**ТРИ СТУПЕНИ, ВЕДУЩИЕ ВНИЗ**

Классный час

7–9 классы

**Цель.** Показать глобальный характер проблем курения, алкоголизма и наркомании, используя научные данные в борьбе с этим злом.

**Задачи.** Доказать пагубность дурных привычек; вывести «формулы здоровья», то есть способы борьбы с дурными привычками.

Каждый класс получает задание с условным названием «наркоманы», «курильщики» и «алкоголики»: нужно убедительно доказать вред дурной привычки; вывести формулу здоровья – кратко и в любой форме.

**Оформление классного часа**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Три ступени, |  |  |
| **курение** | ведущие |  |
|  | **алкоголизм** | вниз |
|  |  | **наркомания** |

**Ведущий.** 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 «дурные 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, Нижний Новгород вымрет к 2070 году, а если не будем противодействовать наркотикам, то и намного раньше.

На этом классном часе мы должны будем подвести итог нашим беседам под общим девизом «За здоровый образ жизни».

**7 КЛАСС**

**Ведущий.** 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.

*Сценка «Не кури».*

**Ученица.**

Что случилось в нашем классе?

Почему огонь и дым?

**Мальчики** (*хором*).

Это мы сигару курим,

Повзрослеть скорей хотим.

**Ученица.**

Вы не знаете, что такое курение?

Это же заблуждение:

Вы не повзрослеете,

А отравитесь и заболеете.

От курения не взрослеют,

А болеют и стареют.

Не пройдет и пары лет,

Станешь ты, как старый дед.

**1-й курильщик.**

У меня изнеможение,

Прекратить пора курение.

**2-й курильщик.**

Пожелтели наши лица…

Мы же не самоубийцы!

**Ученица.** Как противен этот дым!

**1-й и 2-й курильщик.** Курить больше не хотим!

**Главный курильщик.**

Вы – сплошная малышня,

Не пример вы для меня,

Испугались наставления!

Продолжаю я курение.

Я – не хлюпик, не сопляк,

Буду я курить табак!

*Пускает дым и падает в обморок.*

**Ученица.**

Эх, не слушал ты меня,

Не протянешь ты и дня.

Смерть его уж стережет,

Только врач его спасет.

**Все** (*кричат*). Доктор, доктор!

**1-й курильщик.**

Дайте, доктор, нам ответ,

Будет жить он или нет?

**Доктор.**

Может, ноги не протянет,

Только инвалидом станет…

*Курильщик, весь желтый, встает.*

Объясните, что со мной?

Неужели я больной?

**Доктор.**

Что за глупые вопросы?

Это все от папиросы!

**Ученики.** Так что же такое – курение?

**Ученица.** Это дым из носа и рта…

**Доктор.**

А в легких сажа, грязнота.

Зачем вы себя засоряете

И жизнь свою сокращаете?

**Ученица.**

Курильщикам разум надо иметь,

Неплохо бы им поскорей поумнеть!

**Ведущий.** В табачном дыме более 400 компонентов, 40 из них имеют канцерогенные свойства, способные вызвать раковые заболевания. Наиболее опасен радиоактивный полоний 210. Попадая с табачным дымом в организм, он накапливается в бронхах, а также в почках и печени. Содержащийся в табаке никотин относится к ядам.

Твое имя – сигарета.

Ты красива, ты сильна.

Ты знакома с целым светом,

Очень многим ты нужна.

Мозг и сердце ты дурманишь

Молодым и старикам,

Независимо от знаний,

Скажем прямо, слабакам.

Запомни: человек не слаб,

Рожден свободным. Он не раб.

Сегодня вечером, как ляжем 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!»

**Все вместе.** Мы свой выбор сделали!

*Несут пепельницу с окурками в мусорное ведро.*