***Ахметшина Дина Ринатовна учитель начальных классов МАОУ-СОШ № 10 с углубденным изучением отдельных предметов,***

***высшая квалификационная категория.***

***Классный час на тему***

***«Антисиле, антиволе, скажем «нет!» сейчас и вскоре!»( с использованием сингапурских структур)***

***Цели:***

1. выяснить представления учеников о том, что является полезным или вредным для человека;
2. способствовать формированию у учащихся стремления приобретать полезные привычки и избегать вредных;
3. показать вредное влияние табачного дыма на организм человека.

4.Воспитывать внимательное, доброжелательное отношение между учащимися при работе в группе.

***Оборудование***: МЭНЭДЖ МЭТ, № столов.

***Ход урока:***

1. ***Организационный момент.***

- Итак, у нас классный час. Давайте улыбнёмся друг другу, пожелаем хорошего настроения. Участники под №1, №2, №3, №4 подняли руки. Хорошо. Поприветствуем партнёра по плечу, партнёра по лицу. Я верю в вас и знаю – у вас всё получится! Приготовьтесь работать старательно и быть внимательными.

1. ***Актуализация знаний.***

– Мы любим многое в нашей жизни: заниматься спортом и веселые игры, любим много путешествовать и каждый день узнавать что-то новое, любим успешно решать трудные задачи и получать отличные оценки. Однако одно условие, при котором все перечисленное возможно – это здоровье. Если человек здоров, он всегда будет энергичен и активен, всегда сможет преодолеть трудности на своем пути, им будут гордиться родители, любить и уважать друзья.

На свете есть много того, что помогает сохранить и укрепить здоровье человека, сделать его жизнь интересной, насыщенной, и есть то, что идет во вред здоровью и разрушает его.

 – Вспомним, знаете ли вы, что вредно, а что полезно для здоровья человека? Проделаем структуру СТЁ ЗЕ КЛАСС ( 1. Запишите как можно больше вредного и полезного для человека; 2. Прочертите линию после вашего последнего ответа; 3. Двигайтесь по классу, чтобы записать больше идей других участников)

- Теперь проделаем структуру ОЛ РАЙТ РАУНД РОБИН ( участники по кругу зачитывают свои ответы , а все остальные записывают новые идеи на своих листочках)

Примерные ответы учеников:

* ***Полезно:*** соблюдать режим дня; соблюдать гигиену; правильно и регулярно питаться; заниматься спортом; вовремя и самостоятельно делать уроки; обязательно бывать на свежем воздухе; делать утреннею зарядку; следить за чистотой своей одежды и дома; слушаться родителей и близких людей; закаляться; посещать кружки; читать книги; уметь вести себя в коллективе.

***Вредно:*** прогуливать занятия в школе; грубить и не уважать старших;

сидеть много за телевизором или компьютером; гулять в неположенных местах, где есть опасность для жизни; пробовать незнакомые вещества;

есть чересчур много сладкого; грызть ногти; курить; драться.

***Проблемная ситуация.***

 – А что такое привычка? Проделаем структуру ФИНК – РАЙТ- РАУНД РОБИН (Участники обдумывают ответ, записывают и по очереди обсуждают свои ответы в команде)( Примерный ответ детей: привычка – это то, что мы совершаем почти, не задумываясь, действуя автоматически. Например: привычка одеваться, чистить зубы, заправлять свою постель.)

 – Чтобы сформировалась привычка, необходимо повторять какое-то действие многократно, изо дня в день, и тогда человек начнет его выполнять не задумываясь.

***Игра «Привычка»***

Учащиеся встают в круг, и если команде ведущего начинается со слова «Прошу», то выполняют различные движения.

В определенный момент учитель перед командой не произносит слово «Прошу» и тогда группа не должна выполнять его указание.

– Видите ребята, привыкнув выполнять команды, многие не сразу смогли переключиться и выполнили команду тогда, когда не должны были ее выполнять. Вот так и формируется в сознании привычка.

1. ***Просмотр ролика о вреде курения.***

– Какую привычку вы увидели, ребята? Дети: курение.

– Это вредная или полезная привычка? Дети: вредная.

– Почему Вы так думаете? Дети: потому что в сигаретах есть никотин.

– Как вреден никотин? Дети: является ядом, влияет на работу мозга, приводит к привыканию, затрудняет доставку кислорода к мышцам и сердцу, учащает сердцебиение.

- Поэтому, ребята, курящие люди не могут бегать, быстро начинают задыхаться, их сердцу тяжело, оно страдает и болеет.

* + Посмотрите на слайд «Легкие». Как вы думаете, которые из них легкие курильщика? -Почему?
	+ У некурящего легкие розовые и чистые, а у курящего они черные.

Просмотр документального фильма о болезнях: рак гортани, бронхит, туберкулёз лёгких….

* + Как вы думаете сигареты плохо влияют только на легкие?

Проделаем структуру ИНСАЙД-АУТСАД СЁКЛ ( Дети образуют внутренний и внешний круги и делятся своими мнениями с разными партнёрами). Делаем три шага влево, и отвечаем на вопрос.

Примерные ответы детей:

– Дым сигарет делает зубы и пальцы курильщиков желтыми.

– Изо рта курящего плохо пахнет.

– У курящего плохой аппетит.

– Курящий плохо различает вкус еды.

– Дым сигарет вызывает кашель

– Курящий человек становиться раздражительным, напряженным.

Делаем четыре шага влево и обсуждаем следующий вопрос.

 – Какие еще последствия, кроме вреда для здоровья, имеет курение?

Примерные ответы детей.

– Одежда и волосы курильщика плохо пахнут.

– Курение – частая причина пожаров.

– На сигареты тратиться много денег.

– В помещении появляется неприятный запах.

Делаем пять шагов влево и обсуждаем следующий вопрос.

 – Почему же люди курят?

Примерные ответы детей:

– Потому что трудно бросить.

– Никотин вызывает привыкание.

 – Разумно не начинать курить вообще. Для того чтобы участвовать во многих интересных делах и событиях нужно хорошо себя чувствовать, быть здоровым и сильным. Курение несовместно со спортом, поэтому большинство спортсменов не курят.

***Закрепление.***

*1.Составление правил.*

Каждой группе раздаются карточки со словами, из этих слов участники должны составить предложение.

1. Вместе с сигаретой сгорает и курящий.
2. Табак не кончается, курящий скончается.
3. Табак научит нищенству.
4. Дружба – дружбой, а табак врозь.

Обсуждение проделывается по структуре ТАЙМ РАУНД РОБИН ( каждый ученик проговаривает ответ в команде по кругу в течение определённого количества времени)

*2.Как отказать непристойным предложениям.*

 Группам предлагается ситуации, требующие отказа, дети должны за несколько минут придумать слова отказа.

А) Взрослые ученики предлагают закурить сигарету.

Б) Незнакомый человек предлагает подвезти до дома.

В) В компании взрослые предлагают попробовать алкогольный напиток.

***Рефлексия.***

– Что нового мы узнали сегодня?

Дети: Курение подрывает здоровье человека, осложняет его отношения с некурящими людьми.

Счастливую полноценную жизнь может прожить только тот человек, который поддерживает здоровый образ жизни. Это можно представить в виде дерева жизни. Учитель показывает на слайде.

Дети поют песню «Закаляйся».

Сила воли – вот спасенье,

Вот всему преодоление,

Разгадали мы загадку:

Польза есть не в том, что сладко.

Антисиле, антиволе

Сажем «нет!» Сейчас и вскоре!