


# Единый День здоровья



# Классный час



- Классный час на тему:  
«В здоровом теле -  
здоровый дух»
- Учитель русского языка и  
литературы Смирнова Л.А.
- 7 сентября 2012 г.



Здравствуйте! Именно так мы приветствуем друг друга при встрече. И в этом заложен огромный смысл. Мы желаем человеку здравствовать. Жить здорово, то есть полезно для себя и для общества. Жить в гармонии с природой. Жить одухотворённо. Жить качественно.

- Окружающие нас люди – это важнейшая часть природы. Любой человек откликается на слово «здравствуйте», сказанное искренне, и дарит в ответ своё энергичное приветствие.

## Стихотворение В. Солоухина:

- - Здравствуйте!

Поклонившись, мы друг другу сказали,  
Хоть были совсем незнакомы.

- - Здравствуйте!

Что особого тем мы друг другу сказали?  
Просто «здравствуйте», больше ведь мы  
Ничего не сказали.

Отчего же на капельку солнца прибавилось в мире?  
Отчего же на капельку счастья прибавилось в мире?  
Отчего же на капельку радостней сделалась жизнь?



# Основные факторы культуры здоровья:

1. Способность человека к созидательному общественному труду
2. Физическое и нравственное здоровье
3. Широкая образованность
4. Наличие прочной духовно-нравственной основы и трезвости
5. Здоровая природная среда обитания





- Итак, здоровая живая природа –
- здоровый генофонд –
- здоровое общество – вот та неразрывная цепочка, которая обеспечивает выживание и процветание народов нашей страны



- Хорошее здоровье – это образ жизни. Это стиль жизни, который человек выбирает для себя, если хочет достичь наивысшего благополучия.
- Считается, что всё, что ни делает человек, так или иначе отражается на состоянии его здоровья.

# Игра «Остров Мечты»

- Задание: письменно ответить на вопрос: «Какова твоя мечта?», выбрав одну мечту из предлагаемого списка:
- 1. Здоровье      5. Дружба
- 2. Богатство    6. Семья
- 3. Слава          7. Карьера
- 4. Любовь





## Вывод:

- Важнее всего для человека его здоровье, которое надо беречь с детских лет

