***Как победить дракона, или удержись от вредной привычки!***

**Цели:** углубить представление детей о вредных привычках; способствовать воспитанию отрицательного отношения к табаку, алкоголю, наркомании; побуждать детей к сопротивлению вредным привычкам, учить противостоять давлению сверстников; воспитывать активную жизненную позицию.

***Задачи:***

* Умение четко формулировать аргументы против вредных привычек.
* Умение противостоять давлению сверстников.

***Подготовительная работа с детьми:***

а) назначить двух учеников на роли врачей. Их задача - дать краткую характеристику вредным привычкам ( тексты в сценарии);

б) поручить художникам из числа детей нарисовать трехглавого дракона на листе ватмана. На каждой голове написать название вредной привычки;

в) поручить 3 парам учеников разыграть диалоги (чтобы дети не переписывали тексты, нужно сделать 2 ксерокопии и раздать детям).

***Оборудование:***

1. ПК
2. Экран
3. Тетрадные листы по количеству ребят.

***Оформление:***

а) написать на доске тему, эпиграф: « Тот, кто может победить другого, - силен, тот, кто побеждает самого себя, - воистину могуществен».

б) прикрепить к доске ватманы с рисунками дракона, против курения, алкоголя, наркомании.

*( В аудитории столы стоят по кругу).*

***Хочешь быть здоровым - будь: это правильный путь!***

**Ход беседы.**

**I. Вступительное слово**

**Воспитатель:** Что бы вы сделали, ребята, если бы вам попался дракон о трех головах?

***Дети отвечают, что убежали бы, бросили бы в дракона песком, застрелили и т.п.***

      А вот представьте себе, что есть такие люди, которые с радостью лезут прямо в пасть этого дракона - только хруст стоит от того, как перемалывает человеческие жизни страшное чудовище. Некоторые думают, что сумеют выскочить из пасти дракона, но, оказывается, что они переоценили свои силы и их ждет погибель. А вот и портрет этого чудовища *(на доске висит  плакат с изображением трёхголового дракона)*. Каждая голова у него имеет свое имя  (***читает***):

- Курение

- Алкоголь

- Наркомания.

Каждая голова – это вредная привычка, которая превращается в смертельно опасную болезнь. Мы попросили врачей рассказать нам об этих вредных привычках.

***К доске выходят 2 ученика в белых халатах.***

**II. Информационный блок « Врачи - о вредных привычках»**

**Ученик:**

Итак, друзья, мы начинаем

Пороки смело обличать.

Поговорим о сигарете,

О том, как рано не начать.

**Ученица:**

Ну что сегодня мы имеем?

Об этом стоит рассказать.

Сюжеты явно всем знакомы-

Несложно будет все понять!

**Ученик:**

Мы далеко ходить не будем-

Пример наглядный всем вокруг.

Давно об этом говорят все-

Не сразу все случилось вдруг.

**Ученица:**

За школу выйдя, ясно видно,

Мальчишки, спрятавшись, « пыхтят»,

Ведь быть похожими на взрослых

Мальчишки наши так хотят!

***Слайд табака (на экране)***

**Воспитатель:** В далеком прошлом, когда табак только - только был завезен в Армению из далеких стран, у подножия Арарата жил один старец, добрый и мудрый. Он сразу невзлюбил это одурманивающее растение и убеждал людей не пользоваться им. Однажды старец увидел, что вокруг чужеземных купцов, разложивших свой товар, собралась толпа крестьян.

        Купцы выкрикивали: Божественный лист! Покупайте божественный лист! Чудесное средство! Исцеляет от всех болезней! Подошел к ним Мудрый Старец и сказал: этот «божественный лист» приносит людям и другую пользу: к курящему в дом не войдет вор, его не укусит собака, он никогда не состарится.

       Купцы с радостью посмотрели на него. « Ты прав, о мудрый старец!»

И вот что сказал мудрец: вор не войдет в дом курящего потому, что тот всю ночь будет кашлять, а вор не любит входить в дом бодрствующего человека. Через несколько лет курения человек ослабнет, и будет ходить с палкой. А как собака укусит человека, если он с палкой! И наконец, он не состарится, ибо умрет в молодости.

        Отошли крестьяне от купцов, призадумались.

**Ученик:** К счастью, многие, даже длительное время курившие люди, сознательно приходят к благоразумному выводу о необходимости бросить курить и совершенно безболезненно делают это по собственному желанию.

**Ученица:**А что представляет собой алкоголь?

**Ученик:** Это этиловый спирт - легко воспламеняющаяся бесцветная жидкость с характерным запахом. Он вызывает сначала возбуждение, а затем паралич нервной системы.

**Ученица:** Да, не зря предостерегал Владимир Маяковский:

Не пейте

     Спиртных напитков.

                 Пьющему – яд,

                        Окружающим – пытка.

**Ученик:** Это точно, ведь в России на одного мужчину в год в среднем приходится 160-180 бутылок водки. Значительная часть населения умирает от регулярного пьянства в 30-35 лет.

**Ученица:** Если человек пьет регулярно, то возникает язва желудка, рак.

**Ученик:** Настораживает и тот факт, что свыше 96% пьющих людей приобщаются к спиртному в возрасте до 15 лет, а около трети – и вовсе до 10 лет. Важно уберечь от пьянства детей и еще не рожденных младенцев.

**Ученица*:***А что же говорить о наркотиках? Это же сильнейший яд для организма.

**Ученик:** Да, к наркотикам люди привыкают быстро, а ведет это к сложнейшим нарушениям в организме и возникновению социальных, нравственных проблем, к конфликтам дома и в школе.

**Ученица:** Согласно статистике, человек, пристрастившийся к наркотикам, после этого не живет дольше пяти лет.

**Ученик:** Сегодня каждый десятый школьник хотя бы раз пробовал наркотики. Печально, но это факт.

***III. Интерактивная беседа « Что толкает людей в пасть дракона?»***

***Воспитатель***: Вот такие три головы у дракона. Одна другой страшнее!

      Чтобы сохранить свою жизнь, дать жизнь здоровому потомству, нужно говорить об этой проблеме как можно больше и всерьез, как взрослые.

- Давайте вспомним, какая вредная привычка может появиться буквально с одного раза? **( *Наркомания****)*

- От какой вредной привычки появляются 25 болезней? **( *Курение)***

- Какие вредные привычки отравляют человека, разрушают его организм? (***Токсикомания, наркомания, курение, алкоголизм)***

-Какие вредные привычки начинаются с невинных забав, а заканчиваются нищетой, болезнями, смертью. **( *Токсикомания, наркомания, курение, алкоголизм*).**

***Воспитатель***: И сто, и тысячу лет назад были люди, которые попадали в плен к вредным привычкам. И бесследно исчезали в пасти страшного дракона. Но сказочные времена давно прошли. За окном XXI век и столько интересного вокруг: спорт, кино, музыка, природа, книги, верные и хорошие друзья. Но сидит где-то на грязном, заросшем бурьяном пустыре вот такое трехголовое чудовище и дожидается очередной жертвы.

**Как вы считаете, почему же люди попадают в пасть этого дракона? Почему они становятся рабами вредных привычек?**

***Примерные ответы детей:***

-Их тянет любопытство, желание все попробовать и испытать.

- Их родители были рабами тех же самых привычек, они и детей втянули.

- Для общения – если вся компания это делает, то и тебе не страшно.

- Чтобы казаться современным, крутым, сильным.

- Чтобы показать, что ты уже взрослый и сам можешь делать со своим здоровьем все, что хочешь.

- Потому что ничем не интересуются, ни к чему не стремятся.

- Просто слабохарактерность – попадают в плохую компанию и втягиваются.

- Хотят подражать героям боевиков, рекламы – там все курят и пьют.

***На сцену выходит ученица, поет песенку на мелодию песни «Улыбка»***

Нас рекламой с толку сбить нельзя.

Рекламируют, что нужно и не нужно.

Что же выбрать, милые друзья?

«Только лучшее» - ответим мы вам дружно.

***Припев:***

И тогда наверняка скажем вредному «пока»!

Мы здоровыми хотим служить Отчизне.

И на целый белый свет никотину скажем « нет»!

Голосуем за здоровый образ жизни.

И на целый белый свет никотину скажем « нет»!

Голосуем за здоровый образ жизни.

Быть рекламе только для добра-

Что полезно, рекламируйте, нам, люди!

Понимает наша детвора-

О здоровье мы теперь не позабудем!

***Припев:***

***Воспитатель***: Да***,***ученые назвали именно такие причины приобщения людей к вредным привычкам: любопытство, влияние родителей, снятие напряжения, слабохарактерность, желание подражать красивым героям рекламы, кино и телевидения. **А как же не попасть в пасть дракону?  Ведь большинство  людей не курит, не пьет, не употребляет наркотики. Что нужно делать, чтобы устоять?**

***Примерные ответы детей:***

- Нужно заниматься спортом, музыкой, танцами – чем - то интересным.

- Нужно просто уважать себя, ценить свое человеческое достоинство.

- Нужно добиваться в чем – то успеха, чтобы уважать самого себя.

- Нужно иметь свое мнение, не поддаваться плохому влиянию.

- Нужно уметь отказываться, когда тебе предлагают попробовать что-то плохое.

- Нужно выбирать друзей, общаться только  с теми, кому ты доверяешь.

**Ученик:** И если после нашего разговора кто-то не захочет начинать курить, а кто-то захочет бросить – мы будем счастливы!

***IV. Тест « Сможешь ли ты устоять?»***

***Воспитатель:*** Надеюсь, что никто из вас не попадет в пасть трехглавого дракона и не станет очередной жертвой страшной « мании». **Как вы думаете, сможете ли вы дать отпор этим вредным привычкам, устоите перед их натиском?** Сейчас мы проведем тест, который поможет вам оценить свои силы.

Перед вами лежат листки бумаги. Вам нужно будет ответить на 10 вопросов. Напишите числа от 1 до 10 сверху вниз. Я буду задавать вам вопросы. На каждый вопрос нужно дать ответ « да» или «нет». Отвечать нужно честно, иначе вы ничего о себе не узнаете.

***Учитель читает вопросы. Дети пишут напротив каждого пункта «да» или « нет».***

1. Любишь ли ты смотреть телевизор?
2. Хотелось ли тебе играть в компьютерные игры больше 3 часов ежедневно?
3. Хотелось ли тебе попробовать закурить?
4. Можешь ли ты весь выходной просидеть перед телевизором, оставив все дела?
5. Пробовал ли ты алкогольные напитки?
6. Любишь ли ты уроки физкультуры?
7. Если друзья предложат тебе сбежать с уроков, согласишься ли ты?
8. Умеешь ли ты не повторять своих ошибок?
9. Если бы тебе прямо на улице незнакомый предложил коробку конфет, взял бы ты ее?
10. Друзья зовут тебя в игровые автоматы, а ты еще не сделал уроки. Сможешь отказаться?

Теперь подсчитайте, сколько раз вы ответили на вопросы «да». За каждый такой ответ вам положено 5 баллов, значит, умножьте полученное число на 5. Что у вас получилось?

0-15 баллов - вы умеете управлять своими желаниями. Как и все люди, вы любите получать удовольствия. Но в нужный момент вы в состоянии понять, что удовольствие ради удовольствия может принести вред, помешать вашим планам. Получается, что если вам кто-либо предложит « побалдеть» от какой-либо дряни, то вы легко откажитесь. Вас не так – то просто купить на всякую дешевку. У вас впереди интересная жизнь, полная настоящих удовольствий.

20 - 40 баллов – ваша « зона удовольствий» нередко вас подводит. Вы, быть может, и хотели бы лучше управлять своими желаниями, но это не всегда получается. Не хватает воли. Видимо, вы очень много времени теряете зря. Вы стремитесь к сиюминутным удовольствиям. Из-за этого вы можете потерять очень много приятного в будущем. Если вам предложат «немного кайфа», вы можете согласиться. К сожалению, большинство наркоманов именно так и начинали. Рекомендуем быть настороже - слишком дорогой может оказаться цена сомнительного удовольствия.

40 - 50 баллов – вас, как говорится, можно брать голыми руками. Вы буквально заряжены на получение всяческих удовольствий. За любой вид « кайфа» вы будете готовы отдаться в рабство какому-нибудь подонку. Таких, как вы, слабаков – не так уж и много. Вам грозит беда.

***V. Проблемные ситуации. « Умей сказать « нет»»***

***Воспитатель:*** Те, кто уже попал в пасть дракона, могут оттуда уже и не выбраться. Давайте поговорим о том, как туда не попасть. Психологи утверждают, что самое лучшее – это научиться говорить «нет». Предлагаю вам оценить ситуации, в которых оказались ваши одноклассники. Все они по-разному сумели отказаться от назойливых предложений. Может быть, вы смогли бы это сделать еще успешнее?

 Послушайте первый диалог. Мы его назвали **« С водкой дружить - здоровье сгубить»**

***К доске выходят 2 ученика, читают или разыгрывают диалог.***

**Вот так удалось (имя) отбиться от сомнительного предложения. Одобряете ли вы его поведение? Что бы вы сказали в подобной ситуации?**

***Дети высказываются.***

Второй  диалог мы назвали **« Внимание – берегись наркомании!»**

***К доске выходят 2 ученика, читают или разыгрывают диалог.***

**Мне кажется, ( имя) вел себя правильно. Сталкивались ли вы с подобными ситуациями? Чтобы вы говорили в ответ на такие предложения?**

***Дети высказываются.***

И наконец, третий  диалог, который называется **« Сигарета- не конфета!»**

***К доске выходят 2 ученика, читают или разыгрывают диалог.***

**Ну, уж в подобной ситуации приходилось бывать каждому. Как вы считаете, (имя) вел себя правильно? Как бы вы действовали на его месте?**

***Дети высказываются***

***Воспитатель:***Ребята, многие вредные привычки часто начинаются с подобных невинных предложений. Мнимые друзья под видом развлечения затягивают слабых духом людей в пасть дракона. Очень важно в этом случае правильно оценить ситуацию и сказать твёрдое и решительное « нет». Я очень рада за ребят, которым удалось отстоять себя и не поддаться на уговоры. Умение сказать « нет» всегда пригодится, когда вас будут заставлять или упрашивать сделать то, чего вы не хотите.

***VI. Заключительное слово***

***Воспитатель:*** Мы сегодня говорили о вредных привычках, которые убивают человека.

***Чтобы не стать рабом вредных привычек, нужно выполнять три правила:***

- не скучать, найти себе занятие по душе;

- узнавать мир и интересных людей;

- ни в коем случае не пробовать спиртные напитки и наркотики.

Ну, а если вы все же попали в плен какой – то вредной привычке, старайтесь избавиться от нее изо всех сил. И если вам  это удастся, вы – настоящий герой. Как сказал древний китайский мудрец Лао-То « **Тот, кто может победить другого, - силен, тот, кто побеждает самого себя, - воистину могуществен».**

***Ученик:***

Мы вам наглядно показали:

Куренье-зло, куренье – яд!

***Ученица:***

Подарит рак оно однажды-

Нам все об этом говорят!

***Ученики вместе:***

Но есть выход!

***Ученик:*** спорт- это жизненной силы рассвет!

***Ученица:*** спорт- это жизнь и лекарство от бед!

***Ученик:*** спорт - к долголетью тропинка прямая!

***Ученица:*** и по плечу нам нагрузка любая!

***Ученик:*** спорт по желанью любой выбирай!

***Ученица:***и от мечты своей не отступай!

***VII. Подведем итогов (рефлексия)***

***Воспитатель:*** **Что нового узнали вы во время классного часа?  Чему научились? Какие выводы для себя сделали?**

***Примерные ответы учащихся:***

- Научился говорить «нет». В игре это легко, а в жизни труднее.

- Нельзя допускать, чтобы на тебя влиял, кто попало.

- Главный вывод, что нужно жить своим умом и не искать дешевых удовольствий.

- Решил, что нужно записаться в какую-нибудь секцию.

Приложение

***Диалог. «С водкой дружить – здоровье губить»***

Ученик 1. Гони двадцатку, пацаны за водкой сбегают, нужно 23 февраля отметить.

Ученик 2. Нет у меня двадцатки!

 Ученик 1. Ну я тебе займу, потом отдашь.

Ученик 2. Да нет, у меня правило: никогда не брать в займы.

Ученик 1. Ладно, мы тебя угостим, раз ты такой бедный.

Ученик 2. Я не бедный. Просто пить не хочу.

Ученик 1. Ну, так посидишь, за компанию.

Ученик 2. За компанию ни пить, ни посидеть не хочу.

Ученик 1. Так ты что, откалываешься от коллектива?

Ученик 2. Нет, просто мне это не интересно.

***Диалог. «Внимание – берегитесь наркомании»***

Ученик 1. Хочешь улететь далеко-далеко? Могу дать колесо (таблетку). Сразу забудешь обо всех проблемах.

Ученик 2. Нет, я со своими проблемами и без колес справлюсь.

Ученик 1. Даже Рональдо, и тот колеса глотал!

Ученик 2. Ну и пусть глотает, я же не попугай, что б за ним все повторять!

Ученик 1. Так  ты ж кайф поймаешь!

Ученик 2. Мне и без кайфа не плохо.

Ученик 1. Я считаю, что в жизни нужно все испытать!

Ученик 2. А я так  не считаю.

Ученик 1. Все, кто колеса попробовал, не жалеют.

Ученик 2. А я не жалею, что не пробовал.

***Диалог. «Сигарета - не конфета!»***

 Ученик 1. Я сегодня пачку «Мальборо» на спор выиграл. Курить будешь?

Ученик 2. Нет, я не курю.

Ученик 1. Сейчас же все курят! Ты что, не крутой?

Ученик 2. Значит, не крутой.

Ученик 1. А – а, ты здоровье бережешь, хочешь, что б все вокруг были больные, а ты один здоровый. Да?

Ученик 2. Не кури и ты, тоже будешь здоровым.

Ученик 1. А если мне нравится курить!

Ученик 2. Ну, а мне нравится не курить.