**Слайд 1**

**Классный час**

**«Является ли для тебя ценностью твоё здоровье?»**

Здравствуйте, юные дамы и господа!

Я предлагаю вам в преддверие праздника подписатьоткрытку близкому человеку или однокласснице. Зачитайте свое пожелание. Какое пожелание встречается чаще всего?(здоровье). Наверно, потому, что  здоровье  для  человека – самая  главная  ценность. Его не купить ни за какие деньги! Будучи больным, вы не сможете воплотить в жизнь свои мечты, не сможете отдать свои силы на преодоление жизненных задач, не сможете полностью реализоваться в современном мире.

Сегодня  у  нас  классный  час  посвящен  здоровью  человека.

**- *Давайте сейчас попробуем ответить на вопрос: "Что же такое здоровье?".***

Здоровье человека – это главная ценность жизни каждого из нас. Его нельзя купить ни за какие деньги и ценности. И что уже давно доказано, его нужно беречь с самого первого дня появления на свет. Сначала о вас заботятся родители, но вы растете и уже каждый из вас сейчас должен задуматься, как не навредить своему здоровью.

**Я предлагаю вам посмотреть видеоролик**

Народная мудрость гласит: "Здоровому все здорово".

**- Пожалуйста, поднимите  руки, кто  никогда  не  болел?**

**- А  кто  болел  1  раз?**

**- А  кто  болел 2 раза?**

Посмотрите, мы  привыкли  к  тому, что  человеку  естественно  болеть! А  ведь  это  неверная  установка! Давайте  изменим  установку  и  запомним: что  человеку  естественно  быть  здоровым! Ученые  считают, что  человек  должен  жить  150-200  лет (так  древние  греки  считали, что  умереть  в  70  лет, значит умереть в колыбели).

***- Что мешает человеку быть здоровым?***

*- Вредные привычки.*

***Что приносят вредные привычки нам?***

*(Психологическую зависимость.)*

**Вывод:** отказаться от вредных привычек всегда не просто, но представить здоровый образ жизни с вредными привычками еще сложнее. Курение, алкоголь, наркотики отрицательно отражаются на трудовой и творческой деятельности человека, влекут за собой заболевания и социальное неблагополучие человека.

**Слайд 2**

**МИНИ-ПРОЕКТ**

***Я предлагаю сейчас вам реализовать мини – проект на тему***

***«*Как жить сегодня, чтобы иметь шансы увидеть завтра?»**

**Учащиеся получают задание:** обсудить в группах отношение к обсуждаемой теме, свои мысли и мнения отразить в проекте, который может быть оформлен в стихах, в виде рассказа, сказки, научной статьи, правил поведения, свода законов, рисунков, плакатов и обязательно составить формулу здоровья из имеющихся предметов.т. д.   
Учащиеся работают 15 мин.

После окончания работы, созданные проекты обсуждаются и защищаются.

**(Включить музыку)**

**Выводы и рекомендации:** здоровье человека – жизненно важная ценность, оно складывается из многих взаимосвязанных друг с другом компонентов. На здоровье влияют наследственность, состояние окружающей среды, здравоохранение. Но более чем на половину – здоровый образ жизни. Запомните, ваше здоровье – в ваших руках! Ведите здоровый образ жизни и будьте здоровы!

**Слайд 3**

**Рефлексия**

Теперь можно подвести обобщение проекта "*Если бы я был президентом я бы...,  чтобы укрепить здоровье граждан моего государства*".

***Учитель дарит учащимся воздушные шарики со словами:***

“Ваше тело, как и этот шарик, сосуд для здоровья, от того, какими мыслями, чувствами, поступками вы наполните этот сосуд, зависит ваше здоровье”. Учащиеся надувают шары. Напишите на воздушном шарике слова «Здоровье».

После того, как ученики надули шары, учитель: “Что вы сделаете со своим здоровьем?” Вы можете его подарить родителям, оставить себе, может быть спустить или лопнуть шар.

**Свои представления о счастливой полноценной жизни я выразила в виде дерева жизни (рис.1)**

Листья этого дерева – дни жизни человека. Каждый лист будет свеж и зелен, если поддерживать крону, будут равноценные ветви: «я  
могу», «я хочу» и «я должен». Это ведь замечательно, что человек делает в жизни то, что он может, и это не противоречит тому, что он должен, не противоречит интересу других людей; когда то, что человек должен делать, он и может, и хочет. Эти ветви поддерживает ствол «здоровый образ жизни», питаемый корнями – «составлящими здоровый образ жизни».

**Заканчивается занятие изучением общественного мнения: каждому раздаются заготовки (изготовленные контуры лица, на котором нарисованы только глаза – см. рис.) В зависимости от отношения к проблеме здорового образа жизни, веры в личные возможности сделать свою жизнь счастливой, оптимизма, дети рисуют различные выражения лица -чем шире улыбка, тем больше уверенности в завтрашнем дне и в свои силы. Затем рисунки вывешиваются на доске на натянутой капроновой нитке.**