

Классный час «Три ступени, ведущие вниз».

Цель: показать глобальный характер проблем курения, алкоголизма и наркомании, используя научные данные и наглядный видеоматериал в борьбе с этим злом.

Ход мероприятия:

Согласно определению Всемирной организации здравоохранения, «здоровье – это состояние полного физического, психологического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов».

К факторам риска, способствующим развитию болезней, относятся различные воздействия агрессивной среды.

Особое место среди них занимают так называемые «вредные привычки» и склонности – курение, алкоголь и наркотики. Сегодня человечество переживает кризис: в результате распространения среди подростков курения, пьянства, наркомании и токсикомании. Минздрав свидетельствует, что наша нация постепенно вымирает: растёт детская смертность, число детей, имеющих психологические отклонения увеличивается. Почти каждый третий школьник в России пробовал наркотик.

По оценкам экспертов, если мы будем пить и курить так же, как пьем и курим сейчас, то, к примеру, некоторые города России вымрут к 2070 году, а если не будем противодействовать наркотикам, то и намного раньше.

Многие считают, что курение – это не болезнь и ничего страшного для курильщика и окружающих его людей в курении нет. Мы сейчас попробуем доказать, что курение – это вред, зло, которое несет в себе несчастье.

Вы не знаете, что такое курение?

Это же заблуждение:

Вы не повзрослеете,

А отравитесь и заболаете.

От курения не взрослеют,

А болеют и стареют.

Не пройдет и пары лет,

Станешь ты, как старый дед.

Каждая выкуренная сигарета сокращает жизнь на 15 минут, каждые 13 секунд умирает человек от заболевания, связанного с курением, 13 секунд звук метронома). За год - это 2,5 млн. человек.

Подсчитано, что население земного шара выкуривает 12 миллиардов сигарет и папирос! Общая масса окурков 2 520 000 тонн.

Запомни: человек не слаб,

Рожден свободным. Он не раб.

Сегодня вечером, как ляжешь спать,

Ты должен так себе сказать:

«Я выбрал сам себе дорогу к свету

И, презирая сигарету,

Не стану ни за что курить.

Я – человек! Я должен жить!»

Видео ролики о курении и его последствиях.

«Вся правда о вреде курения»



Курение – это вредная привычка, она стара, как мир. Не уступает по древности ему и другой порок – пьянство. «Вода смерти» или «Зеленый змий» немало горя принес людям во всем мире. Английский поэт Роберт Бернс с сарказмом перечисляет поводы для пьянства. Его слова и спустя два столетия актуальны.

Для пьянства есть такие поводы:

Поминки, праздник, встреча, проводы,
Крестины, свадьба и развод,
Мороз, охота, новый год,
Выздоровленье, новоселье,
Успех, награда, новый чин
И просто пьянство – без причин.

Больше всего от пьянства страдают дети. Вот такое письмо – крик души – прочитали мы в газете.

Почему мой папа такой?
Вечно пьяный и вечно злой?
Никогда за собой не следит,
И на всех почему-то сердит.
Открывает пинком он дверь
И врывается в дом, как зверь.
Нас обзывает плохими словами,

Все в доме пинает ногами.
Мама шепчет мне тихо:
– Беги!
А мне слышится крик:
– Помоги!
Я – мужчина. Но я еще мал,
А то папе я твердо б сказал:
– Мне стыдно, что ты папа мой.
Уходи! Нам не нужен такой.

Проведем анкетирование «Есть ли у вас сила воли?».

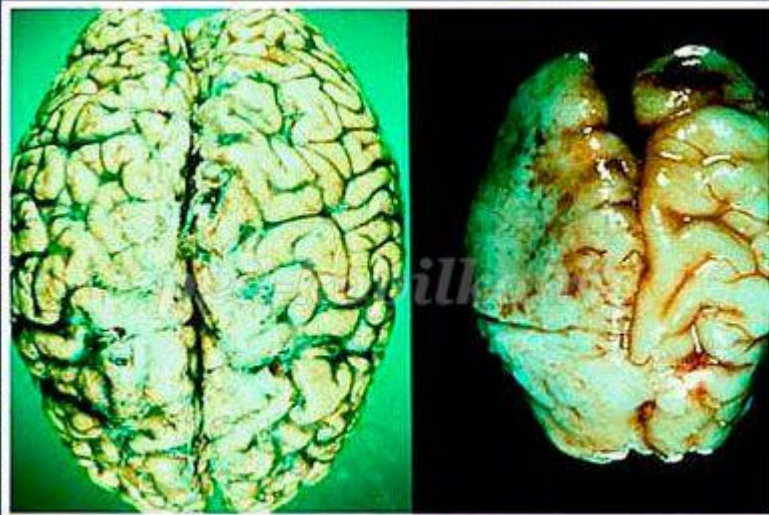
Анкета:

1. Можно ли считать, что телевизор является вашим основным развлечением?
 2. Если бы у вас была возможность смотреть боевики, ужастики, шоу программы, реалити-шоу и т.д. более 4 часов ежедневно, то делали бы вы это?
 3. Пробовали вы курить сигареты?
 4. Можете ли вы утром проваляться в постели, даже если вам необходимо встать и что-либо делать?
 5. Пробовали ли вы крепкие алкогольные напитки?
 6. Любите ли вы уроки физкультуры?
 7. Приходилось ли вам принимать предложения друзей пропускать некоторые уроки или целые учебные дни?
 8. Умеете ли вы не повторять своих ошибок?
 9. Если бы подвыпивший человек предложил бы вам прямо на улице коробку конфет, взяли бы вы ее?
 10. Сумели бы вы отказаться от предложения поиграть на компьютере из-за того, что не сделаны уроки?
- 0-15 баллов – Вас не купить на всякую дешевку.
20-40 баллов – Вы можете проявить слабость.
45-50 баллов – Вы стремитесь к удовольствию, можете оказаться в рабстве у какого-нибудь подонка.

Видео ролики об алкоголизме и его последствиях.



И каждый раз когда ты
прикладываешься к бутылке-
не ты пьешь из неё, она высасывает жизнь из тебя



МОЗГ ЗДОРОВОГО ЧЕЛОВЕКА

МОЗГ АЛКОГОЛИКА

Последствия алкоголизма



Как доказать, что наркомания – самое страшное зло.

Давайте прочитаем дневник наркоманки Барбары Росек. Это настоящая исповедь девушки, прожившей всего 21 год.

«20 декабря 1997 года. Многие наркоманы страдают от бессонницы. Их организм «спит», только погруженный в наркотический дурман.

24 декабря. У наркомана нет будущего. В своей беде он одинок. А близких он обрекает на боль, страдания из-за него.

3 января. Наркоман не может быть полноценным человеком: ни гражданином Родины, ни матерью, ни отцом, так как цель жизни у наркомана – достать наркотики. Наркоман не живет более 10 лет».

...Цвет лица землист. А он не старый...

В доме холод, грязь... И тишина...

Дети в школе умственно отсталых,

И в психиатрической жена.

Слаб и вял он, словно из мочала

Сотворен... А он, при всем при том,

Человеком тоже был сначала,

Тенью человека стал потом.

Видео ролики о наркомании и её последствиях.



Наркомания и токсикомания – это, прежде всего, молодежные проблемы.
Причем токсикомания распространяется быстрее, чем наркомания и имеет такие же тяжелые последствия.



Наркоманы – лечение или срок

Страшные последствия употребления наркотиков



ped-kopilka.ru

MyShared

ПОСЛЕДСТВИЯ



В первую очередь наркотики влияют на психику, она приводит к духовной деградации и полному физическому истощению организма.

Мы не хотим такой участи ни для себя, ни для других. Мы сделали свой выбор – здоровье.
Двадцатый век – проблемный век!
Об этом помни, человек!
Токсикоманы, наркоманы
Переступили жизни край,
Хотелось им всех благ честивых,
Но их душа не божий рай.
Ведущая О.Н.: Людьями вновь стать
Предельно трудно.
Дурман приходит лишь на миг,
И вот тогда услышать можно
Их сердца стук, сознания крик.
Предать, убить, унижить могут,
Велик звериный их удел.
Кто виноват? Кто прав? Не знают!
Их жизнь – тупик!
Их жизнь – предел!
Не допустить такое можно,
Так нужно, важно и возможно!

Об этом помни, человек.
Двадцатый век, проблемный век!