

"Все пороки-от безделья!"

Цель:

1. Развитие у подростков осознанного неприятия к наркотическим средствам, спиртному, курению.
2. продемонстрировать учащимся пагубное влияние вредных привычек на организм человека.
3. воспитывать уважение к себе, чувства собственного достоинства, уверенности, что ЗОЖ делает человека свободным и независимым

Сценарий

Добрый день уважаемые ребята и гости. Мы пригласили вас на классный час, который предлагаем провести в форме устного журнала, под названием «Все пороки – от безделья». К сожалению, почти у всех людей есть вредные привычки – это курение, алкоголь, наркотики. Сегодня мы с вами поговорим о пагубном влиянии этих привычек на организм человека, и я надеюсь, что каждый из вас примет правильное для себя решение.

Страница

1

«Кто курит табак, тот сам себе враг»

Закурить первую в жизни сигарету многие ребята пробуют уже в 10-14 лет, а некоторые и раньше. Почему же они пробуют курить? (ответы детей)

Картина 1.

На лесной полянке заяц, белка и ёж собирают лекарственные травы.

Появляется Волк с курительной трубкой в зубах.

Волк: Ну что, малявки, дать закурить?

Заяц: (испуганно) Н-н-нет...

Белка: Мы не курим...

Ёж: Ф-ф-фу! Какая гадость! Ты разве не знаешь, что курить вредно?!

Волк: Ерунда! Курят только настоящие, смелые звери. А люди – то, как это любят! Я вот стащил у них трубку. Слабо закурить?

Заяц: Мне н-н-не слабо... Я закурю... (*закуривает, сильно кашляя.*)

Белка хлопает зайца по спине, тот падает без сознания, белка машет над ним платочком.

Белка: Ну, зачем ты это сделал, зачем закурил? Появляется лиса

Лиса: Ой, ой, ой! Какие мы нежные! В обморок упали! Ничего – привыкнет!

Ёж: Да, привыкнет, а потом уж и не отвыкнет. Сколько людей пытаются бросить курить, а удаётся это очень немногим. Лучше уж не начинать совсем. **Белка:** Ты прав, Ёжик, не нужно привыкать.

Выкурив первую сигарету, подростки сначала испытывают тошноту, головокружение, слабость, но потом всё проходит, и курение становится дурной привычкой, от которой очень трудно избавиться. Так ли бесследно проходит курение для растущего ещё неокрепшего организма? Конечно, нет. Курение замедляет рост и развитие некоторых органов. Болеют легкие, становится трудно дышать, особенно после физических нагрузок. Воспаляются голосовые связки, поэтому голос у курильщика хриплый, неприятный. Ухудшается работа

сердца. Курильщики «глупеют», плохо запоминают материал, им труднее учиться. Цвет лица становится желтоватым, так как частички дыма проникают в кожу и там задерживаются. Но самое страшное, что курение опасно не только для того кто курит, но и для тех кто находится рядом с курильщиком и вдыхает табачный дым. В этой ситуации и некурящий становится пассивным курильщиком и также получает большую дозу вредных веществ. Во многих странах зарплата у курящих людей меньше, чем у некурящих людей. В Европу табак впервые был завезён Колумбом ради развлечения, но постепенно курение дошло до России. Во время царствования Михаила Фёдоровича уличённых в курении в первый раз наказывали 60 ударами палок по стопам, во второй раз – отрезанием ушей или носа. После опустошительного пожара в Москве в 1634 году, причиной которого оказалось курение, оно было запрещено под страхом смертной казни. И лишь с 1697 года при царствовании Петра I были разрешены торговля табаком и его курение.

Я предлагаю послушать притчу о мудреце. *В далёком прошлом, когда табак только начал своё распространение, это растение привезли к подножию Арарата, где жил один старец, добрый и мудрый. Он сразу невзлюбил это растение и убеждал людей не пользоваться им. Однажды старец увидел, что вокруг купцов, разложивших свой товар, собралась толпа крестьян купцы расхваливали свой товар. Мудрец подошёл к ним и сказал: «этот лист приносит пользу: к курящему в дом не войдёт вор, его не укусит собака, он никогда не состарится.» (почему мудрец так сказал? Что он имел в виду? Ответы ребят) Купцы обрадовались такой рекламе и попросили старца подробнее рассказать об этом великолепном листе. Мудрец продолжал: «Вор не войдёт в дом курящего потому, что тот всю ночь будет кашлять, а вор не любит входить в дом, где человек не спит. Через несколько лет курения человек ослабнет и будет ходить с палкой; как собака укусит человека, если у него в руках палка? И наконец, он не состарится, ибо умрёт в молодости.* Именно это произошло с цаплей-курильщицей в одном стихотворении. Жила цапля на болоте. Выходила на охоту: Свежей травки пощипать Да лягушек погонять.(слайд) И могла стоять носатая Целый день в воде, Как статуя. (слайд) Скучно стало цапле жить, Цапля начала курить.... Выйдет цапля на болото- Ну какая тут охота?! (слайд) Стал у цапли бледный вид, И пропал вдруг аппетит! Так курила цапля лето, Хоть и знала: Вредно это! (слайд) Стало вскоре цапле плохо: Цапля чахла, цапля сохла. К осени бедняга сдохла... (слайд) А могла бы долго жить! И зачем было курить?

Страница 2

"ВИНО ВХОДИТ - УМ ВЫХОДИТ"

Поднимая бокал с шампанским, выпивая рюмку водки, мы вводим в организм алкоголь. Сначала он возбуждает нас, а потом разрушает. Пьянство на Руси не поощрялось никогда. Даже был введён орден «За пьянство»: пластина с ошейником весом около 4 кг. Эту награду заядлый выпивоха должен был носить на шее длительное время. Вред от употребления алкоголя не меньше чем вред то курения. У пьющих людей здоровых клеток мозга, то есть «серого вещества» становится всё меньше и меньше. От них рождаются дети также с меньшим количеством клеток мозга: эти дети, как правило, менее восприимчивы к знаниям, а более восприимчивы к никотину и алкоголю. Нация вырождается. Но сами алкоголики не замечают своей деградации. Многие люди

в состоянии алкогольного опьянения становятся агрессивными, и их неадекватные действия приводят к преступлениям, автомобильным авариям, несчастным случаям на производстве, распадаются семьи. А сколько талантливых людей погибли как личности из-за пристрастия к алкоголю. Это Владимир Высоцкий, Сергей Есенин . Вот строчки из его стихотворения. Друг мой, друг мой, Я очень и очень болен. Сам не знаю, откуда взялась эта боль. То ли ветер свистит Над пустым и безлюдным полем, То ль, как рошу в сентябрь, Осыпает мозги алкоголь.

Очень грустно...Правда? Ведь неспроста народная мудрость гласит: Пьянство – э то добровольное безумие. Хватил винца – не стало молодца. С пьянством водиться – что в крапиву садиться. Кто чарку допивает, тот век не доживает. В стакане тонет больше людей, чем в море За чужое здоровье выпиваешь – своё пропиваешь и др.

Страница 3

"Скажи наркотикам - нет!"

1 декабря – международный день борьбы с наркоманией.

Картина 2

Идёт медведь, ревет от боли.

Лиса Ты что, медведь, ревёшь? Успокойся! На, покури «травки», это хорошо успокаивает.

Медведь (курит) Ох-х-х, как же хорошо! Правда, успокоило...

Ёж Я , конечно, маленький, но послушай меня, медведь. Ведь лиса нас всех старается приучить к наркотикам. Сама, смотри, шубы меняет, ест всё вкусное, терем себе построила.. А тебе скоро и мёд не нужен будет, лишь бы снова так успокоиться.

Медведь И правда: ещё хочется, о-о-очень хочется...

Ёж Теперь лиса тебе просто так зелье уже не даст. Плати, дорогой!

Автор(врач) медведю опять стало плохо... Но теперь не только от самого зелья. Достать его – тоже проблема, а наркотика с каждым разом требуется всё больше и больше.

Медведь опять ревет.

Лиса: Что ты опять ревёшь, медведь?

Медведь. Ещё хочу того... успокаивающего...

Лиса. Чего-чего хочешь, мишенька?

Медведь(ревет) Ну, что ты мне дала тогда... Мне плохо-о-о-о...

Лиса. Ну, это же – как лекарство. Платить надо, мишенька! Мне ведь тоже не бесплатно достаётся...

Медведь. Но у меня нет сейчас денег. Дай в долг!

Лиса. Ладно, уж, возьми ещё немного...

Автор. Так и стал наш медведь наркоманом. Продал мёд, запасы, дом... А всё мало: хочется с каждым разом больше и больше лиса радуется: ещё одного зверя с хорошего пути сбילה. Отощал Медведь, обнищал, обозлился, деревьев в лесу наломал от безысходности кучу. Всех обижать стал. И однажды... умер. Горевали по нему и заяц, и белка, и ёж – все звери. Ведь добрый же он был до этой встречи с лисой, весёлый.

-Такие истории случаются и с людьми. По телевизору, наверное, видели? А может, уже кто-то погибает, живя рядом с вами?

,На экране появляется тень девушки

- Я наркоманка. Пора, наконец, признаться в этом – хотя бы самой себе. Да, теперь-то я знаю, как всё это есть на самом деле. А ведь начиналось с развлечения, с глупого детского любопытства. Мне 16 лет. Два года назад друзья мне впервые предложили попробовать наркотик. И пошло – поехало. Год назад отправили в первый раз на лечение, потом ещё раз. А теперь? Я всегда мечтала быть свободным человеком, а превратилась в рабу шприца. Ловлю свой призрачный кайф. Это всё, что у меня есть. Наверное, я не умею сама себе помочь, да и я уже не верю, что отсюда есть выход... теперь я не могу обойтись без наркотиков, наступает «ломка»: всё тело начинает скручивать адской болью, от которой раскалывается голова, выворачивает желудок, выламывает суставы, сердце бешено колотится, словно пытается вырваться из груди. Совершенно явственно видишь, как по всему телу ползают белые жирные черви... впиваются в кожу... прогрызают её...

Экран гаснет

Ведущий: она вколола себе слишком большую дозу... что бы умереть.. и закончить всё разом. Это – её последнее письмо своему другу. Он тоже написал её письмо, но она его уже не получила...

На экране появляется тень юноши

- Здравствуй, Наташа! Когда ты получишь это письмо, меня уже не будет в живых. Я собираюсь покончить с собой. Наркоман доставляет слишком много горя своим близким, убивает не только себя, но и других. Физически я уже сошёл на нет. Быть наркоманом – значит скатиться на самое дно. Но кто, же толкает людей, которые приходят в жизнь молодыми и полными сил? Пусть моё письмо будет предостережением всем, кто думает: «Я только попробую, только разочек, всего один раз...» Я тоже так думал... Сохрани их Бог от моей участи! Прощай, моя Принцесса.

Экран гаснет

Ведущий: Остались родные в великом горе. Ведь они растили своих детей с такой любовью. Мечтали увидеть их врачами. Они дружили с детства. И оба хотели лечить других людей... Научитесь говорить нет курению, алкоголю, наркотикам. Вот тогда это будет – характер! Тема наше устного журнала не зря звучит так «Все пороки - от безделья!» Это старая народная поговорка. Если у человека есть любимое дело, цель в жизни, люди которыми он дорожит, то с ним никогда не случится подобного. Помните: ваше будущее – в ваших руках!

Заключение

Мы были рождены, чтоб в счастье жить,

Узнать любовь и видеть свет.

Судьбу и Бога нам пришлось спросить:

Кто виноват, кто даст ответ?

И вы, увидев нас, не прячьте взгляд.

Никто из нас ни в чём не виноват.

Страдания только в жизни видели,

Печаль и страх, слепую боль.

СПИД, алкоголь, табак наркотики сыграли в жизни злую роль.

Давайте землю вместе защищать!
Ведь очень-очень страшно умирать.
