**Конспект классного часа**

**Тема:** «Урок здоровья».

**Класс:** 4а (кл. руководитель: Калинина Дарья Сергеевна)

**Цель:** формирование у обучающихся понятий о здоровье и правилах здорового образа жизни.

**Задачи:**

Коррекционно-обучающие:

1. Выявить представление обучающихся о том, что такое «здоровье», «болезнь».
2. Формировать потребности в соблюдении режима дня и питания;
3. Учить самостоятельно соблюдать правила гигиены.

Коррекционно-развивающие:

1. Коррегировать внимание, мыслительные операции анализа, синтеза в процессе выполнения заданий;
2. Развивать связную устную речь, посредством ответов на вопросы.

Коррекционно-воспитывающие:

1. Способствовать воспитанию и развитию у обучающихся коммуникативных связей, навыков сотрудничества при работе в классе;
2. Воспитывать аккуратность при выполнение работы и трудолюбие;
3. Воспитывать дисциплинированность.

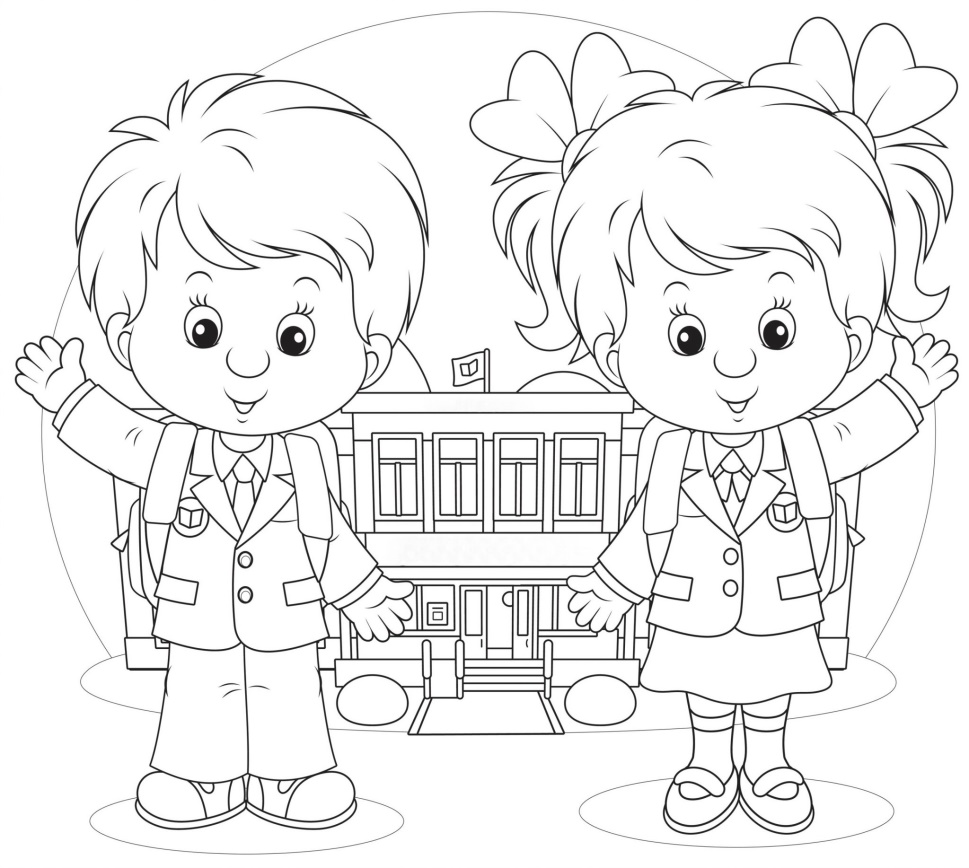
**Оборудование**: стихотворение, картинки к заданиям, памятка.

*Ход урока*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Этап урока** | **Содержание урока** | **Дифференц. индивид. работа** |
| ***I. Организационный момент.***  ***3 мин*** | Здравствуйте ребята, все приготовились к занятию. Все готовы к уроку? Молодцы. Настроились на урок, улыбнулись друг другу, всем хорошего настроения.  Давайте вспомним:  Какое сейчас время года?  Какой сейчас месяц?  *Повторение месяца за учителем.*  Какие цифры написаны на доске?  Какое сегодня число?  *Повторение числа за учителем.*  Какой сегодня день недели?  *Повторение дня недели за учителем.*  Нацеливание: сегодня будем отвечать на вопросы, играть.  Я буду оценивать как вы отвечаете на вопросы, правильно ли говорите, как слушаете. Для этого нужно сидеть за партой тихо и слушать внимательно, отвечать по поднятой руке или тогда когда я вас спрошу. | Приветствие учителя  Ответы на вопросы |
| ***II. Вводная беседа***  ***5 мин*** | *1. Беседа на основе слухового восприятия:*  Послушайте внимательно стихотворение и скажите, о чем пойдет речь на нашем занятии:  *Тот, кто с солнышком встаёт,*  *Делает зарядку,*  *Чистит зубы по утрам*  *И играет в прятки, —*  *Тот спортивный человек,*  *И вполне весёлый.*  *Постарайся быть таким*  *В школе или дома.*  - Правильно ребята, стихотворение о здоровье. | Ответы учащихся:  Дружба, друг, друзья. |
| ***III.*** ***Сообщение темы, цели занятия***  ***2 мин.*** | - Сегодня мы вспомним о нашем здоровье, правильном режиме дня и питании. В ходе нашей беседы мы изготовим памятки по здоровому образу жизни!!!  Здоровье – это когда человек чувствует себя хорошо и у него ничего не болит. | Обучающиеся слушают тему и цель урока. |
| ***IV. Практическая работа***  ***20 мин.*** | - Ребята, сегодня мы с Вами вспомним и поговорим о нашем здоровье. В ходе нашей беседы мы изготовим памятки по здоровому образу жизни!!!  -Давайте вспомним, что такое здоровье?  *Дети: когда ничего не болит, когда хорошее настроение, когда все получается.*  -Правильно! Здоровье нужно всем – и детям, и взрослым и даже животным и всему живому. А как вы думаете, что нужно делать, чтобы быть здоровым?  *Дети: нужно хорошо одеваться на улицу, нужно делать зарядку, заниматься спортом, умываться, обливаться холодной водой…*  -Правильно, но нужно не только хотеть, но и уметь заботиться о своем здоровье, иначе можно его потерять. А что значит «потерять здоровье»?  *Дети: заболеть.*  -Конечно! Скоро осенние каникулы и важно не заболеть! И чтобы не заболеть, нужно следить за своим здоровьем. А как вы следите за своим здоровьем? Какие для этого есть правила?  *Ответы детей.*  Молодцы! Нужно тепло одеваться и соблюдать правила гигиены, мыть руки после улицы и перед едой.  А еще необходимо соблюдать режим дня. Вы знаете, что такое режим дня? И почему его нужно соблюдать?  *Ответы детей. Учитель обсуждает с детьми основные моменты режима дня дома и в школе делая вывод, что важно соблюдать режим в школе и дома.*  Также нужно обязательно соблюдать режим на осенних каникулах и правила безопасности в общественных местах. Помните, что в каникулы проводить время лучше дома или на улице с родителями, не посещать людных мест и массовых мероприятий.  -Найдите картинку с режимом дня школьника, вырежьте и поместите на вашу памятку, это будет первым правилом здорового образа жизни.  -Скажите, ребята, а вы знаете, что такое гигиена?  *Дети: Умываемся утром и вечером и после сна, чистим зубы, моем руки после улицы, перед едой.*  -Верно. Для чего это надо делать?  *Дети: чтобы быть чистыми, хорошо выглядеть, чтобы было приятно, и кожа была здоровой.*  - Молодцы! Нужно обязательно следить за чистотой тела, чтобы быть здоровым. Мыть руки, умываться, чистить зубы, мыться. Тогда вы не будете болеть.  Найдите картинку предметами гигиены, вырежьте и поместите на памятку. Какие предметы гигиены есть на картинке? Для чего они нам нужны  *Дети: мыло, зубная паста и щетка, полотенце и т.д. Для того чтобы быть чистыми.*  -Поговорим о питании. Как вы думаете, правильное питание полезно для здоровья? А что такое правильное питание?  *Дети вместе с учителем делают выводы.*  Найдите картинку с полезными продуктами питания и поместите её в памятку. | Ответы обучающихся на вопросы.  Ответы обучающихся на вопросы.  Обучающиеся выполняют задание по инструкции учителя. |
| ***V. Физ.минутка***  ***3 мин.*** | -Еще полезны для здоровья гимнастика, физкультурные занятия, закаливание и подвижные игры.  Давайте поиграем и проведём разминку:  Для начала мы с тобой.  Для начала мы с тобой,  Крутим только головой. (Вращения головой.)  Корпусом вращаем тоже.  Это мы, конечно, сможем. (Повороты вправо и влево.)  А теперь мы приседаем.  Мы прекрасно понимаем —  Нужно ноги укреплять,  Раз-два-три-четыре-пять. (Приседания.)  Напоследок потянулись  Вверх и в стороны. Прогнулись. (Потягивания вверх и в стороны.)  От разминки раскраснелись,  И на место снова сели. (Дети садятся.)  Найдите картинку с ребятами, которые занимаются спортом, поместите её в памятку. | Обучающиеся повторяют движения за учителем |
| ***VI. Закрепление***.  ***5 мин.*** | *Задание 5 «Правила здоровья».*  Для то чтобы быть здоровым нужно соблюдать правила. Мы с вами многое узнали на уроке, пора подвести итог и запомнить правила здорового образа жизни:   1. Соблюдайте правила гигиены, мойте руки перед едой и после улицы. 2. Соблюдай режим дня, вовремя просыпайтесь и ложитесь спать. Планируйте день. 3. Делайте зарядку и занимайтесь спортом 4. Питайтесь правильно: ешьте фрукты, овощи, мясо, рыбу и молочные продукты. Исключите вредную пищу. 5. Не посещайте мест с большим скоплением людей. Проводите свободное время в каникулы дома и на свежем воздухе с родителями.   - Соблюдая эти правила вы всегда будите здоровы. Берегите своё здоровье.  *1.Отчет о проделанной работе по вопросам учителя.*  -О чем мы разговаривали на занятии?  - Какие задания выполняли?  (Обучающиеся с опорой на выполненные задания называют действия и порядок работы) | Обучающиеся повторяют правила  Ответы обучающихся на вопросы. |
| ***VII. Итог урока.***  ***2 мин.*** | *1.Подведение итога.*  -Ребята, о чем вы сегодня узнали? Какие правила нужно соблюдать, чтобы оставаться здоровым?  *2.Оценивание*  - Работа вам понравилась?  - Какие задания были трудными?  Молодцы, ребята. Работы оставьте у себя. | Ответы обучающихся на вопросы. |

***Памятка о правилах здорового образа жизни***

Соблюдай правила гигиены!



**Проводи осенние каникулы дома или**

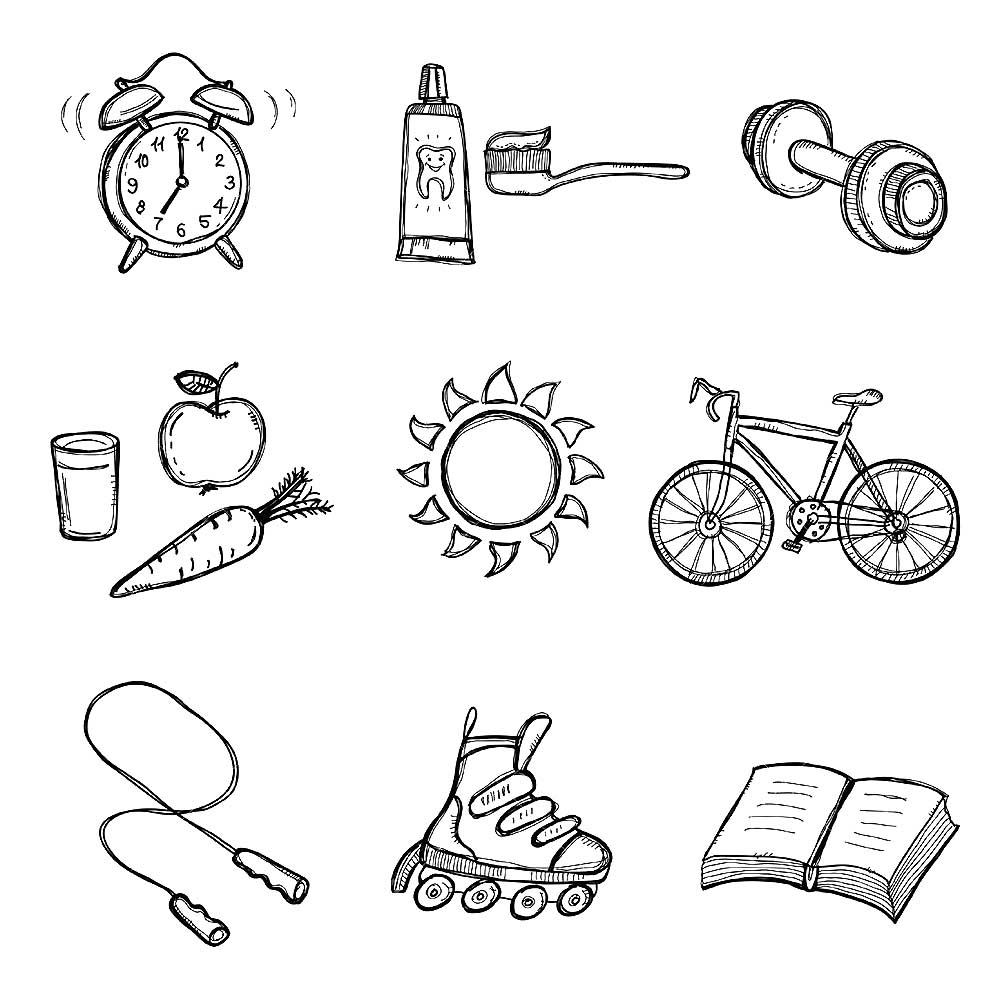
**с родителями на свежем воздухе!**

Занимайся спортом и делай зарядку!

Соблюдай режим дня!

Питайся правильно!

***Вырежи***

**

**