**Классный час «В здоровом теле – здоровый дух».**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**1. Тематическое направление.**

Тематическое направление методической разработки воспитательного мероприятия – физическое воспитание и формирование культуры здоровья.

**2. Тема воспитательного мероприятия и обоснование ее выбора (актуальность).**

Тема - «В здоровом теле – здоровый дух».

Тема поддержания здорового образа жизни у детей и подростков в любом обществе и при любых социально-экономических и политических ситуациях является актуальнейшей проблемой и предметом первоочередной важности, так как оно определяет будущее страны, генофонд нации, научный и экономический потенциал общества и, наряду с другими демографическими показателями, является чутким барометром социально-экономического развития страны.

В соответствии с Законом РФ “Об образовании” здоровье школьников относится к приоритетным направлениям государственной политики в сфере образования. В современных условиях школа призвана выполнять не только образовательную функцию, но и заботиться о сохранении и укреплении здоровья детей, так как через школу проходит каждый и проблему сохранения и укрепления здоровья нужно решать именно здесь.

 В нашей образовательной организации много часто болеющих детей, многие дети из семей, имеющих низкий культурно-гигиенический уровень, а также часть детей, которые много времени проводят перед экранами телефонов и планшетов, поэтому тема моего классного часа достаточно актуальна.

**3. Целевая аудитория воспитательного мероприятия.**

Методическая разработка воспитательного мероприятия направлена на 10-11 летних учащихся 5 класса.

**4. Роль и место воспитательного мероприятия в системе работы классного руководителя (связь с другими мероприятиями, преемственность).**

Методическая разработка воспитательного мероприятия «В здоровом теле – здоровый дух» имеет большое значение и играет важную роль в системе работы классного руководителя. Тема классного часа была запланирована в плане воспитательной работы руководителя на 2020-2021 год. Тема актуальна и играет важную роль в формировании активной жизненной позиции и здорового образа жизни школьников. Данная разработка продолжает серию классных часов, которые были проведены с детьми в начальных классах, тем самым сохраняется преемственность.

**5. Цель, задачи и планируемые результаты воспитательного мероприятия.**

Цель: активизировать познавательную деятельность у учащихся, пропагандируя здоровый образ жизни.

Задачи

- Воспитывать активную жизненную позицию, ответственное отношение к своему здоровью;

- Актуализировать и развить знания учащихся о здоровье и здоровом образе жизни;

**6. Классный час** ‒ важная форма проведения воспитательного мероприятия. Он нужен и педагогу, и обучающимся. Это живое общение, которое проходит в форме обсуждения радостей и проблем. Только в тесном общении с детьми классный руководитель может не только узнать микроклимат класса, его интересы, проблемы, желания, но и грамотно выстроить воспитательную работу.

**Форма проведения воспитательного мероприятия – «путешествие»,** беседа с моделированием проблемных ситуаций, ответами на вопросы и решением задач. Данная форма выбрана не случайно: пятиклассники охотно играют, при этом анализируют полученную информацию, обобщают, делают выводы.

**7. Педагогические технологии, методы, приемы, используемые для достижения планируемых результатов.**

Технология развития критического мышления.

На мероприятии у детей актуализируются имеющиеся знания и формируется личный интерес, определяются цели данной темы. Получая новую информацию о здоровом образе жизни, ребенок систематизирует ее. При этом у него формируется собственная позиция. На основе осмысления собственного опыта и полученной информации на занятии обучающийся пытается выразить свои мысли ясно, уверенно и корректно по отношению к окружающим.

Технология развивающего обучения.

Под руководством классного руководителя ребенок пытается поставить цели и задачи мероприятия и достичь их творчески. Развитие личности идет по таким качествам, как целеустремленность, честь и достоинство, самостоятельность и организованность, творчество и оценка. В изучаемом материале ребенок старается проследить причинно-следственные связи и наряду с практическим сознанием и мышлением получить их теоретическую основу.

Здоровьесберегающие технологии.

На мероприятии ярко прослеживается обеспечение социально-психологического благополучия ребенка. Занятие построено с учетом достаточной двигательной активности школьников и необходимой смены видов деятельности.

Игровые технологии.

На классном часе были использованы игровые приемы и ситуации, выступающие как средство побуждения, стимулирования к деятельности. Игры соответствовали учебно-воспитательной цели и задачам мероприятия. Они были доступны для учащихся данного возраста и уместны на этапах мероприятия.

Педагогика сотрудничества.

Мероприятие нацелено на развитие личности ребенка, его внутреннего мира. Оно увлекает воспитанника, направляет и дает свободу выбора. Оно создает ситуацию успеха и доброжелательности, помогая ребенку реализовать себя в положительной деятельности.

Технологии уровневой дифференциации.

Учитывая индивидуальные особенности каждого воспитанника (уровень подготовки, развития, особенность мышления, познавательный интерес), для каждого ребенка на мероприятии был выбран наиболее целесообразный и эффективный вид деятельности, формы работы и типы заданий. Выполняя их, дети чувствовали себя комфортно, а создание наиболее благоприятных условий способствовало развитию личности каждого воспитанника как индивидуальности.

Используемые видеофрагменты формировали положительные эмоции.

Для мероприятия была подготовлена наглядность (карточки, приложение 1).

Мероприятие прошло на фоне хорошего настроения и придало присутствующим ощущение радости.

**8. Ресурсы, необходимые для подготовки и проведения мероприятия (кадровые, методические, материально-технические, информационные и др.)**

Мероприятие прошло среди обучающихся 5 класса и позволило продолжить изучение особенностей здорового образа жизни.

На проведение мероприятия было затрачено 40 минут.

Для подготовки мероприятия и достижения планируемых результатов учителем были получены необходимые знания, использованы нужные педагогические технологии, методы, приемы.

Для классного часа был использован заранее оформленный кабинет, который включал следующую наглядность:

* изображение полезных и вредных продуктов;
* плакат «Полезные привычки», который заранее нарисовали дети;
* ссылки на видеофрагменты;
* индивидуальные значки.

Оформление доски:

* картинки с изображением средств личной гигиены;
* фотографии известных спортсменов.

Видео и музыкальное оснащение:

* компьютер, акустическая система;
* аудиозапись стук колес и гудок поезда.

**9. Рекомендации по использованию методической разработки в практике работы классных руководителей.**

В представленном сценарии отражена роль и значимость здорового образа жизни.

Адресуется учителям, воспитателям ГПД и педагогам дополнительного образования для организации и проведения воспитательных мероприятий

**2. Основная часть.**

На этапе подготовки к мероприятию классный руководитель совместно с детьми готовит кабинет, в котором будет проходить путешествие, некоторые дети учат наизусть стихотворение.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Этапы | Деятельность учителя | Деятельность детей |
| Мотивационный | Здравствуйте ребята! Наш сегодняшний классный час посвящен очень важной теме. Прежде, чем начать работать, обратите внимание, что на ваших партах лежат значки. Я предлагаю вам написать на них свои имена и закрепить на одежде. | -Здравствуйте. |
| Ориентирующий | Ребята, а как у вас обстоят дела с загадками и пословицами? Умеете их отгадывать?Хорошо давайте тогда попробуем.<https://learningapps.org/1341074> 1. Где здоровье .2. Живи с разумом, , .3. Аппетит от больного бежит,, .4. Береги честь смолоду, , -.5.Больной лечится, .6.В здоровом теле - - .7. Дал бы бог здоровья, .8.Кто не болел, Ребята, вы, наверное, уже догадались, о чем мы сегодня будем говорить?Да, вы абсолютно правы!Я предлагаю вам отправиться в путешествие в страну здоровья. Но это не просто путешествие, а путешествие на автобусе! Договорились?- Наш автобус «Здоровье» называется,На нем мы в путь отправляемся!(на экране изображение автобуса и звучит фонограмма с записью отправления транспорта)  | -Да, умеем.    -О здоровом образе жизни.  -Согласны.  |
| Деятельностный | -Итак, мы в стране Здоровья!- Чтобы быть здоровым, добрым и веселым, надо соблюдать режим дня. С чего надо начинать утро?Спорт – залог здоровья и хорошего настроения.Наша первая остановка – станция «Спортивная».Как говорят жители этой станции «Лучшего средства от хвори нет – делай зарядку до старости лет».Жители этой станции приготовили для вас веселую зарядку.<https://www.youtube.com/watch?v=eLN24T1t35Q> - Наше время пребывания на этой остановке подошло к концу. И нам пора двигаться дальше. (на экране изображение автобуса)- Следующая наша остановка – станция «Гигиеническая». Девиз жителей этой станции: «Чистота - залог здоровья».- Ребята, подумайте, кто является главным жителем станции Гигиенической?.Правильно, Мойдодыр.(просмотр отрывка мультфильма «Мойдодыр» <https://www.youtube.com/watch?v=fSgl3ncxJgc> )- Мойдодыр подготовил для нас загадки о наших друзьях, которые помогают нам оставаться чистыми и аккуратными. <https://learningapps.org/21328641>  Молодцы! Справились.- Внимание! Нам пора дальше. Наше путешествие продолжается(на экране изображение автобуса и звучит фонограмма с записью отправления транспорта)  - Следующая наша остановка - станция «Правильное Питание». Девиз жителей станции: «Будешь правильно питаться – со здоровьем будешь знаться!»(Моделирование)- Посмотрите вокруг: на стенах, на доске развешаны картинки с продуктами питания. (Приложение 1) Одни из них полезны для нас, а другие наоборот – вредны для нашего здоровья. Девочкам я предлагаю выбрать только полезные продукты питания и разместить их на левой стороне доски, а мальчики выберут вредные для нашего питания продукты и разместят их на правой стороне доски.(Дети демонстрируют модель «Полезно – вредно». На одной стороне модели – продукты полезные для здоровья. Это – фрукты, овощи, крупы, молоко, мясо, рыба. А на другой – продукты, которые необходимо ограничивать в питании, или совсем исключить из своего рациона. Например, конфеты, пирожные, жареный картофель, сухарики, чипсы, гамбургеры)Следующая станция - «Привычки». Жители этой стации записали для вас ролик, из которого вы узнаете, какие есть у нас привычки. Я попрошу вас внимательно посмотреть ролик и записать в один столбик полезные, в другой столбик вредные привычки, а затем самим продолжить список привычек.<https://www.youtube.com/watch?v=LF9RbCmJ5PI>  - Наше путешествие подошло к концу, давайте вспомним, какой образ жизни нужно вести, чтобы сохранить и укрепить своё здоровье.Подготовленные ребята читают стихотворение:**О здоровье** Чтоб здоровье сохранить,Организм свой укрепить,Знает вся моя семьяДолжен быть режим у дня.\*\*\*За осанкой ты следи,Спину, выпрямив, сиди.Если ты ложишься спать,Жёстче выбери кровать!\*\*\***Стих о здоровье для детей**Тот, кто с солнышком встаёт,Делает зарядку,Чистит зубы по утрамИ играет в прятки, —Тот спортивный человек,И вполне весёлый.Постарайся быть такимВ школе или дома.А. Болюбаш\*\*\***Мы здоровы**На лугу жуют коровы,Ох, круглы у них бока.Мы с братишкою здоровыОт парного молока.Вот придёт под вечер Зорька,Позовёт нас громко: "Му-у-у!"... А поправились насколькоМы не скажем никому-у-у!Н. Ярославцев\*\*\*Чтобы мне здоровым быть,Надо овощи любить.Свёкла, репка, лук, морковь —Моя первая любовь.\*\*\*Если долго в даль глядеть,На зеленый цвет смотреть,Будешь ты здоров всегда,Будут сильными глаза.\*\*\*Солнце, воздух и вода –Наши лучшие друзья.С ними будем мы дружить,Чтоб здоровыми нам быть.\*\*\*Глупый снежный человекГлупый снежный человекЗуб не чистил целый век,Грыз кокос, бананы ел,Чистить зубы не хотел!И однажды, в самом делеЭти зубы — заболели!Вот, с тех пор, он ходит‐рыщет,И врача с щипцами — ищет!- Каждый человек должен заботиться о своем здоровье. Ведь никто не позаботится о тебе лучше, чем ты сам. |   С зарядки.    Ребята выполняют спортивную зарядку вместе с жителями Ответы детей  Внимательно смотрят отрывок   Ответы детей             Встают из-за парт, собирают по классу нужные картинки, оформляют доску.          Внимательно смотрят ролик, оформляют запись, добавляют свои примеры  Ответы детей                      |
| Рефлексирующий | Вам понравилось наше путешествие?Посмотрите на ваши значки. Если вам понравилось путешествие, было познавательно и интересно, то закрасьте значок ярким цветом, если нет, темным цветом.Ребята, посмотрите друг на друга, улыбнитесь друг другу и пожелайте друг другу здоровья.А чтобы вы не забывали о том, о чем мы с вами говорили, я вам подарю на память памятки о здоровом образе жизни. (Приложение 2) | Закрашивают значки разными цветами.   Смотрят друг на друга, улыбаются друг другу, желают здоровья  |

Используемая литература и ресурсы:

1. <https://rustih.ru/anastasiya-bolyubash-o-zdorove/>
2. <https://learningapps.org/1341074>
3. <https://learningapps.org/21328641>
4. <https://www.youtube.com/watch?v=LF9RbCmJ5PI>
5. <https://www.youtube.com/watch?v=eLN24T1t35Q>

​​​​​​​