***Тема*** *:* ***Новое поколение выбирает жизнь.***

***Цели урока:***

- Дать обучающимся представление об отрицательном воздействии табака, алкоголя, наркотиков на организм человека.

- Способствовать нравственному, эстетическому воспитанию ребят.

-Воспитывать негативное отношение к табакокурению, алкоголизму, наркомании.

- Создавать условия для формирования навыков здорового образа жизни, способствовать сохранению физического и психического здоровья учащихся.

- Пропагандировать здоровый образ жизни.

-Развивать мышление, память, наблюдательность, внимание.

***Оборудование***: изображение змея, карточки с названием химических веществ (желтые) и заболеваний (красные), мультимедийная презентация.

 Ход урока.

 ***Организационный момент.***

- Ребята, наш сегодняшний классный час я бы хотела начать с замечательного стихотворения, которое называется «ЖИЗНЬ»:

 Жизнь, как бабочка с весною,

 Обретает новый цвет.

 Смотришь на нее порою-

 Видишь красок яркий свет.

 Никто не желает, наверное,

 Ее в мотыля превратить

 Ведь это так просто: курение,

 Наркотики употребить.

 Все беды начнутся лишь после,

 И их ты не в силах решить

 Где деньги достать - все вопросы

 Тебе не захочется жить.

 Тебе станет все безразлично:

 Что жизнь, что смерть - все равно,

 Но в жизни здоровье – первично,

 Мы поняли это давно.

- Ребята, внимательно посмотрите на оформление доски и прочитайте тему урока. Как вы думаете, о чем мы будем говорить сейчас?

- Мы поговорим с вами о том, что есть плохого в нашей жизни, что мешает нам быть здоровыми, умными, сильными. Как вы думаете, что же это?

- Правильно, сегодня наш классный час будет посвящен разговору о вредных привычках человека. Скажите, какие вредные привычки вам известны.

- Конечно, это курение, алкоголизм, наркомания.

Люди с давних времен называли эти пагубные привычки отравой, чертовым зельем, дурманом, дымной ловушкой, зеленым змием. А как вы думаете – «змий» или «змей» - это хорошее или плохое существо?

Даже в сказках змей (дракон) был связан с чем – то плохим и страшным. Он уничтожал деревни, сжигал дома, топтал посевы, уносил детей и женщин. А русские богатыри всегда сражались с ним и уничтожали его. Вот и в наше время существует такой змей, который убивает людей. Вот посмотрите, какой он злой и страшный (демонстрируется рисунок с изображением трехголового змея, каждая из голов которого обозначает пьянство, курение и наркоманию).

Посмотрите, первая голова пышет дымом. Как вы думаете, какую вредную привычку она имеет? Конечно, эта голова курит табак. А вы знаете, как в России появился табак?

Вообще, табак родом из Америки. Его преподнесли в качестве подарка Христофору Колумбу аборигены Америки, когда тот только открыл этот материк. Аборигены называли табак «петум» и курили его просто так, свернув в трубочку и подсушив на солнце. Колумб с радостью принял подарок еще не знав какой заманивающей и разрушительной силой он обладает.

Это все происходило в 1492 году (конец 15 века). А к 1496 году табак уже попал в Европу. А в Россию он был завезен английскими купцами в 1565 году через Архангельск. К тому времени люди уже знали об этом ядовитом зелье. Табак был под запретом во многих странах мира и за его курение сильно наказывали.

Например, в Риме римские папы отлучали от церкви курящих людей.

В Англии, по указу Елизаветы 1 курильщиков приравнивали к ворам и водили по улицам с веревкой на шее, а прохожие кидали в них камни.

Пять монахов, уличенные в курении , заживо были замурованы в монастырской стене.

В России во время царствования Михаила Федоровича попавшегося на курении в первый раз наказывался 66 ударами палкой по стопам, а во второй раз – отрезанием носа и ушей. Торговцев табаком пороли и ссылали в Сибирь.

Так что же такое табак и почему же он так вреден? Для того, чтобы ответить на этот вопрос нам нужно знать, что же содержится в одном грамме табака.

Перед вами лежат карточки со словами – это составные части табака. Сейчас я буду вам рассказывать о каждой, а вы вывешивайте карточки на доску.

***-Синильная кислота (цианид) –*** ядовитая кислота, используется в химической промышленности.

***-Сероводород***- газ, с запахом тухлых яиц, образуется при разложении, гниении белковых веществ.

***-Табачный деготь-*** вязкая жидкость черного цвета, образуется при разложении, гниении растений без доступа воздуха.

***- Формальдегид-*** ядовитый газ с резким запахом, применяют в производстве фенолоформальдегидных смол. - ***Угарный газ*** (оксид углерода) – ядовитый, удушливый газ, образуется при горении.

-***Никотин –*** сильный яд, при курении всасывается в организм, в малых дозах вызывает возбуждение ЦНС; в больших дозах – вызывает паралич (остановку дыхания, остановку сердца). Многократное поглощение никотина вызывает ***никотивизм*** (хроническое отравление организма никотином ).

- А как вы думаете, как курение влияет на здоровье человека? Что происходит в организме?

 - Горячий дым смешивается со слюной , разрушается эмаль зубов. Яд, действуя на слизистую оболочку рта вызывает такое заболевание, как ***рак губ и языка.***

Далее ядовитая слюна проникает внутрь, растворяет пленку желудка, образуя на ней многочисленные язвы, далее развивается ***рак желудка.***

В легких накапливается слизь, она съедает реснички, которые очищают легкие и бронхи. Табачный деготь обволакивает легкие, скапливается внутри. Легкие каменеют. Это может вызвать ***пневмонию или даже рак легких.***

Сердце делает 15000 лишних сокращений за сутки, оно не выдерживает такой нагрузки. Это приводит к ***инфаркту.***

Какие еще заболевания может вызвать курение?

Запомните! Болезни сердца, задержка умственного развития, рак легких, язва желудка – вот расплата за пристрастие к табаку. Народная мудрость давно гласит: «Курить – это значит здоровью вредить!»

-Ребята, как вы думаете, почему человек начинает курить?

 Мне, кажется, что ни одна из названных вами причин не может стать оправданием курения. Еще раз внимательно посмотрите на название этих страшных болезней, чтобы их вылечить нужны огромные деньги на лекарства и операции, а некоторые заболевания и вовсе являются неизлечимыми и вызывают смерть.

Ребята, а ведь для того, чтобы не стать курильщиком, вы просто должны вовремя и грамотно отказаться от предложенной сигареты. Подумайте, как это грамотно сделать.

 А сейчас посмотрите на вторую голову змея.

Да ведь эта голова страдает алкогольной зависимостью, она употребляет спиртные напитки (алкоголь).

А вы знаете, что такое алкоголь?

Алкоголь - это спиртосодержащие жидкости, принимаемые внутрь с целью отравления головного мозга. Вот то опьянение, которое вызывает алкоголь не то иное, как отравление собственного мозга.

-Какие спиртсодержащие жидкости вы знаете?

- А как вы думаете, как действует алкоголь на человека?

-Через 10 минут после приема алкоголя наступает усиленное склеивание эритроцитов (клеток крови), которые начинают забивать капилляры(мелкие сосуды). При постоянном приеме алкоголя уменьшается объем головного мозга и число нервных клеток, погибает печень, нарушается структура ДНК, слабеет сердечная мышца.

- Все вы, конечно же, видели пьяного человека. Назовите признаки опьянения.

- Вам нравятся такие люди? Конечно, нет!

Еще до нашей эры человечество стало понимать пагубное последствие пьянства. В Спарте спаивали рабов и демонстрировали их молодым спартанцам, для внушения отвращения к омерзительному облику.

Китайские императоры казнили пьяниц.

В Индии их заставляли пить мочу, а женщинам-пьяницам выжигали на лбу клеймо.

В Греции за алкоголизм была введена смертная казнь.

В Риме пьющих плебеев обращали в рабов.

В Англии водили по улицам с веревкой на шее.

В Голландии пьющих женщин привязывали к стулу и 3 раза полностью погружали в ледяную воду.

Во Франции пьяниц сажали в тюрьму, а если они не исправлялись, то им отрезали уши и выгоняли из страны.

В Испании пьющих жестоко пытали и даже казнили.

Я, думаю, что вы теперь много знаете и про алкоголь и будете рассказывать о его вреде другим.

Посмотрите на третью голову.

Эта голова самая страшная из всех, потому что она употребляет наркотики.

А что же такое наркотики?

Наркотики – это круг веществ, растений, а также продуктов, которые оказывают одурманивающее воздействие на человека. Слово «наркотик» с древнегреческого означает «приводящий в состояние отупления». К наркомании относится и токсикомания, это вдыхание паров различных химических веществ (ацетон, бензин, клей и т.д.). Наркомания и токсикомания – это самые опасные вредные привычки, рано или поздно приводящие к смерти.

Вылечить наркомана практически невозможно, медицина здесь почти бессильна. Ведь у наркомана не только больны все внутренние органы, но и размягчен мозг, поражена вся нервная система. Наркоман жить не может без отравы, найти наркотик – вот смысл всей его оставшейся жизни. Такой человек ради достижения своей цели пойдет на все – даже на убийство.

Это страшная болезнь, ее надо бояться и бежать от таких людей без оглядки.

Главный нарколог города сообщил, что за последний год количество наркоманов увеличилось в 96 раз. Это происходит потому, что есть люди, которые занимаются распространением наркотиков. Будьте внимательны, на улице, во дворе, в школе к вам может подойти взрослый человек или даже друг и предложить вам выпить порошок , покурить траву , проглотить таблетку или уколоться - просто так, бесплатно. Бегите от этого человека и ни в коем случае не поддавайтесь на его уговоры.

А если вы не можете противостоять сильному напору, то знайте, что есть люди, которые вас защитят и помогут вам: это ваши родители, учителя, а также специалисты, занимающиеся этими проблемами (например , психолог и социальный педагог).

А еще есть телефон, по которому вы можете позвонить, и даже не назвав своего имени, рассказать о любой своей проблеме - вам обязательно помогут.

Теперь вы знаете и про эту голову, запомните - она умирает в страшных муках. И я уверена, что вы никогда не поддадитесь на ее провокации. Но помните: этот змей очень страшен и он никогда не дремлет, чувствует слабые стороны человека, тем более если его жертва – ребенок. Я вам желаю никогда не расслабляться и всегда помнить об опасностях, которые вас подстерегают.

- Предлагаю вашему вниманию документальный фильм « Самый опасный наркотик».

( Беседа с ребятами после просмотра, обмен впечатлениями).

- Наш сегодняшний классный час я тоже хочу закончить стихотворением

 Здоровыми быть превосходно,

 Не нужно с лекарствами жить,

 С друзьями общаться свободно,

 Про беды свои позабыть.

 Здоровая жизнь интересней,

 Пусть кто – то меня не поймет.

 Пусть будет у нас все чудесно,

 Пусть в людях здоровье живет.

 Представила я перед вами

 Образы жизни людской.

 Свой выбор вы делайте сами,

 Здоровая жизнь – выбор мой!