

КЛАССНЫЙ ЧАС НА ТЕМУ:

«Вредные привычки. Курение.

Пропаганда здорового образа жизни».

Цели: Познакомить детей с пагубным воздействием курения на организм людей.
Пропагандировать здоровый образ жизни.

I Организационное начало.

Дети, чтобы узнать тему нашего классного часа, мы сейчас отправляемся в театр.
Вашему вниманию будет представлена сказка на стихи С. Михалкова.

Вы внимательно посмотрите ее и догадайтесь, о чем сегодня будет наш разговор. И так, начинаем...

II Сказка « Как Медведь трубку нашел».

1) Чтение сказки по ролям.

2) Обсуждение содержания.

- Что нашел Медведь в лесу? (трубку).

- Что он с ней сделал? (начал курить).

К кому советовали звери обратиться? Почему?

- Как вы понимаете слова: « А не то в своей берлоге Ты протянешь скоро ноги!» О чем же мы будем сегодня говорить? (о вреде курения).

III Тема: Вредные привычки. Курение.

- Да, сегодня мы будем говорить о такой вредной привычке, как курение.

- Прочитайте на доске пословицу: « Курить - здоровью вредить».

Как вы их понимаете? (Если человек курит, он болеет).

а) Рассказ учителя.

Сигаретный дым содержит более 400 ядовитых различных веществ. Все они могут стать причиной многих заболеваний и принесут человеку много вреда. Наиболее активные компоненты табачного дыма - это никотин, окись углерода, смолы.

- Так выглядят легкие человека, они напоминают губку розового цвета.

НИКОТИН.

- Когда человек затягивается, его легкие наполняются дымом. Содержащийся в табачном дыму НИКОТИН поступает в кровь. В результате чего увеличивается нагрузка на сердце, Так число ударов сердца у курильщика на 15-20 тыс. больше, чем у некурящего человека. Сердце быстрее изнашивается, т. к. в день перегоняет дополнительно 1,5 тонны крови.

ОКИСЬ УГЛЕРОДА.

- Тот ядовитый газ, что вырывается из выхлопной трубы автомобиля.

Это ухудшает состав крови и может привести к закупорке артерий - сосудов, по которым бежит кровь.

СМОЛЫ - вязкое черное вещество.

- Когда человек вдыхает дым, содержащиеся в нем невидимые глазу мельчайшие капли смолы оседают в легких. Чем больше человек курит, там больше смол скапливается. Это очень вредно и опасно.

- Так выглядят легкие курильщика.

б) Болезни курильщика.

Курение приводит к болезням:

ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЕЙ - туберкулез, рак,

СЕРДЦА - инфаркт,

ЖЕЛУДКА - язва, гастрит,

ГАНГРЕНА - ампутация ног.

Страдает мозг, центральная нервная система.

(Фото) Ежегодно от курения погибает больше людей, чем ты видишь на этой фотографии.

в) Вывод: Курение - вредная для здоровья привычка.

г) Почему же люди (т.ч. дети) начинают курить?

(им кажется, что от этого они становятся взрослее, умнее, красивее).

-Так ли это? (нет).

д) Формула отказа.

-Представьте, что вам предложили сигарету.

-Что вы скажете этому человеку?

IV Другие вредные привычки.

-Какие вредные привычки вы знаете? (алкоголь, наркотики, грызть ногти, сутулиться и т.д.).

V Пропаганда здорового образа жизни.

-Все мы хотим быть здоровыми, сильными, красивыми.

-Что для этого мы должны делать?

1) Соблюдать режим дня:

- Что это значит?

- Что нам помогает это делать? (часы).

2) Заниматься спортом: (стихи о спорте).

3) Соблюдать правила гигиены: Что это значит? (загадки)

4) Закаливаться: Что мы подразумеваем под этим словом?

5) Правильно питаться: Какой должна быть пища? (разнообразной, витамины).

VI Указательные знаки.

1)Беседа.

- Когда человек едет по дороге, дорожные знаки помогают ему правильно двигаться.

Сегодня мы с вами сделаем указательные знаки, которые помогут нам придерживаться правильного жизненного пути,

Знаки бывают запрещающие, предупреждающие и разрешающие.

Посмотрите на этот знак. Как вы думаете, что он показывает? (запрещает курить)

- Какие еще запрещающие знаки вы можете изобразить?

- Вспомните вредные привычки.

1-ый ряд - изображает запрещающие знаки.

2-3 ряд - разрешающие знаки. Какие разрешающие знаки мы нарисуем? (здоровый образ жизни)

2) Самостоятельная работа.

Пока вы будете рисовать, будет звучать песенка Б. Савельева и М. Танина «Меньше дыма». Она очень поучительная.

- Те, кто нарисуют, подойдите ко мне.

VII Подведение итогов:

- О какой вредной привычки мы говорим?

- Курение - это хорошо или плохо?

- Мы вывесили на доску указатели, по которым я надеюсь, все мы будем жить.

Спасибо!

Сергей Владимирович Михалков.

Сказка «Как медведь трубку нашёл»

Книга: С.В.Михалков. "Детям: Стихи, сказки, рассказы, басни, пьесы"(Б-ка мировой литературы для детей, т. 22, кн. 3)Издательство "Детская литература", Москва, 1981

Действующие лица:

Лесник.

Лесничиха.

Медведь.

Лиса.

Волк.

Дятел.

Потерял лесник в лесу свою трубку, кисет с табаком и самодельную зажигалку. А Медведь их нашёл. С этого все и началось! Стал Медведь трубку курить. И так он к этой трубке привык, что, когда лесников табак в кисете весь вышел, решил Медведь в лесу сухой лист собирать и вместо табаку трубку им набивать.

Раньше, бывало, Медведь с солнышком проснется, в траве покувыркается - разомнется, на реку бежит: купаться да рыбку ловить, а потом в малинник - за малиной или по дуплам лазать - мед искать, а теперь чуть свет глаза продерет, сухим листом трубку набьет, сунет ее в пасть, чиркнет зажигалкой и лежит под кустом: кольцами дым пускает. Так целый день с трубкой в зубах и проваливается.

И все бы ничего, да стал Миша прихварывать.

Шел как-то опушкой, встретил Лису. Увидела Лиса Медведя, так и ахнула.

Лиса (удивленным голосом)

Миша! Друг мой! Ты ли это?

Не видались мы все лето.

Как ты, бедный, похудел,

Будто целый год не ел!

Что с тобою? Ты больной?

Медведь (нездоровым голосом)

Сам не знаю, что со мной!

Нездоровится мне что-то:

Лезет шерсть, в костях ломота,

Ничего почти не ем -

Аппетита нет совсем!

Стал я раньше спать ложиться,

Да не сплю! Никак не спится!

Кашель душит по утрам,

Дурнота по вечерам:

Колет в сердце, в лапах дрожь.

Лиса (добрым голосом)

Что ж ты к Дятлу не пойдешь?

К Дятлу надо обратиться!

Он у нас такая птица:

Сразу скажет, что к чему.

Не ленись, сходи к нему!

Медведь Вот недельку обожду,
Станет хуже, так пойду!

Вот прошла неделька, прошла другая. Стало Медведю хуже. Шел он как-то оврагом, Волка встретил. Увидал Волк Медведя, так и присел на задние лапы.

Волк (удивленным голосом)
Слушай, Миша-Михаил!
Что ты делал? Как ты жил?
Провалилися бока -
Шкура стала велика!
Ты хвораешь?

Медведь (грустным голосом) Да. Хвораю.

Волк Что с тобою?

Медведь (нездоровым голосом) Сам не знаю...

Нездоровится мне что-то:
Лезет шерсть, в костях ломота.
Ничего почти не ем -
Аппетит пропал совсем!
Начал раньше спать ложиться,
Да не сплю! Никак не спится!
Душит кашель по утрам,
Дурнота по вечерам:
Сердце колет, в лапах дрожь...
Пропадаю!

Волк (добрым голосом) Пропадешь,
Если к Дятлу не пойдешь!
Надо к Дятлу обратиться!
Он у нас такая птица:
Разберется, даст совет.
Да, так да! А нет, так нет!

Медведь Завтра я к нему пойду!

Волк А найдешь его?

Медведь Найду!

Разыскал Медведь Дятла в лесу. Тот на старой сосне дупло себе на зиму готовил. Подошел Медведь к сосне, голову кверху задрал.

Медведь (жалобным голосом)
Дятел, Дятел! Старый друг!
Ты спустись на нижний сук!

Дятел (веселым голосом)
Ба! Топтыгину привет!
Ты здоров ли?

Медведь (нездоровым голосом)

Видно, нет!

Нездоровится мне что-то:
Лезет шерсть, в костях ломота,
Ничего-то я не ем -
Аппетит пропал совсем!
Начал раньше спать ложиться,

Да не сплю! Никак не спится!
Страшный кашель по утрам,
Дурнота по вечерам:
Сердце колет, в лапах дрожь...

Дятел Верно, куришь, коль не пьешь?

Медведь Да, курю. Откуда знаешь?

Дятел (строгим голосом)

Больно дымом ты воняешь!
Ну-ка, сядь под этот сук!..
Дай-ка спину!.. Тук-тук-тук!..
Да-с! Выстукивать не просто
Медведей такого роста!
Не дышать и не сопеть:
Ты больной, хоть и Медведь!
Ну-с... Мне все как будто ясно...

Медведь (испуганным голосом)

Не смертельно? Не опасно?

Дятел (строгим голосом)

Накопилась в легких копоть -
От куренья вся беда!
Ты, Топтыгин, хочешь топать?
Брось куренье навсегда!

Медведь (жалким голосом)

Бросить? Трубку? Зажигалку?
И с сухим листом кисет?
Не могу! Не брошу! Жалко!..

Дятел (строгим голосом)

Выполняй-ка мой совет!
А не то в своей берлоге
Ты протянешь скоро ноги!

Поблагодарил Медведь Дятла за совет и поплелся домой. Приплелся, присел на пенек, достал трубку, набил ее сухим листом, хотел было закурить, да вспомнил, что ему на прощанье Дятел сказал, и забросил трубку в овраг подальше.

День не курит. Два не курит. На третий день не вытерпел, полез в овраг искать трубку. Искал, искал - насилиу нашел. Нашел, о шкуру вытер, сухим листом набил, сунул в пасть, чиркнул зажигалкой - закурил. Только начал дым кольцом пускать, вдруг слышит: за оврагом Дятел сосну выстукивает: "Тук-тук-тук! Тук-тук-тук!" Тут опять вспомнил Медведь, что ему Дятел на прощанье сказал, вынул трубку из пасти и забросил в овраг дальше прежнего.

День не курил. Два не курил. Три не курил. На четвертый день не вытерпел, полез в овраг за трубкой, искал ее, искал, искал - насилиу нашел. Вылез из оврага весь в колючках и репьях, сел на пенек, вытер трубку о шкуру, сухим листом ее набил - закурил! Сидит, дым пускает, а сам прислушивается: нет ли где Дятла поблизости?

Все лето и всю осень, до самой зимы, бросал Медведь трубку курить, да так и не бросил.

Наступила зима. Поехал как-то лесник в лес за дровами и собачонку с собой взял. Едет лесник по дороге, а его Заливай по лесу бегаёт: заячьи следы разбирает.

Вдруг слышит лесник, Заливай голос подает: "Тяв-тяв! Тяв-тяв!" Не иначе, нашел кого-то! Остановил лесник лошадь, вылез из саней, встал на лыжи и пошел прямо на Заливайкин лай. Продрался сквозь чащу, выбрался на полянку, видит: лежит большая ель, бурей поваленная, из земли с корневищами вывороченная, а у самого корневища снежный бугор - медвежья берлога. А из берлоги синий дымок вьется... И Заливай на него лает-заливается: "Тяв-тяв! Тяв-тяв!"

Удивляется лесник: из медвежьей берлоги дым валит! Поднял лесник Медведя в берлоге, а Медведь от куренья так ослаб, что его и вязать не надо, - голыми руками бери! Стоит бедняга против лесника, на своих четырех лапах качается. Глаза от дыма слезятся, шерсть клочьями, а в зубах трубка!

Узнал лесник свою трубку, вынул ее у Медведя из пасти, заглянул в берлогу - еще кисет с зажигалкой нашел. Вот уж не ждал, не гадал!

Спрятал лесник находку в карман тулупа, Медведя на сани взвалил и поехал домой. Увидела лесничиха, что муж из леса приехал, выбежала на крыльцо.

Лесничиха (с любопытством)

Что привез из леса, Федя?

Лесник Посмотри! Привез Медведя!

Лесничиха (смотрит) Настоящий?

Лесник Настоящий!

Да к тому ж еще курящий!

Лесничиха (испуганно)

Что ж теперь нам делать с ним?

Лесник (спокойно)

Как что делать? Продадим!

Завтра утром на возу

В город, в цирк его свезу!

И отвез лесник Медведя в город.

В нашем цирке есть Медведь.

Приходите посмотреть.

Смел и ловок Мишка бурый;

И ребята говорят,

Что артист с мохнатой шкурой

Самый лучший акробат!

Если кто проходит мимо

С папиросою во рту

Или с трубкой - запах дыма

Мишка чует за версту

И, топчась на задних лапах,

Начинает вдруг реветь,

Потому что этот запах

Не выносит наш Медведь!