

МОУ Абганеровская СОШ

ВНЕКЛАССНОЕ МЕРОПРИЯТИЕ:

**"Жизнь прекрасна!
Не потратить её напрасно!"**

Классный руководитель:

Донченко Л. В.

Класс:8

2011 год

Цель:

-повышение уровня информированности детей о факторах, наносящих вред здоровью.

Задачи:

- показать негативное влияние курения, пьянства, наркомании на подростка.
- выявить последствия этих вредных привычек для подростка и подвести учащихся к осознанию преимущества здорового образа жизни.
- воспитывать у детей желание вести здоровый образ жизни и пропагандировать его.

Эпиграфы:

«Жизнь прекрасна! Не потратить её напрасно!»

«Здоровье - всему голова (русская пословица)»

«У кого есть здоровье – есть и надежда, а надежда – это всё (арабская пословица)».

ХОД МЕРОПРИЯТИЯ:

1 ведущий: Здравствуйте, дорогие друзья! При встрече люди обычно говорят это хорошее, доброе слово. Желают друг другу здоровья.

2 ведущий:

Здравствуйте! Поклонившись, мы друг другу сказали,

Хотя были совсем незнакомы: «Здравствуйте!»

Что особого тем мы друг другу сказали?

Просто «Здравствуйте», больше ведь мы ничего не сказали.

Отчего же на капельку солнца прибавилось в мире?

Отчего же на капельку счастья прибавилось в мире?

Отчего же на капельку радостней сделалась жизнь?

1 вед. Итак, приветствуя друг друга, мы желаем здоровья.

2 вед. По определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье – это не только отсутствие болезней, но и состояние полного физического, душевного и социального благополучия.

1 вед. По данным наших учёных на здоровье влияют образ жизни (50-55%) и состояние окружающей среды (10%). Получается, что в большей степени здоровье человека зависит от него самого.

2 вед. Да, здоровье для человека – самая главная ценность. Но, к сожалению, мы говорим о здоровье, когда его теряем.

1 вед. Пусть девизом нашего мероприятия станут слова:
«Жизнь прекрасна! Не потратить её напрасно!»

Ученик: Ты есть, я есть, он есть,
А жизнь у каждого своя,
И ей цена – достоинство и честь.
Есть возраст переходных лет.
Какой бы сложной ни была она,
Для многих начинается рассвет,
А кто-то погружается во тьму.
Ты есть, я есть, он есть,
Лишь вместе мы сумеем зло пресечь
И сохранить достоинство, чтоб жить.

Учитель:

Каждый человек при рождении получает замечательный подарок – **ЗДОРОВЬЕ!** Оно, как волшебная палочка, помогает выполнять самые заветные желания.

- Ребята, а какого человека можно назвать здоровым?

(Дети называют свои характеристики здорового человека.)

- Прекрасно, а теперь выберите из предложенных карточек те, которые, на ваш взгляд, характеризуют здорового человека.

(Дети работают в группах, по рядам).

КАРТОЧКИ: красивый, сутулый, сильный, румяный, бледный, стройный, толстый, неуклюжий, подтянутый.

Учитель просит учащихся обосновать свой выбор и подводит итог:

- Здоровым человеком можно назвать красивого, сильного, румяного, стройного, подтянутого человека.

- О здоровье сложено много пословиц и поговорок. Вы сейчас получите 8 карточек, на которых написаны части пословиц и должны будете соединить их вместе, прочитать и объяснить их значение.

КАРТОЧКИ: «Здоров будешь», «Когда пьёшь воду», «Болен – лечись», «В здоровом теле», «помни об источнике», «всего добудешь», «здоровый дух», «а здоров – берегись».

Ученица:

Получен от природы дар –

Не мяч и не воздушный шар,

Не глобус это, не арбуз –

Здоровье. Очень хрупкий груз!

Чтоб жизнь счастливую прожить,

Здоровье нужно сохранить.

1 вед. А что может угрожать нашему здоровью? Это вредные привычки. (На доске появляются таблички: *АЛКОГОЛИЗМ, НАРКОМАНИЯ, ТАБАКОКУРЕНИЕ.*)

2вед. О вреде курения, алкоголизма, а уж тем более, наркомании, сейчас говорят очень много. Здоровье и все эти вредные привычки – несовместимы.

1 вед. Учёными давно доказана зависимость отсутствия здоровья и маленькой продолжительности жизни от употребления наркотиков, алкоголя, никотина. Сегодня пьянство и курение – это доказательство слабости и невежества человека.

2 вед. Человек, если он Человек с большой буквы, должен уметь противостоять вредным привычкам, дурным качествам, поступкам и делам.

1 вед. Например, о вреде курения написано немало, но продолжает существовать огромная армия дымящих на земле. Курильщики значительно подрывают своё здоровье и сокращают себе жизнь. «Табак приносит вред телу, разрушает разум, отупляет целые нации».

«Яд, который не действует сразу, не становится менее опасным».

Ученик:

Выкуришь всего пять сигарет –

И часа жизни у тебя уж нет.

Во имя шаловливой моды

Кладёшь ты в землю жизни годы.

Внимание – опасность!

Осторожно – наркотики!

Время пришло – выбирай!

2 вед. Ещё один порок – наркотики. Продолжительность жизни человека, попавшего в наркотическую зависимость, - 10 -15 лет. Основные причины смерти наркоманов: передозировка, сердечная недостаточность, почечная недостаточность и др. Статистика утверждает: смертность среди наркоманов за 5 лет увеличилась в России в 5 раз.

1 вед. 90% ВИЧ – инфицированных – наркоманы. Скажи наркотикам «НЕТ!» сейчас, сегодня! Завтра может быть поздно!

2 вед. О третьем пороке, от которого мы хотим вас предостеречь, красноречиво говорит крылатое выражение: «После первой рюмки пьяница похож на павлина, после второй – на обезьяну, а потом превращается в свинью».

Учитель:

Что можно пожелать ребятам 12-16 лет, которые сейчас встречают много зон риска на своём пути?

Запомни 5 простых классных вещей, которые у тебя есть:

- **Друзья** – те, кто тебя не оставят, поддержат.
- **Здоровье**. Быть здоровым – одна из прелестей жизни.
- **Родители**. Может быть, они не самые идеальные родители в мире, но то, что они любят тебя – это точно.
- **Выбор**. Ты иногда не замечаешь, что он у тебя есть.
- **И, наконец, - будущее**. Ты ещё можешь повлиять на него.

(Дети получают буклеты – памятки)

Ученик:

Давайте будем жить все трезво,
Здоровьем нашим дорожа,
Не принимайте вы наркотики,
Курить бросайте навсегда.

Ученица:

Хотим смотреть в лицо судьбе мы,
Чтоб не кидать всё на авось,
Шагать по жизни твёрдо, смело,
О чём мечтаем, чтоб сбылось.

Учитель:

И в заключение пожелание нам всем:

Чтобы были вы красивы,
Чтобы не были плаксивы,
Чтоб в руках любое дело
Дружно спорилось, горело,
Чтобы громче пелись песни,
Жить чтоб было интересней,
Нужно сильным быть, здоровым –
Эти истины не новы.

- Я благодарю всех за участие и желаю вам здоровья!
Берегите себя и своих близких!

КАРТОЧКИ:

красивый

сутулый

сильный

румяный

бледный

стройный

толстый

неуклюжий

подтянутый

таблички:

АЛКОГОЛИЗМ

НАРКОМАНИЯ

ТАБАКОКУРЕНИЕ

«Здоров будешь»

«Когда пьёшь воду»

«Болен – лечись»

«В здоровом теле»

«помни об источнике»

«всего добудешь»

«здоровый дух»

«а здоров – берегись»

Памятка-буклет:

Запомни 5 простых классных вещей, которые у тебя есть:

- **Друзья** – те, кто тебя не оставят, поддержат.
- **Здоровье.** Быть здоровым – одна из прелестей жизни.
- **Родители.** Может быть, они не самые идеальные родители в мире, но то, что они любят тебя – это точно.
- **Выбор.** Ты иногда не замечаешь, что он у тебя есть.
- **И, наконец, - будущее.** Ты ещё можешь повлиять на него.

Пусть у тебя всегда будет завтра!



**ПУСТЬ УТРО БУДЕТ
ДОБРЫМ!**

