

**Информация**  
**о проведении классного часа : «Давайте учиться жить!»**  
**в Садовой СОШ 19.10.2018 г.**

Цель: приобщения учащихся к здоровому образу жизни, повышение мотивации к занятиям спортом.

Задачи:

Воспитание внимательного отношения к своему здоровью;

Повышение мотивации на здоровый образ жизни;

Развитие творческих способностей, расширение кругозора.

Ответственный: Г.И.Акаева-классный руководитель

Участники: Учащиеся 5 класса (15 чел.)

Присутствовали: П.Г.Темирова- классный руководитель

М.М.Джамбулатова –завуч по ВР

Г.И.Акаева сказала, самое ценное, что есть у человека, – это жизнь, а самое ценное в жизни – это здоровье.

-Что такое здоровье?

Здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней.

Здоровье – это бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества.

Здоровье помогает нам выполнять наши планы, успешно решать основные жизненные задачи, преодолевать трудности. Доброе здоровье, разумно сохраняемое и укрепляемое самим человеком, обеспечивает ему долгую и счастливую жизнь.

Наркомания, алкоголизм и курение - страшное зло, которое все больше проникает в нашу жизнь.

Уже ни для кого не секрет, что наша страна переживает всплеск подростковой наркомании, сравнимый с эпидемией. Поэтому любые меры профилактики встречают безоговорочную поддержку.

Основная часть мероприятия прошла в форме беседы. На обсуждение учащимся были представлены следующие вопросы.

-От чего же зависит здоровье человека?

-Может ли человек сам сохранить или улучшить свое здоровье?

-Что такое вредная привычка?

-Есть ли польза от наркотиков?

На все поставленные вопросы учащиеся ответили правильно. Активное участие приняли М.Даташев, Л.Инуркаева, А.Темиров, С.Магомедханов, Э.Абулайсова.

Они приводили примеры из жизненной ситуации.

В заключении выступила М.М.Джамбулатова –завуч по ВР.

Итак, каждый человек имеет право на выбор, какой образ жизни ему вести. То ли двигаться вперед, совершая хорошие поступки, добиваясь своей мечты или же губить свою жизнь, вредными привычками нанося вред не только своему здоровью, но и окружающим его людям.

В конце классного часа хочется пожелать всем участникам крепкого здоровья. И помните, что природа к нам очень щедра. Ведь достаточно всего 20 – 30 минут в день потратить на физзарядку, но такую, чтобы вспотеть и пульс участился вдвое, чтобы снизить риск заболеваний сердца в 2-3 раза. Двигайтесь больше.

