**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 семья  Должен 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 утрам  И играет в прятки, —  Тот спортивный человек,  И вполне весёлый.  Постарайся быть таким  В школе или дома.    А. Болюбаш  \*\*\*  **Мы здоровы**    На лугу жуют коровы,  Ох, круглы у них бока.  Мы с братишкою здоровы  От парного молока.    Вот придёт под вечер Зорька,  Позовёт нас громко: "Му-у-у!"  ... А поправились насколько  Мы 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 человек  Глупый снежный человек  Зуб не чистил целый век,  Грыз кокос, бананы ел,  Чистить зубы не хотел!  И однажды, в самом деле  Эти 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>

​​​​​​​