**"Здоровь сгубишь - новое не купишь".**

**Классный час в 3 классе на тему: «Здоровье сгубишь - новое не купишь»**

Цель:  
1. Углубить знание детей о здоровье человека  
2. Развивать навыки укрепления здоровья через занятие спортом; рационального питания; личной гигиены.  
(на доске «Самое дорогое, что есть у человека – это здоровье»)  
  
Учитель:  
Наш классный час пройдет в форме игры. На каждом этапе вы можете заработать жетон. В конце мы подведем итог- у кого окажется больше жетонов, тот действительно заботится и бережет свое здоровье.  
  
**РАЗМИНКА – «УГАДАЙКА»**  
1. Вот такой забавный случай!  
Поселилась в ванной туча:  
Дождик льется с потолка  
Мне на спину и бока  
Дождик теплый подогретый,  
На полу не видно луж…  
Все ребята любят…(душ)  
2. Просыпаюсь рано утром  
Вместе с солнышком румяным,  
Заправляю сам кроватку, Быстро делаю…(зарядку)  
3. Ускользает, как живое,   
Но не выпущу его я.  
Белой пеной пенится,  
Руки мыть не ленится. (мыло)  
4. Хвостик из кости  
На спинке щетинка (зубная щетка)  
  
I. Кто быстрее?  
1. Этого пациента пытались вернуть к жизни Сова, фельдшерица Жаба и знахарь Богомол. Назовите его (Буратино)  
2. Считалось, что возбудитель этой опасной болезни передается по воздуху на большое расстояние, поэтому болезнь так и назвали. Что эта за болезнь (Ветрянка)  
3. Для греков это слово обозначало просто «склад», а для нас медицинское учреждение (аптека)  
4. Что должно находится в домашней аптечке (йод, бинт, зеленка)  
  
II. Растение от боли.  
-какие лекарственные растения вы знаете? И как их применяют? (ромашка от боли в горле, подорожник от внешних ран, лист малины от простуды и т.д.)  
  
III. Лук- от семи недуг.  
- вспомните пословицы и поговорки, посвященные здоровому образу жизни.  
Восстановите пословицы.  
1. В здоровом теле- здоровый дух.  
2. Курить- здоровью вредить.  
3. Здоровье всего дороже.  
4. Берегите платье снову, а здоровье смолоду .  
А сейчас я хочу вас познакомить с точечным массажем, который является профилактикой простудных заболеваний. (описание)  
  
IV. Загадки.  
1.Не пойму ребята, кто вы?  
Пчеловоды? Рыболовы?  
Что за невод во дворе?  
Не мешал бы ты игре!  
Ты бы лучше отошел, мы играем в (волейбол)  
2.Короли, то, короли-  
Воевать опять пошли!  
Только начали войну-  
Сразу съели по слону (шахматы)  
3.По льду я вычертил восьмерку-  
Поставил тренер мне пятерку (фигурное катание)  
4.В небо ласточкой вспорхнет,  
Рыбкой в озеро нырнет (прыжки в воду)  
  
А вы знаете игру «Армрестлинг»? (рассказ от куда пришла игра)  
И сейчас мы тоже устроим соревнование на самую сильную руку  
  
V. Кто это?  
1.Я люблю покушать сытно,  
Много, вкусно, аппетитно.  
Ем я все и без разбора,  
Потому, что я (обжора)  
2.Ну, а я ленив и скучен,  
Я с платочком не разлучен.  
Не люблю играть и петь,  
Мне бы лучше по реветь  
Главный нытик я из класса.  
А зовут меня все (плакса)  
3.Не люблю я, братцы, мыться,  
С мылом, с щеткой не дружу.  
Вот поэтому, ребята,  
Вечно грязный я хожу  
И сейчас не потому ли  
Назовут меня (грязнулей)  
4.Честно я скажу ребятам:  
Быть опрятным, аккуратным  
Очень трудно, самому  
 Сам не знаю почему.  
Вещи всюду я бросаю  
И найти их не могу.  
Что схвачу, в том и бегу.  
Где штаны? А где рубаха?  
Я не знаю…я (неряха)  
  
**Учитель:**  
Поднимите руки, кто хотел бы быть похожим на этих героев?  
  
VI. Итог  
  
**Учитель:**  
Давайте подсчитаем жетоны. У кого 6? 5?......1? У нас не осталось не одного равнодушного в классе к проблеме ЗДОРОВЬЯ. МОЛОДЦЫ!  
Действительно «Здоровье сгубишь- новое не купишь!»  
  
**Ученик:**  
Все мы любим умываться  
И приятно одеваться.  
Солнце, воздух и вода-  
Наши лучшие друзья.  
К спорту мы не равнодушны,  
Аккуратны и послушны.  
Мы сильны, крепки, красивы-  
Всем на зависть и на диво!

Кл руководитель Година М.А.