

ГБОУ школа интернат с. Малый Толкай
Конспект классного часа
«ПУТЕШЕСТВИЕ В СТРАНУ ЗДОРОВЬЯ»
Для обучающихся 1 класса

Составила и провела:
Учитель начальных классов
Левашкина Л.В.



Цель классного часа - обобщить знания детей о личной гигиене как приёме сохранения и укрепления здоровья.

Задачи:

1. Развивать умение применять полученные знания на практике, смекалку, концентрацию и переключение внимания, процессы мышления: анализ, синтез, сравнение, обобщение.
2. Воспитывать бережное отношение к своему здоровью, стремление к здоровому образу жизни.

Планируемые результаты

Личностные умения:

- проявлять интерес к своему здоровью;
- формировать личную установку на здоровый образ жизни

Метапредметные умения:

- объяснять понятия, связанные с темой
- использовать знаково-символические средства представления информации;
- производить логические действия обобщения, классификации, сравнения;
- выполнять учебное задание по алгоритму;
- оценивать правильность выполнения учебного задания;
- учитывать разные мнения в рамках учебного диалога.

Предметные умения:

- закрепление, уточнение и расширение тематического словаря, умение использовать его в речи
- умение рассказывать о правилах личной гигиены
- определять предметы личной гигиены

- выполнять практические действия , связанные с личной гигиеной

Ход занятия

- Каждый человек, приветствуя друг друга, говорит слово «Здравствуйте». Кто знает значение этого слова?
- Здравствуйте – это значит желать здоровья.
- Задумывались вы когда-нибудь о том, почему в приветствие людей заложено пожелание друг другу здоровья? Наверное, потому, что здоровье для человека – самая главная ценность. ПРИЕМ «Добрые слова».
- Я сегодня приглашаю вас совершить путешествие в страну «Здоровья». На волшебном паровозике! *(на доске)*

1 слайд: Страна «ЗДОРОВЬЕ»

- Готовы? Тогда отправляемся!

2 слайд: Станция «Ручкино»

- Разве вы не видели на руках грязь?
- А в грязи живет зараза, незаметная для глаз!
- Если, руки не помыв, пообедать сели вы,
Вся зараза эта вот к вам отправится в живот!
- Ребята, а что вы поняли из стихотворения, которое я вам прочитала?
- Необходимо строго соблюдать гигиену рук и ногтей, чтобы не заразиться инфекционными заболеваниями, которые передаются через грязные руки. Обязательно мыть руки с мылом теплой водой.
- Как вы думаете, в правильном ли порядке выполнены действия?

3 слайд: Восстанови порядок.

Как правильно мыть руки?



Восстановите правильный порядок действий.

4 слайд:

Как правильно мыть руки?



Намочи руки.



Возьми мыло и намыль руки.



Потри руки.



Смой пену.



Вытри руки полотенцем.

-А для чего нам нужны руки?

(ответы ребят)

5 слайд: Станция «Зубкино»

-А сейчас, вам предстоит отгадать загадки.

-Послушайте загадки:

«Тридцать два веселых друга

Уцепились друг за друга,

Вверх и вниз несутся в спешке,

Хлеб жуют, грызут орешки!» *(зубы)*

- Как вы думаете, о чём мы будем говорить на этой станции?

(- Как правильно ухаживать за зубами.)

-Ребята, а кто знает, как?

(ответы детей)

- Давайте поиграем. **Игра «Выбери нужное»**

- Выберите предметы, которые вам понадобятся для ухода за зубами?

(На столе – картинки: щётка обувная, зубная, тюбик зубной пасты, крем, шампунь, соль, стиральный порошок, полотенце.)

6 слайд: ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА

(Дети заканчивают фразу)

Чистить зубы два раза в день — утром и вечером.

Меньше есть сладкого, больше — овощей и фруктов.

Обязательно полоскать рот после еды.

Если заболел зуб, надо идти к врачу

7 слайд: Станция «Ушкино»

-Ребята, мы приехали на следующую станцию, название которой вам придётся отгадать.

-Что это за предмет? *(ушная палочка)*

-А для чего нам она нужна?

-Как вы думаете, важно ли для нас, чтобы наши уши были здоровы? А почему?

-Как же сделать так, чтобы наши ушки были здоровыми?

(- Мыть, чистить, не слушать громкую музыку, не совать посторонние предметы в уши).

Игра «Что за звук?»

Дети закрывают глаза.

(хлопки, колокольчик, мяч, топот, дудка.)

- А теперь я предлагаю вам решить кроссворд, чтобы закрепить наши знания предметов ухода за глазами, зубами, ушами и телом. Прием

«Взаимопомощь» (Звучит музыка)

8 слайд.



9 слайд:



Не даром говорят, что чистота – залог здоровья!

- А что еще необходимо делать человеку каждое утро, что бы быть здоровым? (Зарядку). Давайте мы тоже сделаем с вами зарядку, и гости наши тоже пусть делают с нами. (Зарядка)

10 слайд: Станция «Глазкино»

-Как вы думаете, о чём мы будем говорить на этой станции?

- А сохранить здоровья глаз это очень важно?

Глаза поранить очень просто —
не играй с предметом острым!
Глаза не три, не засоряй,
лежа книгу не читай!
На яркий свет смотреть нельзя —
тоже портятся глаза!
Не пиши, склонившись низко,
не держи учебник близко!
Глаз в темноте не напрягай,
их здоровья не лишай!

- Какие правила бережного отношения к своим глазам вы услышали в этом стихотворении?

(ответы детей)

- Если у вас устали глаза во время чтения книги, подготовки уроков, рекомендую провести зарядку для глаз. Давайте разучим упражнения, снимающие утомление с глаз:

Тренинг

1. Крепко зажмурить глаза на 3-5 сек; затем открыть (5-6 раз).
2. Быстро поморгать в течение 1-2 минут.
3. Закрывать веки и массировать их круговыми движениями пальцев в течение 1 мин.
4. Тремя пальцами каждой руки легко нажать на верхнее веко (3-4 раза).

Итог.

- О чём мы сегодня говорили?

(ответы детей)

- Всё это можно назвать одним словом : **ГИГИЕНА**.

Что такое гигиена?

Личная гигиена - это уход за своим телом и содержание его в чистоте.



Что такое гигиена?

Знают кошки и гиены,
Бурая мишка, мишка белый,
Еж, собака и пчела.
Что всегда не грех помыться,
Вымыть лапы и копытца.
Ну а после можно смело
Приниматься за дела!

- Вы видели, как кошки, собаки умываются, чистят когти, зубы? Животные тоже соблюдают личную гигиену.

- Итак, ребята, теперь вам понятно, что такое : **ГИГИЕНА**?

- Будем стараться выполнять правила гигиены?

-Наше занятие подходит к концу и нам пора возвращаться обратно в поезд.

Рефлексия.

-Давайте попробуем оценить нашу работу на занятии (выбор смайлика).