

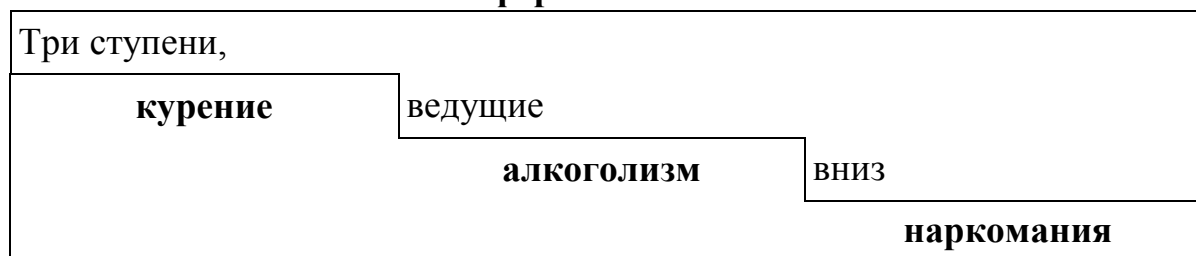
Классный час на тему: «Три ступени, ведущие вниз»

Цель. Показать глобальный характер проблем курения, алкоголизма и наркомании, используя научные данные в борьбе с этим злом.

Задачи. Доказать пагубность дурных привычек; вывести «формулы здоровья», то есть способы борьбы с дурными привычками.

Каждый класс получает задание с условным названием «наркоманы», «курильщики» и «алкоголики»: нужно убедительно доказать вред дурной привычки; вывести формулу здоровья – кратко и в любой форме.

Оформление классного часа



Ведущий. Согласно определению Всемирной организации здравоохранения, «здоровье – это состояние полного физического, психологического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов».

К факторам риска, способствующим развитию болезней, относятся различные воздействия агрессивной среды.

Особое место среди них занимают так называемые «дурные привычки» и склонности – курение, алкоголь и наркотики. Сегодня человечество переживает кризис: в результате распространения среди подростков курения, пьянства, наркомании и токсикомании.

Минздрав свидетельствует, что наша нация постепенно вымирает: растёт детская смертность, число детей, имеющих психологические отклонения увеличивается. Почти каждый третий школьник в России пробовал наркотик.

По оценкам экспертов, если мы будем пить и курить так же, как пьем и курим сейчас, то, к примеру, Нижний Новгород вымрет к 2070 году, а если не будем противодействовать наркотикам, то и намного раньше.

На этом классном часе мы должны будем подвести итог нашим беседам под общим девизом «За здоровый образ жизни».

7 КЛАСС

Ведущий. Многие считают, что курение – это не болезнь и ничего страшного для курильщика и окружающих его людей в курении нет. Мы сейчас попробуем доказать, что курение – это вред, зло, которое несет в себе несчастье.

Сценка «Не кури».

Ученица.

Что случилось в нашем классе?
Почему огонь и дым?

Мальчики (хором).

Это мы сигару курим,
Повзрслеть скорей хотим.

Ученица.

Вы не знаете, что такое курение?
Это же заблуждение:
Вы не повзрослеете,
А отравитесь и заболаете.
От курения не взрослеют,
А болеют и стареют.
Не пройдет и пары лет,
Станешь ты, как старый дед.

1-й курильщик.

У меня изнеможение,
Прекратить пора курение.

2-й курильщик.

Пожелтели наши лица...
Мы же не самоубийцы!

Ученица. Как противен этот дым!

1-й и 2-й курильщик. Курить больше не хотим!

Главный курильщик.

Вы – сплошная малышня,
Не пример вы для меня,
Испугались наставления!
Продолжаю я курение.
Я – не хлюпик, не сопляк,
Буду я курить табак!

Пускает дым и падает в обморок.

Ученица.

Эх, не слушал ты меня,
Не протянешь ты и дня.
Смерть его уж стережет,
Только врач его спасет.

Все (кричат). Доктор, доктор!

1-й курильщик.

Дайте, доктор, нам ответ,
Будет жить он или нет?

Доктор.

Может, ноги не протянет,
Только инвалидом станет...

Курильщик, весь желтый, встает.

Объясните, что со мной?
Неужели я больной?

Доктор.

Что за глупые вопросы?
Это все от папиросы!

Ученики. Так что же такое – курение?

Ученица. Это дым из носа и рта...

Доктор.

А в легких сажа, грязнота.
Зачем вы себя засоряете
И жизнь свою сокращаете?

Ученица.

Курильщикам разум надо иметь,
Неплохо бы им поскорей поумнеть!

Ведущий. В табачном дыме более 400 компонентов, 40 из них имеют канцерогенные свойства, способные вызвать раковые заболевания. Наиболее опасен радиоактивный полоний 210. Попадая с табачным дымом в организм, он накапливается в бронхах, а также в почках и печени. Содержащийся в табаке никотин относится к ядам.

Твое имя – сигарета.
Ты красива, ты сильна.
Ты знакома с целым светом,
Очень многим ты нужна.
Мозг и сердце ты дурманишь
Молодым и старикам,
Независимо от знаний,
Скажем прямо, слабакам.
Запомни: человек не слаб,
Рожден свободным. Он не раб.
Сегодня вечером, как ляжем спать,
Ты должен так себе сказать:
«Я выбрал сам себе дорогу к свету
И, презирая сигарету,
Не стану ни за что курить.
Я – человек! Я должен жить!»

Все вместе. Мы свой выбор сделали!

Несут пепельницу с окурками в мусорное ведро.

8 КЛАСС

Ведущий. Курение – это вредная привычка, она стара, как мир. Не уступает по древности ему и другой порок – пьянство. «Вода смерти» или «Зеленый змий» немало горя принес людям во всем мире. Английский поэт Роберт Бернс с сарказмом перечисляет поводы для пьянства. Его слова и спустя два столетия актуальны.

Для пьянства есть такие поводы:
Поминки, праздник, встреча, проводы,
Крестины, свадьба и развод,
Мороз, охота, новый год,
Выздоровленье, новоселье,
Успех, награда, новый чин
И просто пьянство – без причин.

Инсценировка басни И. А. Крылова «Два мужика».

«Здорово, кум Фаддей!» – «Здорово, кум Егор!» –
«Ну, каково, приятель, поживаешь?» –
«Ох, кум, беды моей, что вижу, ты не знаешь!
Бог посетил меня: я сжег дотла свой двор
И по миру пошел с тех пор». –
«Как так? Плохая, кум, игрушка!» –
«Да так! О Рождестве была у нас пирушка;
Я со свечой пошел дать корму лошадям;
Признаться, в голове шумело;
Свечу я как-то заронил, насилу спасся сам;
А двор и все добро сгорело.
Ну, а ты как?» – «Ох, Фаддей, худое дело!
И на меня прогневался, знать, бог:
Ты видишь, я без ног;
Как сам остался жив, считаю, право, дивом.
Я тож о Рождестве пошел в ледник за пивом
И тоже чересчур, признаться, я хлебнул
С друзьями полугару;
А чтоб в хмелю не сделал я пожару,
Так я свечу совсем задул:
Ан, бес меня впотьмах так с лестницы толкнул,
Что сделал из меня совсем не человека,
И вот я с той поры калека». –
«Пеняйте на себя, друзья! –
Сказал им сват Степан. – Коль молвить правду, я
Совсем не чту за чудо,
Что ты сожег свой двор, а ты на костылях:
Для пьянства и со свечою худо;
Да вряд, не хуже ль и впотьмах».

Ведущий. Больше всего от пьянства страдают дети. Вот такое письмо – крик души – прочитали мы в газете «Сельские огни» из Кинкнур.

Почему мой папа такой?
Вечно пьяный и вечно злой?
Никогда за собой не следит,
И на всех почему-то сердит.
Открывает пинком он дверь
И врывается в дом, как зверь.
Нас обзывает плохими словами,
Все в доме пинает ногами.
Мама шепчет мне тихо:
– Беги!
А мне слышится крик:
– Помоги!
Я – мужчина. Но я еще мал,
А то папе я твердо б сказал:
– Мне стыдно, что ты папа мой.
Уходи! Нам не нужен такой.

Все вместе (*держась за руки*). Мы сделали свой выбор, а пьянству сказали: «Нет!»

Бутылку и рюмку несут в мусорное ведро.

9 КЛАСС

1-й ученик. Как доказать, что наркомания – самое страшное зло.

2-й ученик. Прочитайте дневник наркоманки Барбары Росек. Это настоящая исповедь девушки, прожившей всего 21 год.

Листает дневник.

«20 декабря 1997 года. Многие наркоманы страдают от бессонницы. Их организм «спит», только погруженный в наркотический дурман.

24 декабря. У наркомана нет будущего. В своей беде он одинок. А близких он обрекает на боль, страдания из-за него.

3 января. Наркоман не может быть полноценным человеком: ни гражданином Родины, ни матерью, ни отцом, так как цель жизни у наркомана – достать наркотики. Наркоман не живет более 10 лет».

...Цвет лица землист. А он не старый...
В доме холод, грязь... И тишина...
Дети в школе умственно отсталых,
И в психиатрической жена.
Слаб и вял он, словно из мочала
Сотворен... А он, при всем при том,
Человеком тоже был сначала,
Тенью человека стал потом.

С. Викулов

Все вместе. Мы не хотим такой участи ни для себя, ни для других. Мы сделали свой выбор – здоровье.

Ампулы и шприцы относят в мусорное ведро.

Двадцатый век – проблемный век!
Об этом помни, человек!
Токсикоманы, наркоманы
Переступили жизни край,
Хотелось им всех благ честивых,
Но их душа не божий рай.
Людьми вновь стать
Пределльно трудно.
Дурман приходит лишь на миг,
И вот тогда услышать можно
Их сердца стук, сознания крик.
Предать, убить, унижить могут,
Велик звериный их удел.
Кто виноват? Кто прав? Не знают!
Их жизнь – тупик!
Их жизнь – предел!
Не допустить такое можно,
Так нужно, важно и возможно!
Об этом помни, человек.
Двадцатый век, проблемный век!

Елена Быкова

Ведущий. Что же можно сделать, чтобы не допустить вымирания человечества от вредных привычек и пороков? Ваши формулы здоровья?

А. П. Чехов сказал: «Равнодушие – это паралич души, преждевременная смерть». Я желаю, чтобы среди вас не было равнодушных ни по отношению к себе, ни по отношению к окружающим. А теперь давайте вынесем приговор дурным привычкам. Все вместе, хором: **Казнить! Нельзя помиловать!**

Очень часто мы жалуемся на трудное время, на то, что страшно выйти на улицу, на то, что среди людей мы чувствуем себя одиноко, что нас не понимают, не хотят с нами считаться. А может быть, причина кроется в том, что мы часто не замечаем того, кто рядом с нами, не видим, что ему бывает плохо и его боль «больнее» наших переживаний? Но мы торопимся, «толкаемся», у нас свои дела и заботы.

Черствеем сами душой, но требуем от ближних любви и заботы, от окружающих – внимания, чуткости...