Импровизация: «Разве здоровье не чудо?» А.П. Чехов

Учитель начальных классов

МОУ «Турочакская СОШ»

с. Турочак

Вальтер Екатерина Сергеевна

E-mail: e-valter@bk.ru

«Разве здоровье не чудо?» - сказал наш классик А.П. Чехов. Все мы знаем, что по профессии он был врачом, значит знал, о чем говорил. Истинным чудом на земле является здоровье, ведь от его состояния зависит настроение человека, его физическая активность, способность верно мыслить и продуктивно работать.

В XXI веке выражение Антона Павловича не теряет своей актуальности.

Когда человек рождается здоровым мы воспонимаем это за норму. Статистика же неумолимо показвывает нам, что процент абсолютно здоровых людей с годами все ниже. И все это несмотря на то, что мы с вами живем в мир развитых технологий: человек исследует космос, создает множество гаджетов…, но лишь здоровье человека остается неизведанным объектом, над которым еще предстоит немало потрудиться и может тогда… человек будет наделен главным чудом на земле – крепким здоровьем.

Я соглашусь с Антоном Павловичем: здоровье - это истинное чудо. От себя я бы добавила к этой фразе, что для нас педагогов здоровье – это еще и богатсво.

Ведь именно здоровье

Выручает нас всегда!

И об этом нам, коллеги,

Забывать никак нельзя.

Ведь здоровьесбереженье

Актуально и для нас,

А насколько это важно

Я вам расскажу сейчас.

Задумайтесь, как важно в нашей профессии сохранить не только здоровье детей, но и свое. Ведь от нас так много зависит. Вы все, наверно, согласитесь, что для того чтобы сохранить здоровье, нам хочется чаще отдыхать. «Но порой только хочется». А.С. Пушкин.

Сегодня я предлагаю вам совершить небольшое путешествие и чуточку отдохнуть.

- Когда вы собираетесь на отдых, что вы предпринимаете прежде всего?

- Собираем багаж. Для того чтобы не обгореть на солнце в нем обязательно должен быть головной убор. Наденьте, пожалуйста, пилотки.

- Встает вопрос, куда же поехать? (Музыкальное сопровождение Игорь Скляр «Комарово»)

-Покупаем билет и летим в Комарово.

-Приготовтесь к полету. (Музыкальное сопровождение: Валерия «Самолет»)

- Каждый из нас должен быть счастлив здесь и сейчас.

И вот мы на месте. Мы переполнены радостью. И, чтобы воспоминания о море были долгими, а здоровье крепким, нам надо в полной мере насладиться отдыхом. Оставляем багаж, надеваем пляжные тапочки и … к морю.

Удобно располагаемся на пляже.

Закройте, пожалуйста, глаза. (Музыкальное сопровождение: Релаксация «Море») Представьте, что вы лежите на теплом песке и загораете. Вдали кричат чайки, шумит море, волны подкатывают прямо к вашим ногам. Цели, задачи, конспекты, отчеты, начальство - все это позади. Вы в Комарово. И вам так хочется погрузить свои пальцы в песок, ощутить его тепло и целительную силу. Светит яркое солнце. Вам хорошо.

Откройте глаза. Вы достаточно долго находились под солнцем. Вам просто необходимо утолить жажду, чтобы не получить тепловой удар. Перевернитесь на своем лежаке, чтобы загар ложился ровно и продолжайте отдыхать, а в это время задумайтесь о том, что…

Здоровье - это ценность и богатство,

Здоровьем людям надо дорожить.

Здоровым быть - вот истинное чудо!

Желаю с этим правилом

Вам много лет прожить!

Говорят: положительные эмоции – это движение энергии в человеке.

Надеюсь, что я вызвала у вас только положительные эмоции. Полные сил и энергии после путешествия вы вернетесь на свои рабочие места и продолжите с большим энтузиазмом сохранять самое ценное, что есть у человека, истинное чудо на земле – здоровье, здоровье наших воспитанников, родных и близких, а также не забудете о том, что для этого необходимо самому быть здоровым.