5 полезных советов классному руководителю для проведения классного часа по теме «Всемирный день здоровья»

[«Новые УРОКИ» newUROKI.net](https://newuroki.net/)

Всё для учителя – всё бесплатно!

Совет 1

Создайте интригу с первых минут

Вместо стандартного объявления темы, начните занятие с неожиданного вопроса или задания. Например, спросите: «Как вы думаете, сколько шагов в день нужно проходить, чтобы чувствовать себя бодрым?» или предложите мини-эксперимент: попросите всех встать и сделать глубокий вдох, а затем обсудите, как это влияет на самочувствие.

Совет 2

Используйте реальные примеры и истории

Расскажите историю о подростке, который изменил свой образ жизни и стал лучше себя чувствовать, или о знаменитостях, которые следят за своим здоровьем. Личные примеры всегда вызывают больше интереса, чем сухие факты.

Совет 3

Включите игру или интерактивное задание

Проведите небольшую игру, например: «Полезное или вредное?» — называйте различные привычки, а дети должны поднять зелёную карточку, если привычка полезная, и красную — если нет. Это поможет лучше запомнить материал и сделает урок живым.

Совет 4

Разделите класс на группы и дайте творческое задание

Пусть каждая команда подготовит короткую сценку, постер или чек-лист полезных привычек. Например, одна группа может создать "Меню правильного питания", другая — "Режим дня школьника", а третья — "Как сохранить бодрость в течение дня". Это активизирует детей и сделает занятие более увлекательным.

Совет 5

Завершите занятие мотивирующим вызовом

Пусть каждый ученик выберет одно полезное действие (ранний подъём, зарядка, отказ от вредных перекусов) и попробует придерживаться его неделю. Договоритесь обсудить результаты через несколько дней — это создаст дополнительную мотивацию применять полученные знания на практике.