Классный час

***для 5-Бкласса*** «О вреде курения»

                                                               Разработка: Эмурлаева Э.Ф.

**Цель- профилактика курения детей – учащихся 5 –б класса**.

 **Задачи:**

* познакомить детей с фактами, свидетельствующими о вреде курения;
* сформировать отрицательное отношение к курению;
* сформировать установку на здоровый образ жизни;
* сформировать у детей необходимые поведенческие приёмы, позволяющие отказаться от вредного курения.

**Форма проведения –**дискуссия с элементами игры.

**Оборудование:** мультимедийный проектор, компьютер, доска, плакаты с пословицами по теме, сердечки из красной бумаги, лепестки из цветной бумаги.

*Примерные вопросы:*

1. Пробовали ли вы курить?

2. Ваше отношение к курящему на улице юноше

а) положительное; б) отрицательное; в) безразличное

3. Ваше отношение к курящей на улице девушке

а) положительное; б) отрицательное; в) безразличное

4.Люди курят для того, чтобы

а) считать себя взрослым;

б) за компанию;

в) ради интереса; г) свой вариант ответа

5. Какова реакция родителей на то, что вы курите:

а) ругают;

б) убеждают бросить;

в) безразличны.

**Ход мероприятия:**

**Информационный блок.**

Как вы думаете, ребята, много ли людей на земле курит? По подсчётам учёных, каждый третий человек на земле курит. Некурящих людей на земле гораздо больше, чем курильщиков.

* Курение отнимает жизнь. Курильщик сокращает свою жизнь на 6 лет.
* Курение добавляет болезни. Все органы человеческого тела страдает от табака.
* Курильщики в 10-30 раз чаще умирает от таких болезней, как инфаркт, рак, язва желудка.
* Для детей курение опаснее, чем для взрослых. Смертельная доза для взрослого человека содержится в одной пачке сигарет, если её выкурить сразу, а для подростка полпачки. Иногда дети умирали после 2-3 сигарет, выкуренных сигарет, выкуренных подряд, от остановки сердца.
* У курильщиков плохая память, слабое физическое здоровье, неустойчивая психика, они медленно думают, плохо слышат.
* Даже внешне курильщики отличаются от некурящих, у них быстрее увядает кожа, сипнет голос, желтеют зубы.
* Курение отнимает наши деньги, которые можно было бы потратить на что-нибудь полезное. Учёные подсчитали, что каждый курильщик тратит в среднем по 2000 рублей в год на сигареты.
* От курения страдают некурящие. Половина вредных веществ, которые есть в сигарете, курильщик выдыхает, отравляя воздух. Этим воздухом вынуждены дышать окружающие, которые становятся пассивными курильщиками.
* Курение мешает работе, бизнесу. Многие компании отказываются брать на работу курильщиков.
* Курение становится причиной пожаров, от которых гибнут люди, уничтожаются материальные ценности.
* Курение – это немодно. Сейчас в моде гладкая, ухоженная кожа, ослепительно белые зубы, спортивная фигура и крепкие мышцы.

В России приняты законы против курения. В нашей стране нельзя курить во Дворцах спорта, бассейнах, спортзалах, учебных и медицинских заведениях, санаториях, на транспорте.

**Работа класса в четырёх группах**за круглыми столами, у каждой из которых задача собрать из лепестков цветок, каждый лепесток подписать в соответствии с полученным заданием:

1 группа – Причины для того, чтобы курить.

2 группа – Причины для того, чтобы никогда не курить.

3 группа – Позитивные последствия курения.

4 группа – Негативные последствия курения.

Группа прикрепляет столько лепестков, сколько подписано, причём у групп с (-) цвет лепестков чёрный, а у (+) – розовый. Каждой группе предоставляется слово

Итоги выполненного задания – розовые цветы имеют больше лепестков, значит имеют большую привлекательность, право на наше внимание, а чёрные – неказистые, у кого появилось желание взять такой цветок в руки? (отрицательные ответы детей).

Курение – это вредная и опасная привычка, никотиновая зависимость, кто хоть раз взял чёрный цветок в руку, рискует попасть в зависимость.

***Истинная причина курения - наркотическая зависимость.*** По словам учёных, половина курильщиков хочет бросить курить, но не может. Они попадают в зависимость от никотина.

 **Просмотр мультфильма «Тайна едкого дыма»**

**Психологи дают такие советы:**

- Просто сказать нет без объяснения.

- Отказаться и объяснить причины отказа

- Отказаться и уйти.

- Не обращать внимания на предложения закурить.

- Постараться объединиться с тем, кто тоже не курит.

- Постараться избегать курящих компаний.

**Видео «Опасность курения»**

**Рефлексия.**

Выбор плакатов на доске.

Плакаты: «Курение – забава для дураков!», «Безвредного табака не бывает», «Курить – здоровью вредить!», «Погаси, сигарету!».

Каждому участнику классного часа предлагается проголосовать за один из лозунгов на плакатах, прикрепить рядом сердечко-голос и прокомментировать свой выбор.