

Урок здоровья 2класс

1. Приветствие

Хочется счастья вам пожелать,
Самое главное не унывать.
Всего вам доброго, мирного, ясного!
Всего вам светлого и прекрасного!

Я хочу пожелать вам только удачи,
Чтоб радость шагала с вами всегда,
Чтоб здоровье, веселье и счастье в придачу
Были вместе с вами – и подальше беда.

2. Актуализация знаний

- Ребята, перечислите еще раз своими словами, что мы сейчас вам пожелали! (радости, удачи, веселья, здоровья)
- Для чего люди желают друг другу много доброго? (чтобы было приятно, чтобы, создать хорошее настроение, все хотят дружить друг с другом).
- Наше настроение влияет на наше здоровье?
- А что еще влияет на наше здоровье?
- Вот сегодня у нас урок здоровья. Поговорим, что значит быть здоровым.

3. Новый материал

- Для начала поработаем с пословицами о здоровье. Кто из вас знает пословицы о здоровье и какие? (ответы детей)

Ребята работают с карточками.

Задание: восстановить пословицы, объяснить смысл. Психолог раздает детям карточки, где написаны пословицы о здоровье, но не полностью. В другом столбце написаны окончания пословиц, необходимо составить пословицы целиком.

Карточка №1

1. Добрый человек 2. Чем сердиться, лучше 3. Сделай доброе дело, чтобы 4. Ласковое слово, как 5. Как утро начнешь, так и	весенний день сердце пело приятен людям день проведешь помириться
--	---

Карточка №2

1. Береги платье снову, а 2. Труд – здоровье, лень 3. Здоровье 4. Здоровья пожелаешь 5. Делу время, потехе	час болезнь здоровье смолоду счастье повстречаешь дороже богатства
--	--

1. Добрый человек – приятен людям
2. Чем сердиться, лучше помириться
3. Сделай доброе дело, чтобы сердце пело
4. Ласковое слово, как весенний день
5. Как утро начнешь, так и день проведешь
6. Береги платье снову, а здоровье смолоду
7. Труд – здоровье, лень болезнь
8. Здоровье дороже богатства
9. Здоровья пожелаешь счастье повстречаешь
10. Делу время, потехе час

Далее составляется «ромашка здоровья»: психолог заготавливает ватман, где нарисована ромашка. Ребенок озвучивает составленную пословицу, подходит к столу психолога, находит эту пословицу в напечатанном виде и приклеивает эту полоску – карточку на ватман в лепесток ромашки. И таким образом восстанавливаются все пословицы и приклеиваются на ватман, создается «ромашка Здоровья». Эта «ромашка» остается в классе на стенде.

- Много оказывается, существует пословиц на эту тему (в дополнение)

- Здоровому все здорово
- Здоровье не купишь.
- Больному и мед горек.
- Спешите делать добро.

Вывод: и тело, и душа человека должны быть здоровыми, надо по – доброму относиться к себе и другим людям.

- Чтобы попасть в страну «Здоровье» и быть здоровым, необходимо знать, что нельзя делать, что вредит здоровью и что надо делать, чтобы быть здоровым.

Психолог кидает детям мячик, и они отвечают на первый вопрос. Психолог подводит детей к следующим ответам.

Нельзя:

- Лениваться
- Мало двигаться
- Есть много сладкого, жареного
- Ходить без шапки
- Есть снег, сосать сосульки
- Грустить, унывать
- Простужаться

Ответ на второй вопрос дети оформляют в индивидуальных «ромашках здоровья». Для каждого ребенка приготовлен альбомный лист. Затем по желанию дети говорят по одному примеру. Психолог подводит детей к следующим ответам.

Надо:

- Трудиться

- Соблюдать чистоту
- Закаляться
- Делать зарядку
- Весело жить
- Смеяться
- Дружить
- Заниматься спортом
- Бывать чаще на свежем воздухе
- Соблюдать режим дня
- Правильно питаться

Если дети не обозначат необходимые навыки по сохранению здоровья, то все дописывают вместе.

- Давайте попробуем определить понятие «здоровье». Психолог вывешивает на доску плакат.

«Здоровье – это состояние, когда телу хорошо (все органы здоровы) и душе хорошо (человек счастлив)».

4. Закрепление.

а) Чтение сказки под музыку

«Жил на свете один богатый, император, у которого было много всего. Много коров, посуды, много земли, домов, дворцов. У него были леса и поля, луга и реки. И даже высокие горы со снежными вершинами и стекающими с них водопадами. И еще было у него много слуг, советников. И все его советники уже давно давали ему один мудрый совет:

- Женись! Пусть у тебя родятся дети, твои потомки, пусть жена твоя прекрасна, и пусть она любит тебя. Ведь без любви нет на свете счастья.

Но богатый император на это отвечал им:

- Я женюсь, когда буду владеть всем миром. Когда вокруг меня будет все из золота и все это золото будет принадлежать мне!

Долго ли, коротко ли, но только один раз на охоте он чуть не наступил на маленькую голубую змейку. Таких змеек он никогда не видел, они не водились в его лесах. И он уже хотел раздавить ее своим сапогом, но змея взмолилась человеческим голосом:

- Не убивай меня, император. Я выполню любое твоё желание.

Усмехнулся император, не поверил змее. Однако сказал:

- Хорошо. Я не убью тебя, но только сделай так, чтобы вокруг меня все было из золота.

Глядь, а у него в руках, какая – то длинная тросточка появилась. Только коснулся он ею дерева – и дерево тут же стало золотым. Коснулся цветов – и цветы стали золотые. Коснулся своих слуг – и слуги застыли на месте и стали золотыми. И всё, чего касался император своей тросточкой, становилось золотым – и птицы, и деревья, и все живое, и даже еда. Все перестало двигаться и жить, издавать звуки и благоухать. Только блеск золота слепил глаза и кружил императору голову.

Наконец он проголодался и кликнул слуг. Но никто не пришел на его зов, никто не откликнулся. Тогда император сам отправился на поиски своих людей и еды. Но ему встречались лишь застывшие золотые фигуры. Еда тоже застыла и превратилась в золото. Было тихо и мертво.

Закричал от ужаса император, стал умолять свою тросточку расколдовать всех. Ему уже не нужно было так много золота. Вообще стало не нужно никакого золота. Самое лучшее золото – золото души, жизни, понял император.

Но, увы, никто ему не ответил, по – прежнему тихо было вокруг. И среди всего этого золотого великолепия император в тоске и отчаянии, одиночестве и пустоте закончил свою жизнь».

Вывод: золото, богатство – в людях, дружбе, здоровье.

5. Итоги.

Дети по кругу передают друг другу колокольчик, прощаются и желают добра.

Карточка №1

<ol style="list-style-type: none">1. Добрый человек2. Чем сердиться, лучше3. Сделай доброе дело, чтобы4. Ласковое слово, как5. Как утро начнешь, так и	<p>весенний день сердце пело приятен людям день проведешь помириться</p>
--	--

Карточка №2

<ol style="list-style-type: none">1. Береги платье снову, а2. Труд – здоровье, лень3. Здоровье4. Здоровья пожелаешь5. Делу время, потехе	<p>час болезнь здоровье смолоду счастье повстречаешь дороже богатства</p>
--	---

Карточка №1

<ol style="list-style-type: none">1. Добрый человек2. Чем сердиться, лучше3. Сделай доброе дело, чтобы4. Ласковое слово, как5. Как утро начнешь, так и	<p>весенний день сердце пело приятен людям день проведешь помириться</p>
--	--

Карточка №2

<ol style="list-style-type: none">3. Береги платье снову, а4. Труд – здоровье, лень5. Здоровье6. Здоровья пожелаешь7. Делу время, потехе	<p>час болезнь здоровье смолоду счастье повстречаешь дороже богатства</p>
--	---

Карточка №1

<ol style="list-style-type: none">1. Добрый человек2. Чем сердиться, лучше	<p>весенний день сердце пело</p>
---	--------------------------------------

3. Сделай доброе дело, чтобы	приятен людям
4. Ласковое слово, как	день проведешь
5. Как утро начнешь, так и	помириться