

Самоанализ классного часа «Мы – за здоровое питание»

Учитель начальных классов: Стрелкова Лидия Сергеевна Школа: МОБУ СОШ № 14 г. Сочи имени Героя Советского союза Сьянова Ильи Яковлевича

Класс: 2 «В»

Тема классного часа «**Мы – за здоровое питание**» была выбрана не случайно.

Во-первых, эта тема актуальна всегда, потому, что она связана с жизнью. Возможно не все воспитанники понимают и осознают назначение здоровой пищи. Поэтому необходимо воспитывать у ребят правильное отношение к своему здоровью.

Во-вторых, в результате бесед выяснилось, что большинству учащихся класса хотелось бы узнать что-то новое.

Цель классного часа: формирование здорового образа жизни посредством правильного питания; научить детей правильно питаться, соблюдать гигиену питания, развивать стремление к укреплению своего здоровья, применяя полученные знания и умения.

Для достижения поставленной цели необходимо было решить следующие **задачи**:

1. Научить детей выбирать продукты, полезные для здоровья

Для решения данной задачи использовались:

(вызвать у ребят эмоциональный отклик на предложенную информацию)

- загадки;

2. Вызвать стремление к здоровому питанию (показать важность здорового питания)

С детьми поставили сценку «Спор овощей»

3. Составление правил правильного питания.

При решении этой задачи были использованы:

- беседа;

- свод правил правильного питания;

4. Расширить кругозор учащихся

Помочь ребятам определить важность здорового питания для себя

- привести примеры отношения к витаминам из своей собственной жизни;
- разгадывание кроссворда;
- рисунки о здоровом питании.

Для реализации поставленных задач была выбрана данная форма проведения классного часа.

В течение всей беседы я старалась создать комфортный психологический климат в классе, дать каждому возможность реализовать, старалась услышать мнение каждого.

В процессе подготовки и проведения данного мероприятия у учащихся приобретались, углублялись, расширялись и совершенствовались следующие умения и навыки:

-воспитание с детства разумных потребностей, осознанное и уважительное отношение к своему здоровью;

-умение быть настойчивым;

-обеспечивается единство воспитательных усилий семьи и школы в вопросах решаемой проблемы.

Классный час условно можно поделить на две части. Первая – это передача детям новой информации о здоровом питании и вторая – это понимание отношения к правильному питанию (разнообразная и полезная еда). Все это, в конечном итоге, приводит ребят к пониманию ценности здорового питания для самого себя, воспитания культуры здоровья, умения правильно выбирать разнообразные продукты для здорового и рационального питания.

Учащиеся немного переживали, было видно по сценке. Но потом они раскрепостились и начали отвечать на вопросы, вступать в беседу с учителем.

Подводя итог классного часа, дети сами делают вывод по предложенной теме, и через свод правил ещё раз закрепляют необходимость использования правильных продуктов. Считаю, что классный час соответствует общим воспитательным задачам и возрастным особенностям учащихся.

Практический литературный материал классного часа показал основные направления работы, которые помогут учащимся достичь того уровня знаний и умений, который необходим им для социальной адаптации.

Поставленная цель и задачи в ходе подготовки и проведения классного часа были выполнены.