**Классный час**

**Здоровый ребенок в здоровой семье**

Здоровые дети - это великое счастье.

На протяжении веков люди искали панацею от болезней и видели ее секреты то в специфике питания, то в закаливании, то в отдельных видах физических упражнений. А панацея эта, оказывается, рядом. Она кроется в здоровом образе жизни. С первой минуты рождения ребенка эта истина должна находиться в основе его воспитания - именно в семье закладывается фундамент пирамиды здоровья, к вершине которой человек поднимается всю жизнь.

Закон “Об образовании” (ст.18) возлагает всю ответственность за воспитание детей на семью, а все остальные социальные институты (в том числе школьные учреждения) призваны содействовать и дополнять семейную воспитательную деятельность.

Семья — это очень важная социальная единица, которая находится под охраной закона. В Статье 38 Конституции РФ четко изложено, что:

1. Материнство и детство, семья находятся под защитой государства.

2. Забота о детях, их воспитание — равное право и обязанность родителей.

3. Трудоспособные дети, достигшие 18 лет, должны заботиться о нетрудоспособных родителях.

Если семья – это постройка, то какая……

Если семья – это цвет, то какой…..

Если семья – это музыка, то какая….

Если семья – это геометрическая фигура, то какая….

Если семья – это название фильма, то какого…

Если семья – это настроение, то какое…

Каждый родитель хочет видеть своих детей здоровыми и счастливыми, но не задумывается о том, как сделать, чтобы их дети жили в ладу с собой, с окружающим их миром, с людьми.

Секрет этой гармонии прост — здоровый образ жизни:

поддержание физического здоровья,

отсутствие вредных привычек,

правильное питание,

радостное ощущение своего существования в этом мире.

Здоровый человек – это ….

Формула здоровья

Режим дня

Физминутка

Правильно питайся

Игра «Выбери полезные продукты»

Пословицы

Словарь семейных отношений

-Как вы думаете, какие чувства должны быть между членами семьи, чтобы в доме было тепло и уютно?

Итог

 Семья – это самые близкие на свете люди, это те, кто делят с тобой все радости и горести, взлёты и падения. Поэтому, мне очень хочется пожелать вам, будьте верными друг другу, любите и поддерживайте близких, и пусть ваша семья только крепнет!

Что для счастья людям нужно?

 Жить в семье большой и дружной!

 Пусть семья вас ждет и греет,

 Защищает и лелеет,

 Будет крепкой, как орех –

 Чтоб во всем пришел успех!

Просмотр слайдов «Что такое хорошо»