

Классный час по теме:
«Эти полезные и вредные привычки»
2 класс

Цели: систематизировать знания учащихся о полезных и вредных привычках, их влиянии на здоровье; побуждать детей к формированию у себя хороших привычек; воспитывать бережное отношение к своему здоровью; помочь детям объективно взглянуть на свои привычки.

Ход классного часа.

1.Актуализация знаний.

Учитель: Здравствуйте, ребята! Подойдите все ко мне. Я рада видеть Вас на нашем занятии. А начнём мы его необычно, с игры «Приветствие». Станьте в круг и посмотрите друг на друга.

Скажем «Здравствуй» руками!

Скажем «Здравствуй» глазами!

Скажем «Здравствуй» ногой!

Скажем «Здравствуй» словами

Скажем «Здравствуй» плечом!

Станет радостно кругом!

Наша работа сегодня будет групповая. Давайте вспомним правила работы в группе.

1. Говори тихо.
2. Уважай своего товарища.
3. Умей каждого выслушать.
4. Не согласен – предлагай!
5. Не перебивайте друг друга.
6. Будь вежлив и сдержан.

II. Самоопределение к деятельности.

- Наше занятие я хочу начать со слов хорошо известного вам стихотворения Владимира Маяковского:

*Крошка сын к отцу пришёл,
И спросила кроха:
- Что такое хорошо
И что такое плохо?*

- Чтобы определить тему нашего занятия, я предлагаю вам поиграть в игру, которая так и называется «Хорошо и плохо». Я буду предлагать вам некоторые высказывания, а вы, если с ними согласны – поднимаете большой палец вверх («Да»), если не согласны - большой палец вниз («У – у»).

1. Разбросал я книги, вещи и искал их целый вечер. (У – у)

2. Мою грязную посуду, пол помыть я не забуду. (Да)

3. Чисто с мылом я умоюсь, у меня опрятный вид. (Да)

4. Ногти очень грызть люблю, всех микробов я ловлю. (У – у)

5. Нет приятнее занятия,

Чем в носу поковырять.

Всем ужасно интересно,

Что там спрятано внутри. (У – у)

6. Я люблю покушать сытно,

Много, вкусно, аппетитно.

Ем я всё и без разбора, потому что я ... ОБЖОРА. (У – у)

- Итак, кто же догадался, о чём мы с вами будем сегодня говорить? А как одним словом это назвать? *(О привычках)*

- Попробуйте сформулировать цель нашего занятия. *(Узнать, какие привычки относятся к вредным, какие – к полезным; как бороться с вредными привычками.)*

III. Основная часть.

- Ребята, а что такое привычка?

– У каждого человека есть привычки, то есть то, что мы совершаем, не задумываясь, действуя как бы автоматически. Например, привычка чистить зубы, или заправлять свою постель, или убирать за собой игрушки. Чтобы сформировалась привычка, необходимо повторять какое – либо действие в свои места многократно, изо дня в день, и тогда человек начнёт его выполнять, не задумываясь, автоматически.

- Как правило, у человека бывает много различных привычек. Они приносят ему либо пользу, либо вред. В зависимости от этого все привычки можно разделить на две группы. Какие? *(Вредные и полезные)*
- Как вы думаете, какие привычки надо воспитывать каждому человеку у себя, а от каких избавляться?
- Но для этого надо уметь различать их.

1. Создание мини-проектов «Наши привычки».

Сейчас будем работать над созданием мини-проектов.

а) Работа в группах «Собери цветик-семицветик»:

1 группа – цветок под названием «Полезные привычки»

2 группа – цветок под названием «Вредные привычки»

3 группа – цветок под названием «Профилактика вредных привычек» (то есть что надо делать для того, чтобы их победить)

б) Защита мини-проектов.

Для защиты своего мини-проекта приглашается 1 группа.

- Кто думает по-другому?
- Так почему же эти привычки называют «полезными»? *(Приносят пользу человеку, помогают сохранить здоровье, делают человека культурным, здоровым и опрятным, аккуратным, дружелюбным...).*
- А какие вы знаете полезные привычки?

Для защиты своего мини-проекта приглашается 2 группа.

- У кого другое мнение?
- Так почему же эти привычки называют «вредными»? *(Они вредят нашему здоровью. Они делают человека грубым, забывчивым, драчливым...)*
- Какие ещё вредные привычки вы можете назвать? *(Есть много сладкого, грубить старшим, грызть ногти, ковырять в носу, болтать ногами, показывать язык, вытирать рот рукавом, чавкать во время еды, строить рожицы.)*
- Молодцы, хорошо справились с этим заданием.

в) Отгадайте героя и его привычку.

Оказывается, из-за владения некоторыми привычками, так можно назвать человека.

Послушайте стихотворения и объясните, почему человека так называют.

1. группа. Не люблю я, братцы, мыться,
С мылом, щёткой не дружу.
Вот поэтому, ребята,
Вечно грязный я хожу.
И сейчас не потому ли,
Назовут меня... (**грязнуля**)

2 группа. 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**)

3 группа. Спортom я не занимаюсь
Я никак не закаляюсь
Бегать, прыгать нету сил
Свет мне кажется не мил
Я сутулый и хромой
Я для всех уже больной.
Прележал уж все бока, я... (**лежебока**)

1 группа. Лишь услышу шум и гам,
Я бегу к учителям.
Говорю, что Дима с Петей
Подрались опять в буфете.
Тот контрольную списал,
Тот к уроку опоздал.
Саша взял пенал у Светы,
На уроке ел конфеты,
Не дежурил утром в классе,
Подарил он жвачку Васе.
Вроде я для всех стараюсь,
Но и тут опять беда:
Почему-то называют
Меня ребята ... (**ябеда**)

2 группа. Я вчера был на Луне!
Что, не верите вы мне
Лунный камень я привёз,
Доставал рукой до звёзд.
Погулял я по Луне –
Видел лунных человечков,
Перемолвились словечком.
Три руки у них, три глаза –
Не видал таких ни разу.
Погостил у них немножко,
Как понравилось там мне!

Вы ему не верьте слишком,
Потому что он ... (**врунишка**)

3 группа. Не люблю играть и петь,
Мне бы лучше пореветь.
Главный нытик я из класса,
А зовут меня все... (**плакса**).

- О полезных или вредных привычках шла речь?
- Вы хотите быть похожими на ребят с такими привычками? Почему?
- А какими вы хотите быть?
- Григорий Остер даёт нам такие советы.

Нет приятнее занятия,
Чем в носу поковырять.
Всем ужасно интересно,
Что там спрятано внутри.
А кому смотреть противно,
Тот пускай и не глядит.
Мы же в нос к нему не лезем,
Пусть и он не пристаёт.
Никогда не мойте руки,
Шею, уши и лицо.
Это глупое занятие
Не приводит ни к чему.
Вновь испачкаются руки,
Шея, уши и лицо.
Так зачем же тратить силы,
Время попусту терять.
Стричься тоже бесполезно,
Никакого смысла нет.
К старости сама собою
Облысеет голова.

- Согласны ли вы с советами Григория Остера? (*Нет*)
- Как вы думаете, почему?
- Конечно, не согласны, ведь эти советы так и называются – вредные советы, чтобы дети задумались и не стали их выполнять.

г) Защита мини – проекта «Профилактика вредных привычек».

– Сформировавшись у человека, вредные привычки отрицательно влияют на его поведение, на его представление о мире и о себе, на его отношение с окружающими, на его здоровье.

Как же избавиться от вредных привычек? Что для этого необходимо делать? Об этом нам расскажут ребята из 3 группы. (*Защита мини – проекта «Профилактика вредных привычек»*)

д) Игра «Как живёшь».

Избавиться от многих вредных привычек помогают занятия физкультурой и спортом. Давайте и мы с вами сделаем первый шаг в борьбе с плохими привычками.

Как живёшь? (*Вот так!*)

Как идёшь? (*Вот так!*)

Как плывёшь? (*Вот так!*)
Как летишь? (*Вот так!*)
Как бежишь? (*Вот так!*)
Как шалишь? (*Вот так!*)
Как сидишь? (*Вот так!*)- Молодцы!

е) Определение связей между полезными и вредными привычками и их последствиями.

- Как вы думаете, могут ли привычки каким-либо образом влияют на человека?
- Действительно, любая привычка (полезная или вредная) оказывает какое – либо влияние на человека. Я предлагаю вам попробовать установить связи между полезными и вредными привычками и их последствиями.

IV. Подведение итога занятия.

- Итак, о чём мы с вами говорили?
- Какие бывают привычки?
- Почему привычки называю полезными?
- Почему привычки называют вредными?
- Что надо делать, чтобы избавиться от вредных привычек или предупредить их появление?

Действительно, наши привычки формируем мы сами. Нужно избавляться от вредных привычек и приобретать, формировать полезные. Какие привычки человек посеял и вырастил в себе, такие плоды и будет пожинать всю жизнь.

V. «Дерево привычек».

Представьте, что дерево—это наши полезные привычки. Используя свои знания о них, сделаем так, чтобы наше дерево зашелестело листочками. У вас на столах лежат зелёные и красные листики.

- Подумайте, какого цвета должны быть листочки на дереве? (Зелёные.)
- А почему?
- Напишите на нём свою полезную привычку.
- Подойдите к дереву, и сейчас каждый из вас прикрепит свой листок и назовёт свою хорошую привычку.
- Так как же назовём наше дерево? (Дерево полезных привычек.)

Каждый человек – хозяин жизни и здоровья. За вас вашу жизнь не проживут ни родители, ни учителя. Как каждый из вас решил, так всё и будет!

Я думаю, что каждый из вас может гордиться собой, если научится самостоятельно мыслить, если научится говорить нет любым вредным привычкам.

Я предлагаю каждому взять красный листочек, написать свою вредную привычку, от которой вы хотите избавиться прямо сейчас.

Опустите её в сундучок. Мы закроем его крепко-накрепко, чтобы ваши вредные привычки не смогли выбраться оттуда и навсегда исчезли бы из вашей жизни.

VI. Рефлексия.

Наше занятие подошло к концу. Подойдите все ко мне, встаньте в круг.

На доске круг от солнышка, а у меня жёлтые и зелёные лучики: жёлтый лучик, значит, занятие понравилось, вы получили интересную информацию; зелёный лучик — занятие не интересное, не было никакой полезной информации. Возьмите лучик, соответствующий вашей оценке и прикрепите к кругу.

Посмотрите, какое замечательное получилось солнышко.

Ребята, вы сегодня все молодцы. Спасибо за слаженную работу и помощь.

ПРИВЫЧКИ

ВРЕДНЫЕ

ПОЛЕЗНЫЕ

