**Классный час** **по теме:**

**« Полезные и вредные привычки»**

**2 класс**

**Тема:** «Полезные и вредные привычки».

**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.**

I.**Организационный момент.**

**Учитель:** Здравствуйте, ребята! Я рада видеть Вас на нашем занятии. А начнём мы его необычно, с игры «Приветствие». Посмотрите друг на друга.

Скажем «Здравствуйте» руками!
Скажем «Здравствуйте» глазами!

Скажем «Здравствуйте» ногой!

Скажем «Здравствуйте» щекой!
Скажем «Здравствуйте» спиной!
Скажем «Здравствуйте» словами – (обращаются к гостям)
Скажем «Здравствуйте» плечом!

Станет радостно кругом!

**II.** **Актуализация опорных знаний**.

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.

**III. Самоопределение к деятельности.**

**Слайд 2.**

- 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.*

**IV. 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 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.

**Слайд 3.**

**Слайд 4.**

1. **Создание мини-проектов «Наши привычки».**

**Слайд 5.**

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)

 *( Учащиеся работают в группах; после обсуждения на доске вывешиваются 3 мини – проекта.)*

***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?

**Слайд 6.**

Есть одна игра для вас,

Я прочту стихи сейчас.

Я начну, а вы кончайте,

Дружно хором отвечайте.

Где отгадка – там конец.

Кто подскажет – молодец!

Добавьте строчки волшебными словами:

**Слайд 7.**

- Мальчик вежливый и развитый говорит, встречаясь, … /*здравствуйте/.*

**Слайд 8.**

- Зазеленеет старый пень, когда услышит … /*добрый день*/.

**Слайд 9.**

- Если солнышко садится

По деревьям золотится.

Говорим тогда при встрече

Всем знакомым …(добрый вечер).

**Слайд 10.**

Когда нас бранят за шалости, говорим, … /*прости, пожалуйста*/.

**Слайд 11.**

- И во Франции, и в Дании

На прощанье говорят…(до свидания).

**Слайд 12.**

- Растает даже ледяная глыба от слова тёплого … /*спасибо/*.

**Слайд 13.**

- А вы знаете, что11 января отмечается Всемирный день «Спасибо».

***Для защиты своего мини-проекта приглашается 2 группа.***

* 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.

Дети рассказывают стихотворения наизусть.

**1 группа.** Не люблю я, братцы, мыться, Чукина Софья
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: Петросян Виктория
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.** Спортом я не занимаюсь Корнякова Вероника

Я никак не закаляюсь

Бегать, прыгать нету сил

Свет мне кажется не мил

Я сутулый и хромой

Я для всех уже больной.

Пролежал уж все бока, я…(**лежебока)**

**1 группа.** Лишь услышу шум и гам, Байтенев Арсений
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! Федяев Михаил
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, Кубрина Дарина

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. Калинчева Дарья

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». Физминутка.***

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.

**Слайд 14. *Ситуация 1***

Девочка возмущенно жаловалась маме: “Во дворе есть такой плохой мальчик – все время зовет меня Валькой”. “А ты как его зовешь?” – спросила мама. “Я его вообще никак не зову. Я ему просто кричу: “Эй, ты!”

Права ли была девочка?

*(Девочка сама должна звать мальчика по имени, показывая ему пример, а не кричать**“Эй, ты!”)*

**-** Предлагаю вам следующую ситуацию.

**Слайд 15.**

 Мальчик крикнул прохожему “Сколько время?”

- Какие ошибки допустил мальчик?

1) надо было не кричать, а говорить; 2) скажите, пожалуйста;

3) правильнее говорить который час, а не сколько время.

- Непросто быть вежливым и культурным человеком. Этому необходимо учиться всю жизнь. А помогают нам в этом не только наши родители, учителя, но и старые, добрые сказки. Наш дальнейший путь лежит в Сказки**.** Ведь именно в сказках Добро всегда побеждает зло.

**Слайд 16.**

Давайте, ребята, вспомним, какие сказочные герои творили добрые дела, приносили радость окружающим.

- Это были любимые цветы девочки, которая оказалась сильнее Снежной королевы и спасла своего друга из ледяного плена (Герда).

**Слайд 17.**

- Этот сказочный герой носил широкополую шляпу. С прекрасной шарманкой он ходил по городам, пением и музыкой добывал себе на хлеб. Он спас кукол от злого Карабаса-Барабаса и открыл для них замечательный театр. (Папа Карло).

**Слайд 18.**

- Этот герой лечил зверей и птиц, спас больных зверей Африки (Айболит).

**Слайд 19.**

Эта девочка использовала последний лепесток, чтобы помочь выздороветь больному мальчику (Женя).

 **V. Рефлексия «Дерево привычек».**

**Слайд 20.**

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. Подведение итога занятия.**

* Итак, о чём мы с вами говорили?
* Какие бывают привычки?
* Почему привычки называют 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.

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