТНЫМ)

Здоровый образ жизни связан с занятиями спортом.

Не бойтесь, дети, дождя и стужи,

Почаще ходите на стадион.

Кто с детских лет со спортом дружен

Всегда здоров, красив и ловок.



ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ.

желаю вам, ребята,  
быть здоровыми всегда,  
чтобы добиться результата  
возможно без труда.  
Старайтесь не лениться,  
каждый раз перед едой  
каждое утро за стол садиться,  
руки вымойте водой.  
Зарядкой занимайтесь  
каждое утро по утрам.  
Конечно закаляйтесь,  
что так поможет вам всегда.  
Каждым воздухом дышите  
каждую возможность всегда,  
и прогулки в лес ходите  
и вам силы даст, друзья.

Тренировка «Да» — «Нет»

- Зарядка по утрам нужна? (Да)
- Раз в неделю делается она? (Нет)
- Мяч, скакалку мы берем? (Да)
- И в кладовку их несем? (Нет)
- В доме есть у вас кровать? (Да)
- Лежа правильно читать? (Нет)
- Хочется красивым быть? (Да)
- Лишний вес в себе носить? (Нет)
- Хорошо все отвечали? (Да)
- Очень сильно вы устали? (Нет)