**ЧАС БЕЗОПАСНОСТИ и ЗДОРОВЬЯ «БУДЬТЕ ЗДОРОВЫМИ!»**

(из опыта работы воспитателя- Смирновой Е.М.)

**Цель:** формировать у учащихся представления о вредных привычках и предупреждать формирование у детей вредной привычки – курения.

**Задачи:**

- формирование у учащихся представлений о здоровье, побуждать к выполнению физических упражнений, радоваться достигнутому результату;

- коррекция и развитие памяти, внимания, речемыслительной деятельности;

- воспитание бережного отношения к своему здоровью.

**Оборудование:** презентация «Будьте здоровы!», ММУ, м/ф «Как медведь трубку курил».

**Ход классного часа.**

**I. Организационный момент. Психологический настрой учащихся.**

**II. Сообщение темы и целей классного часа.**

**Слайд 1**

- Ребята, сегодня у нас пойдёт серьёзный разговор и мы будем говорить о курении.

- Что вы представили, когда я произнесла слово «курение»? (*Ответы детей.)*

-Поднимите руку те, у кого родители курят- папа или мама? Хорошо ли это? Это мы и попытаемся выяснить.

**III. Основная часть.**

**1. Беседа с учащимися по вопросам:**

- Припомните, что вы испытываете, когда находитесь рядом с курящими людьми. (*Кашель, тошноту, резь в глазах(слёзы) и т.п.)*

**2. Рассказ педагогао вредных привычках.**

- И это неспроста, так как в сигарете находится трава- табак. В табаке содержится ЯД! Этот яд называется НИКОТИНОМ.

Курение – одна из угроз здоровью и благополучию населения планеты. Ежегодно от курения умирают более 5 миллионов человек- это очень-очень большое число. Каждые восемь секунд в мире преждевременно умирает курильщик. (*Посчитать до 8-и….)* Пока я это говорила…умер один курильщик!

**Слайды 2-5**

Наиболее опасно влияют на здоровье человека вредные привычки:

- курение,

- алкоголь,

- наркотики.

*Это знают даже дети —  
хуже нет вещей на свете,  
чем наркотики, вино,  
сигареты — все одно.*

**Слайд 6**

Сигареты — никотин,  
враг всему номер один!  
Курят, что аж дым столбом!  
Отравляют табаком,  
не заботясь о здоровье —  
ни о своем, ни о чужом.

**3. Просмотр м/ф «Как Медведь трубку курил» с последующим обсуждением**:

- Почему Медведь начинает громко реветь, учуяв запах табака?

**5. Физминутка.**

**6. Рассказ учителя о пассивных курильщиках.**

*Пассивное курение*- человек не курит сам, но его организм поглощает больше вредных веществ, чем сам курильщик. Соседство с курильщиками очень вредно! Некурящий человек вынужден сидеть в прокуренном помещении и таким образом за 1 час «выкуривает» 4 сигареты. А дети из семей курильщиков страдают раньше, чем сами начинают курить.

**7. Поучительный рассказ.**

На стройке нового дома расположились ребята: Миша, Саша и Илюша. Миша, худой, высокий мальчик, достал пачку сигарет и предложил закурить Саше. Тот её взял. Вторую сигарету Миша предложил Илюше. Тот покачал головой: «Не буду, я пойду…» Миша засмеялся: «Эх ты, маленький, боишься мама ремня даст. Кури, никто не узнает».

«Меня не бьют,- тихо сказал Илюша,- я не боюсь, я не хочу, мой дед курит, мучается, бросить не может, я начинать не буду…»

«Я тоже не буду,» - и Саша отдал сигарету Мише обратно.

Так мальчики отказались от заманчивого предложения Миши, значит, они взрослеют и начинают понимать, где хорошо, где плохо и даже опасно.

**8. Беседа об алкоголизме.**

**Слайд 7**

Алкоголь — не только водка,  
Но и пиво, и вино.  
Должен знать ребёнок чётко —  
Всё спиртное им вредно!  
Хочешь умным быть и сильным —  
Никогда не пей его.

**9. Беседа о наркомании.**

**Слайд 8**

Наркотики — это зараза,  
Но ты не поймешь это сразу.  
Быстро к наркотикам ты привыкаешь  
И медленно в муках от них умираешь!

**IV. Закрепление знаний.**

**1. Рассказ учителя.**

**Слайд 9**

Никотин, алкоголь, наркотики -

Это вам не антибиотики.

За здоровье, общение, спорт

Выступает наш дружный народ!

**Слайд 10**

Спорт спасает целый мир!  
Потому он — мой кумир!  
Кто всегда со спортом дружит,  
Тот успех всегда заслужит!  
Потому что физкультура в самом деле  
Залог здорового духа в здоровом теле!

**2. Беседа-размышления с практикумом:**

- Вы пробовали курить?

- Что вы будете делать, если вам предложат сигарету?

**V. Итог классного часа.**

**Слайд 11**

Вредным привычкам – нет!

Скажи всем друзьям.

Вредным привычкам – нет!

Скажи себе сам.

Вредные привычки – плохо!

Знай всегда.

Вредные привычки – смерть!

Убьёшь себя.

Здоровье человека – это главное в жизни каждого из нас. Его нельзя купить ни за какие деньги. И поэтому его нужно беречь с самого первого дня появления на свет. Мы будем жить под девизом:

**Я здоровье сберегу - сам себе я помогу!**