*Краевое государственное казённое специальное (коррекционное) образовательное учреждение для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат VIII №5»*

Классный час

4 «А» класс

Тема: «В поисках цветка здоровья».

Подготовила:

Астраханцева Елена Вячеславовна

Учитель начальных классов

Высшей квалификационной категории

Хабаровск 2014

**Цель:** Создать условия для формирования здорового образа жизни учащихся.

**Задачи:**

***Обучающие:*** дети познакомятся с составляющими здорового образа жизни, научатся отличать хорошие привычки от плохих, соблюдать правила личной гигиены.

***Коррекционно-развивающие:*** корригировать мыслительные процессы, развивать умение отвечать на поставленные вопросы, делать элементарные умозаключения.

***Воспитывающие:*** прививать культурно-гигиенические навыки, способствовать развитию у учащихся мотивации к здоровому образу жизни.

**В результате урока учащиеся смогут:**

1. Приобретут знания по здоровому образу жизни.

1. Оценят положительные и отрицательные человеческие качества.
2. Систематизировать и обобщить ранее полученные знания

**Используемое оборудование:** компьютер, экран, учебная презентация, макет цветка здоровья, смайлики, таблички с описанием привычек.

**Ход занятия:**

1. ***Организационный момент.***

- Ребята, посмотрите друг на друга, подарите друг другу улыбку, хорошее настроение. *Слайд 2.*

***2. Вступительная беседа.***

- Какое у вас настроение?

- Как вы себя чувствуете, когда вы здоровы? ( Нам весело, хочется веселиться, играть и общаться с друзьями). А как вы себя чувствуете, когда вы болеете? (Грустно, болит голова, лежишь в постели). Хорошо быть здоровым и очень плохо болеть!

- Ребята, к нам в гости пришёл Незнайка. Он не знает, что такое здоровье. Как стать здоровым. Давайте вместе со сказочными героями поможем Незнайке. *Слайд 3.*

Учитель на доске крепит серединку от цветка здоровья.

***3. Основная часть.***

- С первым правилом здорового образа жизни Незнайку познакомит **Мушка**. Это соблюдение режима дня. *Слайд 4.* Читает учащийся.

- Режим дня – это правильное распределение времени в течение дня. Всему должно быть своё время. Как вы понимаете слова всему своё время? *Слайд 5.*

- Помогите Мушке составить режим дня для Незнайки.

Учащиеся составляют режим дня, опираясь на личный опыт. *Слайд 6.*

 1. Подъём.

2. Зарядка, умывание.

3. Завтрак.

4. Дорога в школу.

5. Занятия в школе.

6. Обед.

7. Прогулка, дорога из школы.

8. Подготовка домашнего задания.

9. Свободное время.

10. Ужин.

11. Свободное время.

12. Умывание, подготовка ко сну.

Мушка вручает учащимся лепесток, на котором написано: Соблюдай режим дня.

- А нас встречает **Пилюлькин**. Прочитайте пословицу. ( Чистота залог здоровья). Как вы понимаете её? ( Если будешь ухаживать за собой, будешь здоровым). *Слайд 7*

- Пилюлькин приготовил для вас загадки. Они обозначают предметы личной гигиены. *Слайд 8*

- Чтобы чистым быть всегда, людям всем нужна (вода).

- Чтобы волосы блестели и красивый вид имели,

 Чтоб сверкали чистотой, мною их скорей помой (шампунь).

- Вы меня намыльте смело, сразу я возьмусь за дело.

 Руки, ноги, тело тру, грязь любую ототру (мочалка).

- Гладко и душисто вымоет чисто (мыло).

 - Целых двадцать пять зубков для кудрей и хохолков,

 И под каждым под зубком лягут волосы рядком (расчёска).

- После бани помогаю, промокаю, вытираю.

 Пушистое, махровое, чистое, новое (полотенце).

 - Костяная спинка, жесткая щетинка с мягкой пастой дружит.

 Нам усердно служит (зубная щётка).

Учащиеся отвечают на вопросы, на экране появляются картинки.

- Ребята, давайте составим для Незнайки правила личной гигиены. *Слайд 9*

Соблюдай правила личной гигиены.

1. Зубы нужно чистить два раза в день (утром и вечером).
2. Руки мой перед едой, после прогулки, после посещения туалета, после общения с животными.
3. Ноги мой каждый день.
4. Ноги мой каждый день.

- Молодцы ребята! Справились с заданием. За это Пилюлькин дарит вам следующий лепесток от цветка Здоровья (Соблюдай правила личной гигиены).

- Нас с вами встречает **Стекляшкин.** *Слайд 10*

Он говорит, что нужно дружить с физкультурой. Как вы это понимаете? Расскажите, как вы дружите с физкультурой. (Рассказы из личного опыта детей с опорой на фотографии из жизни учащихся нашей школы) *Слайд 11-14*

- Стекляшкин хочет провести с вами физминутку. *Слайд 15*

Учащиеся танцуют под музыку.

 Стекляшкин вручает очередной лепесток (Дружи с физкультурой).

- С правилом 4 нас познакомит **Знайка.** *Слайд 16*

С доски читает ученик: Не имей вредных привычек.

- Привычки бывают хорошие, а бывают плохие, приносящие вред здоровью. Знайка хочет проверить, знаете ли вы их. Знайка принёс нам два смайлика (один улыбается, а другой грустный). Каждый из вас получит карточку, на которой описывается поступок. Вам необходимо распределить поступки на две группы- хорошие поступки и плохие.

Учащиеся работают у доски.

Соблюдать режим дня

Курить сигареты

Обижать детей

Чистить зубы два раза в день

Ходить зимой без шапки

Мыть ноги перед сном

Мыть руки перед едой

- Молодцы! Знайка вручает вам лепесток здоровья (Не имей вредных привычек).

- С пятым правилом Незнайку познакомит **Ромашка**. *Слайд 17*

Ромашка утверждает, что здоровым может быть только тот человек, который делает только добрые дела. У нас с вами есть сундучок добрых дел. Вспомните, какие добрые дела мы с вами сделали?

- Молодцы! Ромашка вручает вам последний лепесток (Совершай хорошие поступки).

- Вот мы и собрали цветок Здоровья. Давайте ещё раз скажем Незнайке, какие правила нужно соблюдать, чтобы быть здоровым. *Слайд 18*

 Правило 1. Соблюдай режим дня.

Правило 2. Соблюдай правила личной гигиены.

Правило 3. Дружи с физкультурой

Правило 4. Не имей вредных привычек

Правило 5.Совершайте хорошие поступки

- Ребята, Незнайка благодарит вас за хорошие советы. Он будет выполнять все правила, чтобы быть здоровым.

- А сказочные жители прощаются с вами и желают вам быть здоровыми. Слайд 19