Конспект занятия по здоровому образу жизни (2 класс)

Тема: «Здоровье не купишь – его разум дарит»

Учитель начальных классов Чернопятова Ирина Анатольевна

**Цель**: прививать детям навыки здорового образа жизни.

**Задачи:**

* развивать умение общаться друг с другом в процессе игры;
* развивать у детей потребность в здоровом образе жизни;
* закрепить и систематизировать знания детей о здоровье человека и способах его укрепления и сохранения.

1 ученик.

Приветствуем всех, кто время нашел

В лицей на урок здоровья пришел!

Весна лучом солнца стучит нам в окно

И в классах у нас тепло и светло!

2 ученик.

Мы здесь подрастаем, мужаем мы здесь

И набираем, естественно, вес!

Всегда мы здоровы, с зарядкой дружны,

Нам спорт с физкультурой, как воздух, нужны.

3 ученик.

А с ними порядок, уют, чистота,

Эстетика, нежность, сама красота!

Здоровье своё сбережет с малых лет.

Оно нас избавит от болей и бед!

Ведущий.

Что значит быть здоровым человеком?

Выберите слова для характеристики здорового человека.

Здоровый человек – это … человек.

* Крепкий
* Сильный
* Бледный
* Неуклюжий
* Веселый
* Ловкий
* Красивый
* Сутулый
* Румяный
* Стройный

Ведущий.

Нас в жизни окружают различные вещи. Какие из них помогают нам быть здоровыми, вы узнаете, отгадав загадки.

1)Чтобы быть здоровым, сильным

Мой лицо и руки с …(мылом)

2) Целых 25 зубков

Для кудрей и хохолков

И под каждым под зубком

Лягут волосы рядком. (Расчёска)

3) Волосистой головой

В рот она влезает ловко

И считает зубы там

По утрам и вечерам. (Зубная щётка)

4) Лёг в карман и караулю

Рёву, плаксу и грязнулю.

Им утру потоки слез

Не забуду и про нос. (Носовой платок)

5) Я несу в себе водицу

Нам водица пригодится.

Можно мыться без хлопот

Если есть …(Водопровод)

Игра «Собери пословицы»

* « Здоровье спасибо зарядке»
* « Здоровья пожелаешь за него нужно бороться»
* « Здоровье в порядке дороже золота
* « Здоровье даром не дается, счастье повстречаешь»

Ведущий.

Чтобы быть здоровым – необходимо заниматься физкультурой и спортом, быть внимательным, доброжелательным, аккуратным, правильно питаться, закаляться.

1 ученик.

Рано утром просыпайся,  
Себе, людям улыбайся.

Ты зарядкой занимайся,

Обливайся, вытирайся,   
Всегда правильно питайся,

Аккуратно одевайся,

В школу смело отправляйся!

2 ученик.

В нашей школе все танцуют,  
А ещё поют, рисуют,  
Лепят, строят, изучают, ничего не упускают!

3 ученик.

Но здоровье выше всех

Нам оно даёт успех!

И в учёбе, и в труде:

С физкультурою везде!

Ведущий проводит весёлую физминутку.