Муниципальное общебразовательное учреждение «Киверичская с общеобразовательная школа»

Рамешковский район, Тверская область, село Киверичи.

Классный час

в начальной школе

**«Мы говорим курению – нет!»**

Подготовила учитель начальных классов

Лагутина Любовь Васильевна

2016 г

Украшение центральной стены

Курить – здоровью вредить!

Здоровый человек самый богатый.

Здоровье за деньги не купишь!



Плохие привычки

Хорошие привычки

Дерево решений.

(Корни и плоды подвижны, вытаскиваются).

**Цель:** приобщение детей к здоровому образу жизни

**Задача:** разъяснить детям, что курение – это опасная вредная привычка, которая плохо влияет на здоровье и развитие молодого организма.



Входит учитель. За ней идёт ученик и что – то говорит.

**Учитель.** Надоело твоё нытьё. Это у тебя уже привычка.

**Ученик.** Интересно, все вокруг только и говорят: «Привычка, привычка!». Вредные привычки, полезные привычки. А что такое привычка?

**Учитель.** Тут и думать нечего. Привычка - это то, что человек привык делать, не задумываясь, почему он это делает. Ребята, давайте разберёмся, какие привычки вредные, а какие полезные. Мне нужны два помощника, которые будут записывать на чистых листах вредные и полезные привычки.

Дети называют привычки, определяют какие они. Помощники записывают.

Читают хором вредные привычки, затем полезные.

**Учитель**. А сегодня мы поговорим об одной из вредных привычек – это курение. Но для начала заглянем в лесную школу.

(Читают подготовленные дети).

В школе медвежьей тревогу забили,

Втайне от всех, медвежата курили.

Сразу к урокам пропал интерес.

Слушают плохо – скорее бы в лес.

Память ослабла – не помнят о чём

В школе сегодня вели разговор.

Да, табак плохой им друг –

Кашель слышится вокруг.

Он мешает им читать

И науки изучать.

Папиросы и табак для младых медведей враг!

Для людей и для зверей – нет коварней и вредней!

**Учитель.** У юных курильщиков гораздо быстрее, чем у взрослых ослабевает память, понижается аппетит, внимание. Юный курильщик хуже учится. Это ему мешает заниматься спортом в полную меру сил.

Исследования, проводимые во всех странах мира, показали, что причиной многих заболеваний, в том числе и со смертельным исходом, является курение. Наука доказала, что табак содержит около 400 вредных веществ, а самый вредный – никотин. Вот в его зависимость и попадает курильщик. Дым от сгорания сигарет содержит около 60% различных газов 40% дегтярных капель. (Демонстрируется деготь в закрытой пробирке).

Дегтярные капли оседают на внутренних стенках бронхов и лёгких. Всему организму не хватает кислорода. Мы с вами знаем, что лес – это лёгкие Земли. Будем ли мы жить на Земле, если весь лес погибнет? Нет. Вот и человек без лёгких не сможет жить.

Стоит ли рисковать своим здоровьем? Стоит ли сокращать себе жизнь из – за сомнительного удовольствия?

Всё больше разумных людей категорически говорят « нет» и вообще не прикасаются к сигаретам.

Но почему же подростки начинают курить? Кто – то из любопытства, кто - то от скуки, для поднятия авторитета, за компанию, чтобы почувствовать себя взрослым. Но взрослым человека делают его поступки и дела.

Обратимся к дереву решений. Вы видите, что дерево имеет две стороны. Одна сторона, цветущая с яркими плодами, а другая засохшая с чёрными плодами.

Плоды – это результат вашего решения. И от вашего решения зависит, каким будет плод.

(Дети тянут решения, вытягивая плоды).

**КУРИТЬ**  **НЕ КУРИТЬ**

Теперь вы много знаете об этой вредной привычке. И от вашего решения зависит ваше здоровье и жизнь.

Какое решение вы принимаете?

Я говорю курению – нет!

( Можно повесить плакат с надписью)

Мы говорим курению – нет!

**Учитель**. А ещё я хочу дать вам совет. Послушайте стихотворение и посмотрите на плакат. (Читает подготовленный ученик).

У бабули юбилей.

Полон дом у нас гостей.

Гости много говорили,

Ели, пили и курили.

Тяжело мне потому,

Задыхаюсь я в дыму.

Дым вокруг от сигарет.

Мне в дыму том места нет.



**Не стойте рядом с курящими - отойдите в другое место!**