

Государственное общеобразовательное учреждение Тульской области
«Новомосковский областной центр»

**Классный час
в 6 классе**

«Спорт в моей жизни»

Подготовил:
Классный руководитель Пичужкин Д.Е.

г. Новомосковск

2025г.

Цели:

- дать ученикам представление о здоровом образе жизни;
- помочь учащимся задуматься о необходимости быть здоровым;
- приобщение учеников к здоровому образу жизни, спорту и физической культуре;
- развивать творческие способности, память, внимание, познавательный интерес;
- воспитывать ответственное отношение учащихся к своему здоровью.

Оформление:

- на доске записана тема классного часа; развешаны фотографии разных видов спорта;
- на доске записано: «Когда нет здоровья, молчит мудрость, не может расцвести искусство, не играют силы, бесполезно богатство и бессилён разум» (Геродот)

Ход мероприятия.

Учитель: Здравствуйте, ребята! Мы говорим «Здравствуйте», а это значит, что мы друг другу желаем здоровья! Задумывались ли вы когда-нибудь о том, почему в приветствии людей заложено пожелание друг другу здоровья? Правильно, ЗДОРОВЬЕ для человека – самая главная ценность. Его не купишь ни за какие деньги! Будучи больным, вы не сможете воплотить в жизнь свои мечты, не сможете реализоваться в современном мире. Поэтому сегодня мы вместе решим задачу – что надо человеку, чтобы быть здоровым?

Чтение стихов (2 ученика):

Человек на свет родился,
Встал на ножки и пошел.

С ветром, солнцем подружился,
Чтоб дышалось хорошо.

Приучал себя к порядку:
Рано утром он вставал.

Бодро делал он зарядку,
Душ холодный принимал.

Он к зубным врачам, представьте,
Не боясь совсем, пришел.

Он ведь чистил зубы пастой,
Чистил зубы порошком.

Человечек за обедом
Черный хлеб и кашу ел.

Вовсе не был привередой,
Не худел и не толстел.

Спать ложился в девять тридцать,
Очень быстро засыпал.

С интересом шел учиться
И пятерки получал.

Каждый день он бегал, прыгал,
Много плавал, в мяч играл.

Набирал для жизни силы,
И не ныл, и не хворал.

Учитель: Ребята, так что же такое здоровье?

ЗДОРОВЬЕ – неоценимое счастье в жизни любого человека. Что нам помогает сохранить здоровье, бодрость духа, энергию?

Дети (предполагаемый ответ): физкультура и спорт.

Учитель: Ребята, давайте все дружно проведем физкультминутку!

Чтение стихов (2 ученика):

Силачом я стать хочу,
Прихожу я к силачу:

- Расскажите вот о чем,
Как вы стали силачом?

- Это просто – тренировка!
Свой секрет не утаю.
Рано утром я встаю
И при солнце
И в ненастье
Открываю окна настежь.
Приступаю я к зарядке.
Вместе пятки, врозь носки.
И вместе пятки, врозь носки –
Приседанья и прыжки.
Сто веселых упражнений
Со скакалкой и мячом!
Будешь делать их без лени,
Тоже станешь силачом.

Учитель: Ребята, а вы много знаете видов спорта?

Дети: Да! (Уч-ся называют разные виды спорта)

Учитель: Вот мы сейчас и проверим, дружите ли вы со спортом?

(Класс делится на три команды)

Конкурсы:

1. Ответить на вопросы:

(каждой команде 3 вопроса, если не отвечает, этот вопрос переходит соперникам, каждый вопрос - это 1 балл команде)

1. Как называется обувь для игры в регби? (Бутсы)
2. Название площадки, на которой выступают боксёры? (ринг)
3. В каком виде спорта прославился Алексей Ягудин? (фигурное катание)
4. Общее название домашнего животного и гимнастического снаряда? (конь)
5. Самый титулованный хоккеист мира? (В. Фетисов)
6. Сколько минут идет футбольный матч? (90 минут)
7. На чем передвигаются биатлонисты? (лыжи)
8. Название саней, на которых спускаются с горы бобслеисты? (боб)
9. В каком городе будет проходить зимняя олимпиада 2014 года? (Сочи)

2. Показать пантомиму на виды спорта:

(каждой команде достаётся несколько видов спорта, они показывают пантомиму, а

соперники должны угадать, учитывается массовость и эмоциональность команды, максимально по 3 балла)

- теннис; хоккей; биатлон
- бокс; баскетбол; боулинг
- фигурное катание, метание копья, дзюдо.

3. Назвать фильмы, телепередачи о спорте

(Какая команда больше называет, получает 1 балл за каждый ответ)

4. Угадай-ка

(правильный ответ 1 балл)

Эти фрукты не съедобны,

Но огромны и удобны.

Их иной спортсмен часами

Лупит сильно кулаками.

(Боксерские груши)

Мы проворные сестрицы

Быстро бегать мастерицы.

В дождь лежим, в мороз бежим –

Вот такой у нас режим.

(Коньки)

- Не пойму, ребята, кто вы?

Птицеловы? Рыболовы?

Что за невод во дворе?

- Не мешал бы ты игре!

Ты бы лучше отошел,

Мы играем в *(волейбол)*

На квадратиках доски
Короли свели полки.
Нет для боя у полков
Ни патронов, ни штыков.

(Шахматы)

Во дворе с утра игра,
Разыгралась детвора.
Крики: «мимо!», «шайбу», «бей!» -
Значит там игра

(хоккей)

5. Конкурс на быстроту и сообразительность.

(каждой команде даётся начало «кричалки», необходимо придумать окончание)

1. Здоровье – это клад,

Здоровье – это сила....

2. Курению – нет!

Наркотикам – нет! ...

3. Побольше спортом занимайся

И водичкой обливайся! ..

Учитель: Молодцы, ребята! Вы столько всего знаете! Как вы уже поняли, спорт – лучший друг здоровью.

Чтение стихов (2 ученика):

Со здоровьем дружен спорт.
Стадион, бассейны, корт,
Зал, каток – везде вам рады.
За старание в награду
Будут кубки и рекорды,
Станут мышцы ваши тверды.
Только помните: спортсмены
Каждый день свой непременно
Начинают с физзарядки.
Не играйте с дремой в прятки,
Быстро сбросьте одеяло,
Встали – сна как не бывало!

Учитель: Ребята, сегодня мы говорили с вами и о здоровье и о спорте!

- Какими вы хотите вырасти?

- Что надо делать, чтобы оставаться всегда крепким и здоровым, бодрым и энергичным?

- Какой ваш любимый вид спорта? Что вы можете о нём рассказать?

Учитель: Я благодарю всех, кто принимал участие в подготовке нашего классного часа, всех, кто был внимательным и активным.

Я верю в то, что вы всегда будете дружить со спортом.