

МБОУ Кошурниковская СОШ №8
Открытый классный час «Полезные и вредные привычки»
/начальные классы/

Учитель: Гилева Н.П..

**«Никто не заботится о тебе
лучше, чем ты сам».**

Цель: формировать представление учащихся о здоровом образе жизни.
Задачи: систематизировать знания обучающихся о полезных и вредных привычках, их влияние на здоровье; воспитывать бережное отношение к своему здоровью; развивать внимание, речь, мышление обучающихся.

Ход мероприятия

1.Сообщение темы

а)На доске рассыпались буквы. Соберите их, и вы узнаете тему сегодняшнего занятия.

Тема нашего занятия ПРИВЫЧКИ

б)Давайте составим план нашего сегодняшнего мероприятия.

- 1.Ответить на вопрос «Что такое ... ?»; (привычка)
- 2.Узнать, на какие привычки; (группы делятся)
- 3.Определить, как влияют ... на (привычки, человека)

2. Первая часть. «Что такое привычка?»

А кто знает, что такое **привычка**?

(Привычка-это то, что человек привык делать не задумываясь, почему он делает именно так.)

Мозговой штурм

Какие привычки есть у вас? У меня есть привычка ... (пример учителя. В руках у учителя мячик. После своего примера он передаёт мячик по очереди детям, которые называют свою привычку)

Какие ещё привычки вы знаете?

3.Вторая часть. На какие группы делятся привычки.

1) определение групп привычек

А сейчас мы постараемся определить, на какие 2 группы можно разделить все привычки человека.

Послушайте стихок И. Демьянов (*чтение ученика*)

« Коля, маленький лентяй,
За собою убирай!
У тебя ленивы руки:
Под столом ремень и брюки.
На полу рубашка,
Николай – неряшка!»

О каких привычках Коля рассказывает автор? (о лени и неряшливости).

Это для него вредно или полезно? Значит, как называются такие привычки ? **ВРЕДНЫЕ**

Послушайте ещё один отрывок из стихотворения А. Усатова

Я один у мамы сын

Нет у мамы дочки,

Как же маме мне помочь?

Постирать платочки?

Мыло пениться в корыте-

Я стираю, посмотрите!»

А в этом отрывке о каких привычках мальчика идёт речь?

Так как же можно назвать такие привычки? **ПОЛЕЗНЫЕ.**

На какие 2 группы делятся все привычки человека?

Полезные и вредные привычки.

Работа над группами привычек.

1) У каждого человека есть привычки. Надо воспитывать у себя полезные привычки и избавляться от вредных. Но для этого надо уметь отличать полезные привычки от вредных.

2) Работа с карточками.

Перед вами карточки. На них написаны привычки. Опираясь на тему занятия разложите их на группы..

- постоянно жевать жвачку
- Обманывать
- Умываться каждое утро
- Чистить зубы
- Грызть ногти, карандаш, ручку
- Класть вещи на место
- Делать зарядку
- Опаздывать
- Говорить правду
- Ленился
- Убирать за собой игрушки, учебники
- Помогать родителям
- Драться
- Выполнять режим дня
- Учить уроки
- Кричать
- Мыть руки перед едой
- Бросать мусор где попало

Обсуждение и проверка выполнения задания.

Вывод: Что такое вредные привычки? (приносят вред)

Почему они плохие? (делают человека неряшливым, грубым, забывчивым, драчливым и т. д.)

Что такое полезные привычки? (приносят пользу) Почему они полезные? (делают человека добрым, аккуратным, культурным...)

3) Работа в группах.

А сейчас давайте определим, какими привычками обладали герои следующих стихотворных строк: прочитайте их и попробуйте догадаться о полезных или вредных привычках идёт речь.

I группа :

В. Лившиц «Неряха»

Тротуар ему не нужен,

Расстегнувши воротник,

По канавам и по лужам

Он шагает напрямик!

Он портфель нести не хочет-

По земле его волочит.

Сполз ремень на левый бок.

Из штанины вырван клочок.
Мне, признаться, непонятно,
Что он делал? Где он был?
Как на лбу возникли пятна
Фиолетовых чернил?
Почему на брюках глина?
Почему фуражка блином
И расстегнут воротник?
Кто он, этот ученик?

Вредные привычки: (не умывался, был грязнулей, неряхой, не уважал труд других людей)

какую привычку необходимо приобрести мальчику? (**аккуратность**)

II группа:

Сказка Сухомлинского «Лентяй и Солнце»

- Солнышко, передвинься, пожалуйста, немного в сторону, мне жарко.

Солнце рассмеялось:

- Разве мыслимое дело, чтобы солнце передвигалось, куда Лентяю захочется?

Лентяй рассердился и закричал:

-Значит, ты не хочешь передвинуться?

- Не хочу!- ответило Солнце.

-Ах так!?- сказал Лентяй.- Тогда я назло тебе буду лежать здесь.

Вредные привычки: (лениться)

На какую привычку необходимо поменять лень? **Трудолюбие**

Совместное угадывание:

А. Усатова « **Почему я не болею?**

Почему я здоровее

Всех ребят из нашего двора?

Потому что утром рано

Заниматься мне гимнастикой не лень.

Потому что водой из-под крана

Обливаюсь я каждый день!»

Полезная привычка: **Беречь своё здоровье**

Частушки (исполняет родительница)

Вам, мальчишки и девчушки,

Приготовила частушки.

Если мой совет хороший,

Вы похлопайте в ладоши!

На неправильный совет

Говорите:

– Нет, нет, нет!

ЧАСТУШКИ

Не грызите лист капустный,

Он совсем-совсем невкусный,

Лучше ешьте шоколад,

Вафли, сахар, мармелад.

Это правильный совет?

Нет, нет, нет, нет.

Навсегда запомните,

Милые друзья,

Не почистив зубы,
Спать идти нельзя.
Если мой совет хороший,
Вы похлопайте в ладоши.

Зубы вы почистите
И идите спать.
Захватите булочку
Сладкую в кровать.
Это правильный совет?
Нет, нет, нет, нет.

СЦЕНКА «РЕЖИМ ДНЯ» (в исполнении мамы и сына)

(Действующие лица: Учитель и ученик.)

- А ты, Вова, знаешь, что такое режим?
- Конечно! Режим... Режим – куда хочу, туда скачу!
- Режим – это распорядок дня. Вот ты, например, выполняешь распорядок дня?
- Даже перевыполняю!
- Как же это?
- По распорядку мне надо гулять 2 раза в день, а я гуляю – 4.
- Нет, ты не выполняешь его, а нарушаешь! Знаешь, каким должен быть распорядок дня?
- Знаю. Подъём. Зарядка. Умывание. Уборка постели. Завтрак. Прогулка. Обед – и в школу.
- Хорошо...
- А можно ещё лучше!
- Как же это?
- Вот как! Подъём. Завтрак. Прогулка. Второй завтрак. Обед. Прогулка. Чай. Прогулка. И сон.
- Ну, нет. При таком режиме вырастет из тебя лентяй и неуч.
- Не вырастет!
- Это почему же?
- Потому что мы с бабушкой выполняем весь режим!
- Как это с бабушкой?
- А так: половину я, половину бабушка. А вместе мы выполняем весь режим.
- Не понимаю – как это?
- Очень просто. Подъём выполняю я, зарядку выполняет бабушка, умывание – бабушка, уборку постели – бабушка, завтрак – я, прогулку – я, уроки – мы с бабушкой, прогулку – я, обед – я...
- И тебе не стыдно? Теперь я понимаю, почему ты такой недисциплинированный.

Просмотр привычек:

3 часть. Подведение итогов.

Вывод: Мы прочитали, поговорили, посмотрели и пропели о разных привычках. Как вы думаете, а вам - ученикам какие привычки нужны?

Каким они сделают ученика?

Рефлексия

Ну а чтобы проверить, чему вы сегодня научились, я предлагаю каждому взять карточки, на которых написаны полезные или вредные привычки и прикрепить к соответствующей картинке:



болото



солнышко

Вывод:

Наши привычки формируем мы сами.

Нужно избавляться от вредных привычек и приобретать полезные.

Мне хочется закончить наше мероприятие вот такой пословицей

«Я здоровье сберегу – сам себе я помогу»

Использованные ресурсы:

Картинки из свободного доступа Интернет

<http://infourok.ru/klassniy-chas-privichkipoleznie-i-vrednie-klass-607350.html>

<http://infourok.ru/prezentaciya-klassnogo-chasa-vo-klasse-vrednie-privichki-373623.html>

<http://www.yandex.ru/clck/jsredir>