

ФАКУЛЬТАТИВНОЕ
ЗАНЯТИЕ
В 3 КЛАССЕ

Тема:

«Моё здоровье»

ЦЕЛЬ: ПОДВЕСТИ К ОПРЕДЕЛЕНИЮ ПОНЯТИЯ «ЗДОРОВЬЕ».

Задачи: *дать определение понятию «здоровье» и его отличие от болезни;*

- ⦿ научить поправлять свое здоровье - помогать себе самому;*
- ⦿ показать значимость полезных привычек для улучшения здоровья;*
- ⦿ развивать потребность в соблюдении правил здорового образа жизни.*

ДЕВИЗ: Я ЗДОРОВЬЕ СБЕРЕГУ, САМ СЕБЕ Я ПОМОГУ!



С. МИХАЛКОВ

« Грипп »



Катя сегодня из школы пришла,
С книжками вместе болезнь “принесла”.
Кашляет, чихает, слёзы вытирает.
У неё несчастный вид - очень голова болит,
Нос припух, температура - видно, ей нужна микстура
И глотать её тоже больно - очень Катя недовольна.
Надо ей учить уроки - она мается в дремоте,
Надо маме помогать, а она не может встать,
Пора подруге позвонить - трудно громко говорить.
В общем, встали все дела - так хвороба подвела.
Невзирая на протест, ей поставили компресс,
Хоть не хочется лечиться - с процедурами Катя мирится,
Надо ту болезнь прогнать, чтоб здоровой снова стать:
В школу бегать, песни петь - надо многое успеть.

ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОНЯТИЯ

«Здоровье»

Здоровье - это состояние полного психического, физического и социального благополучия.

ПОСЛОВИЦЫ И ПОГОВОРКИ

- Здоровому - всё здорово.
- Здоровью цены нет. Здоровье не купишь.
- Береги платье снову, а здоровье смолоду.
- Здоровье всего дороже, здоровье дороже богатства.
- Труд - здоровье, лень - болезнь.

ОТГАДАЙ КРОССВОРД

– Оля смотрит на кота,
На картинки, сказки.
А для этого нужны
Нашей Оле ...

– Что можно увидеть
с закрытыми глазами? ...

– Дождик теплый и густой,
Этот дождик не простой:
Он без туч, без облаков
Целый день идти готов ...

– У двух матерей
По пять сыновей –
Одно имя всем ...

– Но не выпущу его я.
Белой пеной пенится,
Руки мыть не ленится ...

– Ношу их много лет,
А счету им не знаю ...

– Пять братьев –
Годами равные,
Ростом разные ...

– Не часы,
А тикает ...

ПРАВИЛА ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

- ◎ *Соблюдать чистоту.*
- ◎ *Делать зарядку.*
- ◎ *Одеваться по погоде.*
- ◎ *Закаляться.*
- ◎ *Дышать свежим воздухом.*
- ◎ *Заниматься спортом.*

ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ

Здоровье - это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней.

Здоровый человек - это человек не только со здоровым телом, но и человек, у которого замечательное настроение и хорошие отношения с окружающими людьми.



Будьте здоровы!

