**Классный час на тему: «Особо опасные вредные привычки. Как им противостоять?».**

Цели: формирование здорового образа жизни учащихся;

-формирование в подростковой среде образа позитивного, успешного лидера с активной гражданской позицией

-формирование организаторских способностей у школьников, выработка у него соответствующих практических умений и навыков;

-формировать умение чувствовать другого человека, умение общаться в парах;

-формировать умение публичного выступления, умение аргументировано защищать свои мысли, слушать и убеждать другого человека;

-расширять представление детей о здоровом образе жизни, о вредном воздействии пивного алкоголизма , табака, наркотиков на организм человека, побуждать к активному противостоянию вредным привычкам, к соблюдению здорового образа жизни.

-воспитывать умение противостоять давлению сверстников, развивать критическое мышление, воспитывать активную жизненную позицию.

Ход работы.

Учитель: Добрый день, уважаемые ученики, учителя и гости! Сегодня в нашей школе проводится Инициативный День лидера на тему: «Особо опасные вредные привычки. Как им противостоять?».

(Для активизации школьников учитель предлагает обсудить притчу)*:*

*Когда- то давно старый индеец открыл своему внуку одну жизненную истину.*

*- В каждом человеке идёт борьба, очень похожая на борьбу двух волков. Один волк представляет зло- зависть, ревность, сожаление, эгоизм, ложь… Другой волк представляет добро- мир, любовь, надежду, истину, доброту, верность.*

*Маленький индеец, тронутый до глубины души словами деда, на несколько мгновений задумался, а потом спросил:*

*-А какой волк в конце побеждает?*

*Старый индеец едва заметно улыбнулся и ответил:*

*-Всегда побеждает тот волк, которого ты кормишь.*

*Ребята, о чём эта притча? Как надо понимать слова старого индейца? Какой урок мы должны извлечь из этой притчи? (ответы учащихся)*

*Да, только личная победа над собственными недостатками, вредными привычками открывает дорогу к успеху, делает тебя целеустремлённым, отзывчивым и ответственным. Это и есть важные лидерские качества. Ребята, а кто такой лидер?*

Учащиеся: *настоящий лидер тот, кто умеет смотреть вперёд, умеет предвидеть будущее. Благодаря этому свою команду ведёт вперёд к цели.*

Учитель: *Да, ребята, именно так можно стать «человеком- воли», а не «человеком привычки». Чтобы не стать «человеком привычки» надо закалять волю, укреплять характер и это даст активно сопротивляться вредным привычкам. Именно об особо опасных вредных привычках сегодня мы с вами и говорим на этом уроке.*

*А сейчас, ребята по тому, какую фигуру вы выбираете, делимся на 3 группы. Предлагаю вам почувствовать себя одной из фигур (кругом, треугольником, квадратом), выбрать ту фигуру, которая тебе близка. Учитель зачитывает характеристики каждой из фигуры:*

***Круг*** *– символ гармонии, самый доброжелательный из форм. “Круги” стабилизируют группу. У них высокая потребность в общении, способность дружить, хорошая интуиция. Но они нерешительны, болтливы.*

***Треугольник*** *– символизирует лидерство. “Треугольники” - энергичные, неудержимые личности, которые ставят ясные цели и, как правило, достигают их. Они способны брать ответственность на себя, решительны, уверенны в себе. Главное для них– победа, выигрыш, успех! “Треугольники” быстро и успешно учатся, но прежде всего – тому, что способствует достижению их цели. Они глубоко и быстро анализируют любую ситуацию.*

***Квадрат*** *– символизирует порядок, аккуратность, практичность. “Квадраты” обычно организованны, трудолюбивы, рациональны, настойчивы. Доминирующие установки для них – консерватизм, пунктуальность, осторожность. Выносливость, терпение и методичность обычно делают “квадрата” высококлассным специалистом в своей области, эрудитом. “Квадраты”, как правило, не выносят беспорядка, рисковых ситуаций, нарушений режима, суматохи.*

*Ребята, у вас на столе лежат фигуры, займите места согласно им. Прежде чем открыть первое задание, каждая группа выбирает своего командира. Просто так это сделать мы не можем, поэтому сейчас встают все участники первой команды и по одному говорят о том, что у каждого лучше всех получается.*

Встаёт 1-я группа « Круг» :

Ученица 8 класса Алия: Каждый *день я получаю по 4- 5 «пятёрок». Я люблю учиться .*

Ученик 8 класса Азат: *Я хорошо играю в хоккей, меня взяли в сборную школы.*

Ученик 8 класса Ильназ: *Я лучше всех прошёл лыжную дистанцию, занял 1- место.*

Так продолжается до последнего члена групп.

Учитель: *Откройте задание , там вы видите название своей команды. Вам остаётся придумать свой девиз. Обоснуйте, почему выбрали именно этот девиз.*

**1-я группа-**« Круг» :  *« Наркотик- это лопата». Это могильщик, который начинает копать яму. Эта яма- могила наркомана. Наркотики- оружие самоубийства.*

**2-я группа**-« Треугольник**»:** *« Сигарета не конфета». Никотин губит голосовые связки и вызывает у курящих хрипоту, сужает дыхательные пути, понижает память человека, особенно у подростков. Поэтому мы и говорим, что лучше конфета, чем сигарета.*

**3-я группа**- «Квадрат»**:** *« Трезво жить- век не тужить». Один литр пива равен стакану водки. Недаром ещё Пифагор говорил, что пьянство есть упражнение в безумстве. Алкоголь поражает мозг, лишает человека ума.*

Учитель: *Это не просто вредные, но и очень опасные привычки.*

*Задание группе* «Круг» *- составьте небольшой поучительный рассказ от лица желудка, направленный наркоману.*

*Задание группе «Треугольник****»****- составьте небольшой поучительный рассказ от лица легких, направленный курильщику.*

*Задание группе «Квадрат» - составьте небольшой поучительный рассказ от лица сердца, направленный алкоголику.*

Группы выполняют свои задания.

*Ребята, пока группы придумывают свой рассказ, мы послушаем библиотекаря школы о книжных новинках на тему: «Вредные привычки».*

Библиотекарь школы: *Дорогие учителя, ребята, в нашей школьной библиотеке есть книги, которые укажут вам верный путь в жизни. Например, для педагогов книга Н.В.Вострокнутова .«Антинаркотическая профилактическая работа с несовершеннолетними групп социального риска». В этой книге вы найдёте современные представления для антинаркотической работы.*

**1-я группа-**« Круг» : « *Тебе всего- то 11-12 лет. Скоро не только я, но и сердце станет отказывать, печень начнёт барахлить. Мой юный друг, ты превратишься в поломанную машину, которую невозможно починить. Пищу тебе будут вводить через трубки, дышать будешь с помощью аппарата.*

*Дорога в ад будет короткой- попробовал…расстройство желудка, непреодолимая потребность в наркотиках, дорога в никуда, последний шаг- через 6-8 лет -смерть. Самый надёжный способ избавиться от наркотиков- это никогда их не употреблять. Я прошу для наркотиков самого сурового наказания: вечное изгнание из нашей жизни, из нашей страны, с нашей планеты!!!».*

**2-я группа**-« Треугольник**»:**  *С удивлением смотрю на людей, которые дня не могут прожить без сигареты. Они попали в рабство к злой привычке. Ох и душит же меня радиоактивный полоний 210, который накапливается во мне. Не даёт он мне нормально жить. Во мне сажа, чернота. Выкуривая одну пачку сигарет в день, курильщик забивает свои лёгкие в год 1 литром никотиновой смолы. Брось курить, займись спортом!*

**3-я группа**- «Квадрат»**:** « *При употреблении алкоголя уменьшается объём мозга и число нервных клеток центральной нервной системы, нарушается печень, слабеет сердце. Развивается гастрит, язва, рак желудка. Ты теряешь контроль над собой. Стал агрессивным, грубым. Надёжный щит от алкоголя- здоровый образ жизни».*

Учитель: *Ребята, как вы думаете, можно ли придумать замену спиртному, табаку и наркотикам?*

Учащиеся: *Конечно, можно. Например, сделать что- то приятное близкому человеку, хотя бы сказать ему пару добрых слов. А чашка ароматного чая, от которого на следующий день не болит голова.*

Учитель: *Сможешь ли ты устоять? Умей сказать нет!*

*Мы сегодня говорили о вредных привычках, которые убивают человека. Чтобы не стать рабом вредных привычек, нужно выполнять три правила:*

*1.Не скучать, найти себе занятие по душе.*

*2.Узнавать мир и интересных людей*

*3.Ни в коем случае не пробовать спиртное, наркотики, табак. Ну а если попали в плен вредной привычки, старайтесь от него избавиться изо всех сил. И если вам это удастся, вы- герой. Нужно жить своим умом и не искать дешёвых удовольствий.*

Тезисы к классному часу по теме: «Особо опасные вредные привычки. Как им противостоять?».

Данная статья адресована классным руководителям и руководителям кружка «Основы лидерства».

Статья поможет организовать работу по профилактике злоупотребления наркотиками, табаком, алкоголизмом, поможет формированию здорового образа жизни учащихся общеобразовательных учреждений.