|  |  |
| --- | --- |
| ***Дата проведения*** | 16. 11. 2023 г. |
| ***Класс*** | 1 |
| ***Классный руководитель*** | Юрчик Светлана Станиславовна |
| ***Место проведение*** | кабинет 1 класса |
| ***Тема*** | Курить, пить или жить? |
| ***Цель*** | Формирование у детей представления о вредных привычках и их влиянии на организм |
| ***Задачи*** | воспитывать негативное отношение к вредным привычкам; развивать умение отстаивать собственные убеждения, оценивать свои поступки; побуждать детей к формированию у себя хороших привычек |

**План проведения классного часа**

**1. Организация класса. Эмоциональный настрой**

Приветствие (все по кругу, обращаясь друг к другу):

Скажем «Здравствуйте» руками!

Скажем «Здравствуйте» глазами!

Скажем «Здравствуйте» мы ртом –

Станет радостно кругом!

- Ребята, Вам предлагаются жетоны разного цвета (красный, желтый, синий, коричневый, черный сиреневый, серый, зеленый). Выберите соответствующий вашему настроению жетон и положите его в коробочку. (Подсчёт выбранных жетонов по цвету. Результаты вывешиваются.

В конце мероприятия эмоциональное состояние присутствующих определяется повторно для того, чтобы проследить динамику изменения настроения из-за полученных эмоций).

**2. Сообщение темы и цели классного часа**

(На столе у учителя коробка, в ней конфета)

- Ребята, посмотрите, какая у меня интересная коробочка. То, что в ней лежит- это плохо, нельзя, запрещено и даже опасно.

- Вам интересно узнать, что там?

- Кто выйдет и откроет коробочку? (кто-то из детей идёт посмотреть).

- Почему вы открыли коробку, ведь я же предупреждала об опасности?

- Почему вы не захотели принять во внимание мои предупреждения?

- Так бывает и в жизни: все знают, что курение, алкоголь, наркотики – это очень плохо, опасно для жизни, но всё-таки многие люди употребляют их. Почему такое происходит?

- Сегодня на занятии мы сделаем еще один шаг по направлению к здоровому образу жизни.

**Девизом нашего занятия станут слова:**

Я умею думать, умею рассуждать,

Что полезно для здоровья буду выбирать.

**3. Работа над темой**

- Я думаю, что наше здоровье зависит от состояния здоровья родителей, бабушек, дедушек, от того, как часто нас осматривает врач, от того каким воздухом мы дышим и какую воду пьем и от других вещей. Но многое зависит и от нас, от того какие привычки у нас преобладают.

- Какие бывают привычки?

- Какие привычки мы называет полезными?

- Назовите полезные привычки.

- Какие привычки мы называем вредными?

- Назовите вредные привычки.

- Ребята, какие вредные привычки наиболее опасно влияют на здоровье человека? (алкоголь, курение, наркотики, токсикомания)

**Игра «Да-нет»**

На доске прикреплены рисунки: девочка ест, мальчик занимается спортом, дети в позднее время сидят у экрана телевизора, мальчик чистит зубы, девочка курит, мальчик грызёт ногти, мужчина распивает спиртные напитки. ( Такие же рисунки у каждого ребёнка)

- Посмотрите на рисунки. Возле рисунка, который показывает правильные действия, чтобы стать красивым и здоровым, нарисуйте солнышко, а возле рисунка, который показывает, что этого делать нельзя, нарисуйте тучу. Поясните ваш выбор.

**Чтение рассказа учителем и анализ проблемы.**

- Послушайте рассказ и помогите мальчику разобраться в сложной ситуации.

   У меня есть два друга: Юра и Толя. Юра очень самостоятельный. Он в последнее время стал курить и теперь выглядит как взрослый. На него даже девочки обращают внимание. Но я слышал, что это очень вредно: в сигаретах есть яд, он отравляет организм. Курящие люди часто болеют, у них сильно жёлтые зубы и они чаще умирают.

  А Толя не выглядит так модно, как Юра с сигаретой. Но зато всегда Толя бодрый, весёлый и сильный. Он ведь занимается спортом.

  А я всё никак не решу, что мне делать: закурить, как Юра, или как Толя, заняться спортом?

- Что же мы ответим мальчику? Как ему быть?

- Какое место выберете вы: рядом с Юрой или рядом с Толей?

-Некоторые дети хотят показаться взрослыми и пробуют курить, пить вино. Встречаются и те, кто пробует наркотики. Это очень вредные затеи, ведь привыкнуть к плохому легко. Только потом очень трудно избавиться от опасной привычки.

  Курильщик сначала и не замечает как он отравляет свой организм. А ведь в табаке есть сильнейший яд-никотин. Он легко проникает в кровь, накапливается во внутренних органах и постепенно разрушает их. Только человек не сразу замечает это. Многие школьники курят не потому, что им нравится курить, а потому, что хотят показаться взрослее. Не у каждого хватает сил проявить характер и отказаться от сигареты в курящей компании. А ведь вредно даже находиться с курящими, так как приходится вдыхать ядовитый дым. И через несколько лет тот, кто курит, начинает кашлять, задыхаться при беге или даже ходьбе, быстро уставать. И ждут курильщика болезни органов дыхания: астма, туберкулёз и даже рак.

Говорят, что сигарета

Смертоносней пистолета,

Убивает без огня

Закурившего коня.

С сигаретою моею

Я худею и слабею,

И желтею, как трамвай,

Хоть в химчистку отдавай.

Всех, кто любит сигарету,

Тех, кто курит по секрету,

Всех таких учеников

На скамейку штрафников.

**Следующая опасная привычки – это алкоголь**.

- Алкоголь – это вещество, которое содержится в водке, вине, пиве. Само название «алкоголь» происходит от арабского « аль-коголь», что означает одурманивающий.

- Приходилось ли вам встречать, общаться с людьми, которые употребляют спиртные напитки?

- Как ведут себя такие люди?

- Какое чувство они у вас вызывают?

- Послушаем история, которая произошла однажды в лесу.

( Басня С. Михалкова «Непьющий воробей»)

**Ученик**

      Такая вот традиция,

        Что все лесные детки

        Под вечер собираются

        В одной большой беседке.

        Идет беседа, не спеша,

        Кто где и что увидел,

        И что случилось у людей

        И кто кого обидел.

**Ученик**

       Жвачками меняются,

        Курят сигареты,

        Кто не хочет – тот не зверь,

        Честь его задета.

        Сегодня здесь – праздник,

        С пивом бочонок

        Для всех прикатили

        Птенец и волчонок.

**Ученик**

        Стали пиво разливать,

        Стали дружно выпивать.

        Веселятся, а Мышонок и Ежонок

        Со скамьи не могут встать,

        Им сказать бы дружно НЕТ,

        Надоел нам ваш банкет!

        Для здоровья пиво вредно,

        Это знает целый свет!

-  Как бы вы ответили, оказавшись на месте Ежонка и Мышонка? (ответы детей)

*Ученик*   Спасибо, вино опасно для моего здоровья, поэтому я воздержусь от его употребления.

*Ученик*   Спасибо, у меня сегодня тренировка, это может повлиять на мои спортивные результаты.

*Ученик*   Спасибо, но сейчас я иду домой, меня ждут родители.

- Алкоголь разрушает зубы, ухудшает память, поражает головной мозг; приводит к заболеваниям сердца, печени.

**Вывод:** Алкоголь опасен для вашего здоровья.

**Групповая работа.**

- Ребята, сейчас я вам предлагаю в группах обсудить ситуации.

**Задание для первой группы**. «На дне рождения друга знакомые предложили выпить вина. Они говорят, что ничего не произойдёт, что вместе со старшими всё можно. Что ответишь ты?»

**Задание для группы №2** «Тебе предлагают покурить, но ты знаешь, как это вредно, и отвечаешь отказом. Каким образом ты это сделаешь?»

**Задание для группы №3**: «Вы едете в поезде. Там есть знак «Не курить», но мужчина курит, дым попадает вам в лицо. Как вы поступите в такой ситуации?»

**Анализ ситуации.**

**4. Подведение итогов**

- Как вы считаете, полезным ли был для вас сегодняшний разговор?

- Какой вывод вы сделали для себя?

- Продолжи предложение: « Я сегодня понял, что…»

- Хочется закончить наш разговор следующими словами:

Вредным привычкам – нет!

Скажи всем друзьям.

Вредным привычкам – нет!

Скажи себе сам.

Вредные привычки – плохо!

Знай всегда.

Вредные привычки – смерть!

Убьёшь себя.