**В здоровом теле - здоровый дух. Быть может, в этом смысл жизни?!**

**Цели**: обсудить с учащимися проблемы физического развития и нравственного воспитания человека; развивать у ребят способность к размышлению, умению делать выводы; воспитывать у учащихся чувства любви, доброты, стремление к здоровьесбережению и правильному образу жизни; формировать желание делать в жизни хорошее, дарить радость людям, задумываться над своими поступками.

**Оборудование:** ИКТ презентация

1. **Вводная часть.**

-Здоровье и душа неразделимы.

Не плюнешь, не махнёшь рукой на них

И промахи порой не поправимы –

В здоровом теле лишь здоровый дух

-Давайте прочитаем тему классного часа. Дважды повторилось слово «здоровье». А что такое здоровье?

(Слушаем высказывания детей)

«ЗДОРОВЬЕ –Нормальная деятельность организма,отсутствие болезни.

То или иное состояние организма.»)

- Значит, «в нормальном теле – нормальный дух»?

-Давайте попробуем к концу занятия ответить на поставленный вопрос – «Не в этом ли смысл жизни?»

**2.Основная часть.**

а) О необходимости физического развития.

**-**А как сделать нормальным т.е. здоровым тело? **(**надо заниматься спортом и т.д.)

**-**А режим дня надо выполнять? Почему? **(**надо, чтобы всё делать вовремя, чтобы не болеть и т.д.)

**-**Кто-то из мудрых людей сказал: «Продолжительность жизни измеряется годами,а качество этой жизни-здоровьем».(На экране – портрет Р.Гамзатова и его высказывание. Читаем).

– Есть пословицы о здоровье. На экране – начало пословицы. Ваша задача досказать её.Движенье – ... ... жизнь.

Быстрого и ловкого ... ... болезнь не догонит.

Здоров будешь ... ... всё добудешь.

Нездоровому всё ... ... немило.

(Показ портрета Арнольда Шварценеггера и прочитывание его высказывания: «Здоровый человек – это человек, не страдающий избыточным весом, соблюдающий режим питания, имеющий хорошую сердечно-сосудистую и дыхательную системы, крепкие и эластичные мышцы, умеющий контролировать себя в стрессовых ситуациях и не злоупотребляющий наркотиками, табаком и алкоголем».

Обобщение.

- Чтобы здоровым было тело, что необходимо?

-А согласитесь ли вы с моим выводом, что физическое здоровье даёт радость жизни, желание делать добро?(Высказывания детей).

в) О необходимости нравственного воспитания

-А что значит быть «здоровым духом»?

- А кому это надо – быть нравственным? (нам и всем людям.)

- Для чего? (чтобы жилось лучше, чтобы люди друг к другу лучше относились и т.д.)

(На экране портрет Магнитогорской поэтессы Людмилы Татьяничевой и её высказывание. Читаем:

Затем-другие портреты и высказывания:

В IV веке до нашей эры древнегреческий философ Платон утверждал: «Стараясь о счастье других, мы находим своё собственное счастье.»

(Л.Н.Толстой) «В жизни есть только одно несомненное счастье – жить для других».

(Жан Жак Руссо) «Истинная доброта заключается в благожелательном отношении к людям».)

- Только ли к людям по доброму надо относиться? (Надо любить всё живое на свете.)

Работа по плакату «Ступеньки нравственности».

У.: Чтобы стать высоконравственным человеком надо пройти три ступеньки нравственности.

Первая ступенька- познание, когда маленький ребёнок познаёт, а что хорошо и плохо.

Вторая ступенька – отношение, когда мы можем любому поступку дать свою оценку, высказать своё отношение.

Третья – поведение, когда человек в любой ситуации может найти правильный выход, выйти из положения, но при этом с пользой для других , возможно совершить героический поступок.

– Легко ли «попасть» на третью ступень?

Выводы:

У: Ребята, какие выводы вы сделали для себя? Какие поступки вы хотели бы делать?

(Звучат высказывания учеников).