

Праздник здоровья
на тему:

«Путешествие
в страну
Здоровья»»

ЦЕЛИ: в игровой форме формировать интерес к здоровому образу жизни и ценностное отношение к собственному здоровью. развивать коммуникативные навыки и навыки самоконтроля; продолжить воспитание мировоззрения, направленного на здоровый образ жизни. Способствовать снятию психоэмоционального напряжения

ЗАДАЧИ:

- **Обучающие:**

познакомить детей с правилами, помогающими сохранить собственное здоровье

учить соблюдать гигиенические правила ухода за кожей рук и зубами

- **Воспитывающие:**

продолжить воспитание мировоззрения, направленного на здоровый образ жизни: воспитывать бережное отношение к собственному здоровью, прививать потребность заботиться о своем здоровье.

- **Развивающая**

развивать логическое мышление, речь, развитие у детей навыков работать в коллективе;

Здоровье

- ▶ **Здоровье и Здравие** - отсутствие недуга, болезни.
- ▶ **Здоровый** - не больной, одаренный здоровьем: крепкий, сильный
- ▶ **Здороветь** - становиться здоровым, крепким
- ▶ **Здравствовать** - быть здоровым, находиться в живых

Тема классного часа:

Путешествие в страну
здоровья

« Загадки о режиме дня»

Режим дня



Правильное
распределение
времени в течение
дня



Режим дня



Подъём 7.30



*Утром зазвонил будильник
Мне будильник ни к чему,
Потому, что без звоночка
Встать так рано я могу!*

Зарядка 7.40



Утром зазвонил будильник
Мне будильник ни к чему,
Потому, что без звоночка
Встать так рано я могу!



Съели завтрак, попрощались,

Быстро в школу собирались.







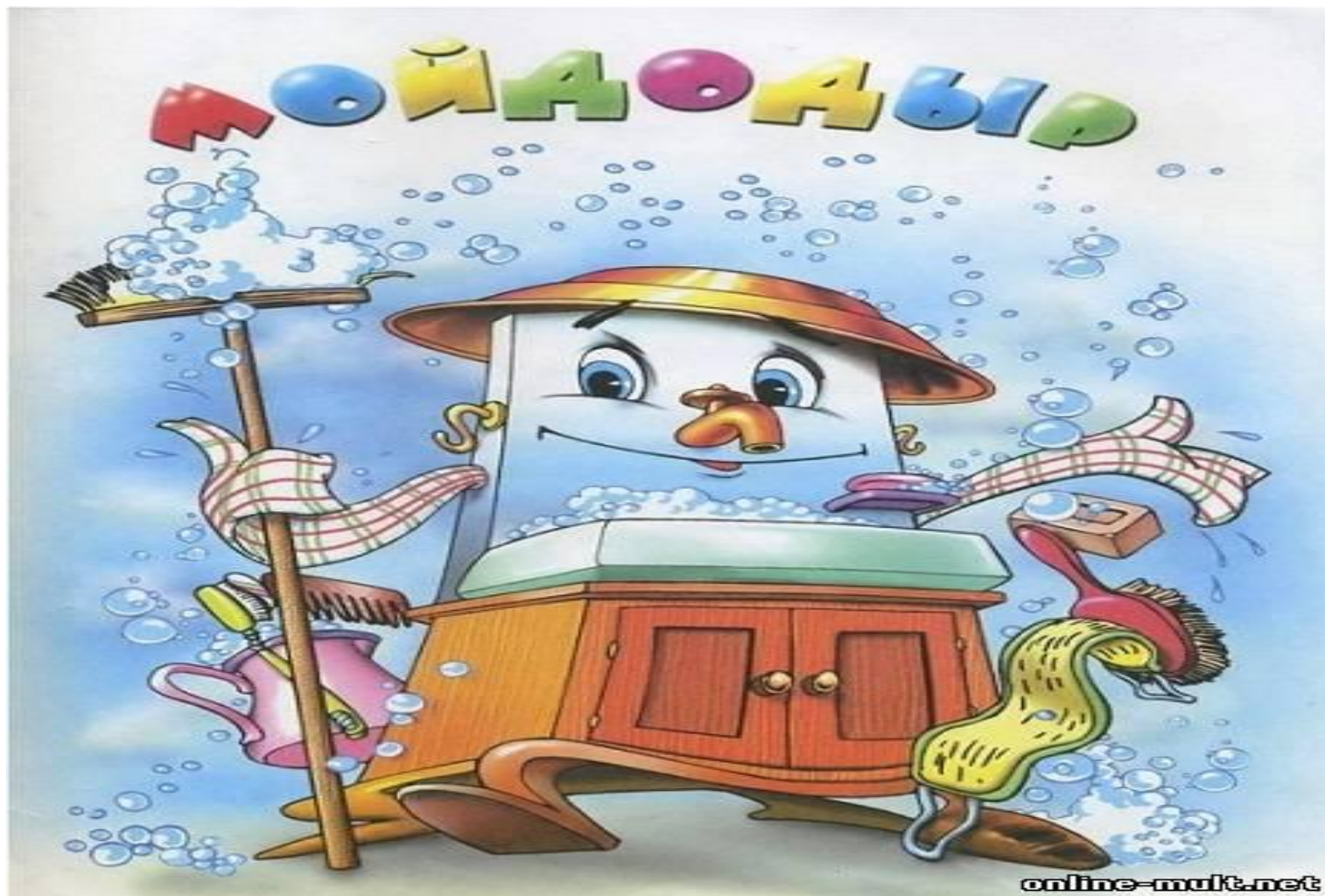
Download from:
[Oxymorion.com](http://www.oxymorion.com)
www.oxymorion.com



Download from:
[Oxymorion.com](http://www.oxymorion.com)
www.oxymorion.com



«Чистота тела – залог здоровья»



« Правильно ухаживать за зубами »



Видеофрагмент
фильма « Микробы »
(гигиена воды)

Игра

«Совершенно верно»

- ▶ Цель игры: развивать логику, внимание, память

Вредное питание





Мини-викторина

*« Кто спортом
занимается, с болезнями
не знается»*

Что такое привычка?

**Привычка — это приобретённая манера
Это какое-либо действие, которое
человек выполняет постоянно.**

Вредные привычки

- Привычка — это характерная форма поведения человека, которая в определённых условиях приобретает характер потребности.
 - *Если привычка оказывает негативное воздействие на организм человека, на его здоровье, разрушает его жизнь — это вредная привычка.*
-

Полезно»

Вредно»

- соблюдать режим дня
- прогуливать занятия в школе
- соблюдать гигиену
- правильно и регулярно питаться
- есть много сладкого
- заниматься спортом
- курить
- следить за чистотой своей одежды

Формула ЗОЖ

- *Движение ,спорт*
- *Гигиена тела*
- *Закаливание*
- *Рациональное питание*
- *Позитивное настроение*
- *Целебные силы природы*
- *Отказ от вредных привычек*
- *Сон*



Пожелание

- ▶ Чтобы вырасти здоровым, энергичным и толковым,
- ▶ Чтоб прогнать усталость ,лень,
- ▶ Ешьте витамины каждый день!
- ▶ Рано утром не ленитесь, на зарядку становитесь!
- ▶ Помогают нам всегда-солнце, воздух и вода!
- ▶ Крепла ,чтоб мускулатура ,занимайтесь физкультурой!
- ▶ До свиданья, детвора! Всем привет! Физкульт-ура!