«Выбери себе жизнь».

**Цель**: пропаганда здорового образа жизни, профилактика вредных привычек.

**Задачи:**

* дать представление о том, что такое здоровый образ жизни;
* убедить учащихся о необходимости вести здоровый образ жизни;
* объяснить роль здоровья в жизни человека и общества;
* рассказать о негативном воздействии вредных привычек на организм человека; привлечь внимание школьников к здоровому образу жизни.

**Содержание мероприятия**.

Вступительное слово учителя.

1.Добрый день, уважаемые ребята.

Что создала природа для счастья человека? (ответы детей)

Природа создала все, чтобы человек был счастлив: деревья, яркое солнце, чистую воду, плодородную почву. И нас людей - сильных, красивых, здоровых и разумных. Человек рождается для счастья!

2.Продолжить фразу:

Жизнь- это движение!.(Слайд №2)

3.Ответь на вопрос

-Вопрос 1. Что такое привычка? (Слайд №3)  
-Вопрос 2. Какие существуют привычки?(Слайд №4)  
-Вопрос 3. Какие привычки отрицательно влияют на здоровье? (Слайд №5-25)

-Вопрос 4. 9 способов сказать НЕТ(Слайд №26)

-Вопрос5. 9 заповедей здоровья (Слайд №27-30)

3. Просмотр фильма «Выбери себе жизнь» ( Жданов) (Слайд №31)

4. Обсуждение фильма «Выбери себе жизнь».

5 Анкетирование (слайд№34 -41)

Анкета «Наркотики и подросток»  
Инструкция: ответьте на вопросы анкеты.

1. Много ли у тебя свободного времени?  
- да;  
- нет.  
2. Как ты учишься?  
-отлично;  
- хорошо;  
- удовлетворительно;  
- плохо.  
3. Чем занимаешься в свободное время?  
- читаю;  
-занимаюсь в спортивной секции;  
- занимаюсь в кружке, изостудии;  
- смотрю телевизор;  
- слушаю музыку;  
- собираемся со сверстниками во дворе, подъезде, подвале;  
- что-то другое (указать что).  
4. Знаешь ли ты, что такое наркомания?  
- да;  
- нет;  
- затрудняюсь ответить.

5. Предлагали ли тебе когда-нибудь наркотик?  
- да;  
- нет.   
6. Если предлагали, то кто?  
- приятель;  
- одноклассник;  
-родственник;  
-незнакомый человек;  
-знакомый, сам употребляющий наркотики.  
7. Пробовал ли ты наркотическое вещество?  
- да;  
- нет.  
8. Знаешь ли ты о пагубном действии наркотиков на здоровье человека?  
-да;  
- знаю, но со мной этого не случится;  
- знаю, но я всегда смогу бросить принимать;  
- нет.  
 9. Как ты думаешь, чем можно предотвратить употребление наркотиков?  
- достоверной информацией о наркотиках и последствиях их употребления;  
- осознанием гибельности пути употребления наркотиков;  
- запретами со стороны родителей и взрослых;  
- ужесточением законов;  
- другое (что именно);  
- затрудняюсь ответить.  
 10. Кому ты доверяешь, к чьим словам прислушиваешься в вопросах о наркомании?  
- друзьям;  
- людям, испытавшим на себе действие наркотиков;   
- знакомым;  
- работникам правоохранительных органов;  
- родителям, родственникам;  
- одноклассникам;  
- врачам-наркологам;  
- учителям;  
- средствам массовой информации;  
- другое (укажи).  
11. Как на тебя действует информация о наркотиках, которую ты получаешь из бесед в школе, телепередач, публикаций в газетах?  
- вызывает негативное отношение к употреблению наркотиков;  
- вызывает желание попробовать;  
- не влияет на мое отношение к наркотикам;  
- затрудняюсь ответить.  
12. Нужна ли тебе информация о наркотиках, наркомании и последствиях?  
- да;  
- нет.  
13. Где бы ты хотел получить эту информацию?  
- в школе;  
- от родителей;  
- из телепередач;  
- из специальной литературы;  
14. Что бы ты предпринял, если бы узнал, что твой друг употребляет наркотики?   
- сообщил бы родителям;  
- посоветовал бы обратиться в наркологический диспансер;  
- сообщил бы классному руководителю;  
- поговорил бы с другом и предложил свою помощь;  
- ничего бы не сделал, это его личное дело;  
- другое (укажи).

6.Итог занятия.

Употребление наркотиков, алкоголя, ПАВ возможно и снимает барьер при общении со сверстниками, но только на начальном этапе, в дальнейшем проблема общения только увеличивается, человек теряет семью, друзей, социальное благополучие.

**Сделаем выводы:** Наркотические вещества вредны для здоровья. При принятии возникает зависимость, в результате чего трудно бросить. **Не начинай то, что потом всю жизнь будешь бросать.**

**Список источников использованных при подготовке проекта:**

При подготовке данного мероприятия были использованы

**Internet – ресурсы:**

* [http://brosaem.info/detskyalkogolizm.php](http://www.pomni.info/pomni/home/view/pishevie_dobavki.htm)
* <http://1september.ru/article.php?ID=200100502>
* [http://uchi.ucoz.ru/publ/otrytye\_uroki/otkrytyj\_urok\_po\_teme\_quot\_zdorovyj\_ obraz\_zhizni\_quot/3-1-0-183](http://uchi.ucoz.ru/publ/otrytye_uroki/otkrytyj_urok_po_teme_quot_zdorovyj_obraz_zhizni_quot/3-1-0-183)
* <http://www.nosmoking.ru/org_mgct_passivesmoke.shtml>
* <http://newsru.com/dossier/8536.html>
* <http://www.nosmoking.ru/>

<http://premino.ru/video/nashe-kino/smert-na-zapade-film-o-vrede-kurenija.html>