

Классный час :  
«Вредные привычки»



*Подготовила:  
Шихранова Галина Сергеевна*

**Посеешь поступок —  
пожнешь привычку,  
посеешь привычку —  
пожнешь характер, посеешь  
характер — пожнешь  
судьбу.**



# Правила общения на классном часе:

- ❖ С уважением относимся друг к другу.
- ❖ Любое мнение заслуживает внимания.
- ❖ Признаём право каждого на любой вопрос.
- ❖ У каждого есть право быть выслушанным и понятым.
- ❖ Пока один говорит, все его слушают.
- ❖ О своём желании высказаться сообщаем с помощью поднятой руки.



**Змеи-существа ядовитые,  
коварные.**

**Какую из вредных привычек  
назвали «зелёный змий»?**

- **Первый чёрный  
брат – АЛКОГОЛЬ.**



# Дымит, воняет и лёгкие уничтожает.



- **Второй чёрный брат – НИКОТИН.**



**Табак приносит вред телу,  
разрушает разум, отупляет  
целые нации. (Оноре де Бальзак.)**



Существуют ли сигареты,  
которые не приносят вреда  
человеку ?

1) Сигареты с фильтром;

2) Сигареты с низким

содержанием никотина и смол;

3) Не существуют.



# Что такое пассивное курение ?

1) Нахождение в помещении, где курят.

2) Когда куришь «за компанию».

3) Когда не затягиваешься.





# Нахождение в помещении, где курят



# Факты утверждают :

- Если человек начал курить в 15 лет, продолжительность его жизни уменьшается на 8 лет.
- Из каждых 100 человек , умерших от хронических заболеваний лёгких, 75 курили.
  - Из каждых 100 человек, умерших от ишемической болезни сердца , 25 курили.



- \*Из каждых 100 человек, начавших курить, «заядлыми курильщиками» становятся 80;
- \*Выкуривая 20 сигарет в день, человек дышит воздухом, загрязненность которого почти в 1000 раз превышает санитарные нормы;
- \* Для человека смертельная доза никотина составляет от 50 до 100 мг, или 2-3 капли.



Дети - заложники никотина. Самый большой вред курение наносит детям при внутриутробном развитии.



Большинство детей, рожденных курильщицами, появляются на свет с низким весом, часто болеют, развиваются медленнее, чем их сверстники, чаще умирают в детстве.



# ПОЧЕМУ НАЧИНАЮТ КУРИТЬ ?

1. Влияние рекламы, кино, телевизора.
2. Стремление показать себя «крутым» и взрослым.
3. За компанию.
4. Слабая воля.
5. Нечем занять досуг.
6. Непонимание опасности курения.
7. «Покурю и смогу бросить».
8. Не занимаюсь спортом.



## Памятка «Мои аргументы против курения»:

1. Курение приводит к неизлечимым болезням.
2. Курение разрушает организм.
3. Курение снижает физическую активность.
4. Курение портит цвет кожи.
5. Никотин забирает свободу, человек становится его рабом.



# Третий чёрный брат - СКВЕРНОСЛОВИЕ

- Есть слова  
пострашнее, чем  
порох,  
Чем снаряд над  
окопными рвами  
Я советую людям  
при ссорах  
Осторожнее быть  
со словами.





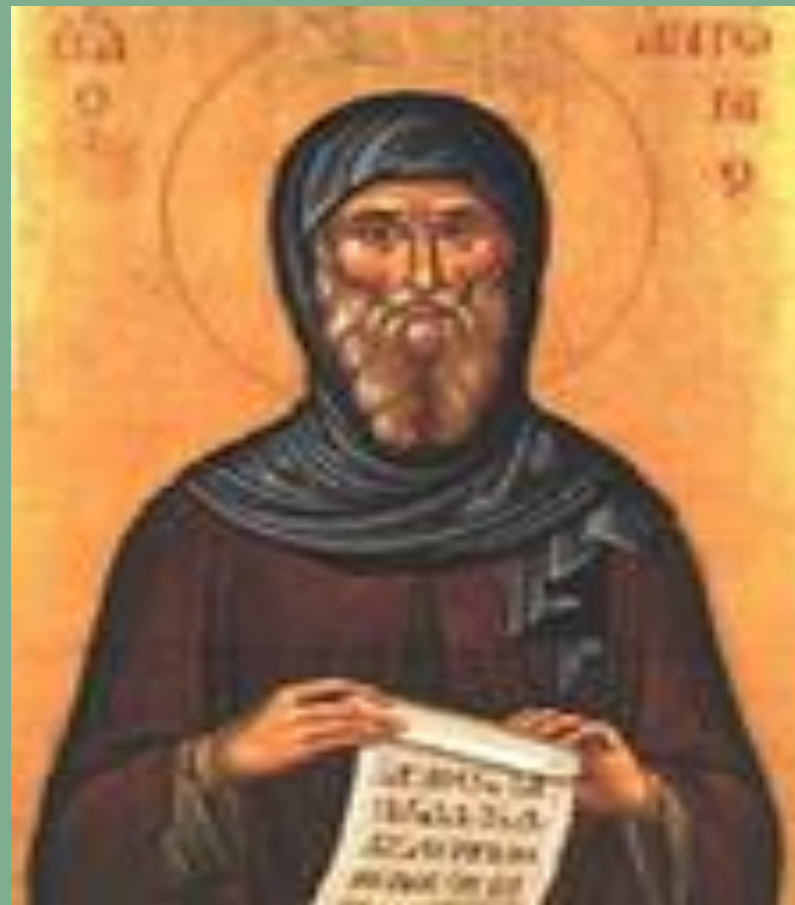
Русская пословица  
гласит: «От гнилого сердца и  
гнилые слова».



1. Часто ли вы употребляете мат в своей речи?
2. Считаете ли вы нормой поведения употребление нецензурной брани?
3. Верите ли вы, что сквернословие вредит вашему здоровью?
4. Споткнувшись или ударившись, какая фраза первым делом вылетит у вас из уст?
5. В вашей семье часто присутствует нецензурная брань?
6. Считаете ли вы мат неотъемлемой частью жизни русского общества?

Господь хранит твою душу,  
пока ты хранишь язык.

(Пр. Антоний Великий)



Из привычки сквернословить  
развивается и склонность  
к совершению дурных поступков.  
(Аристотель)



Солнце  
жизни

МУЗЫКА

СПОРТ

БЛИЗКИЕ

ПРИРОДА

ОТДЫХ

ИГРЫ

КНИГИ

ПРОГУЛ  
КИ

ПРЯЗВА



# ИСТОЧНИКИ

- <http://www.krokha.ru/sites/default/files/articles/2009april/skvernoslovit.jpg> (12.10.2013)
- [http://cursorinfo.co.il/images/dir\\_111/img\\_00060879\\_orig.jpg](http://cursorinfo.co.il/images/dir_111/img_00060879_orig.jpg)
- [http://expert.ru/data/public/232909/232910/26-mat\\_jpg\\_300x200\\_crop\\_q85.jpg](http://expert.ru/data/public/232909/232910/26-mat_jpg_300x200_crop_q85.jpg)
- <http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/stsenarii-prazdnikov/vrednye-i-poleznye-privychki-stsenarii-prazdnika>
- <http://newsfromweb.ru/images/news3/1picture-390h.jpg>
- <http://i0.simplest-image-hosting.net/picture/kak-brosit-skorost-2.jpg>
- [http://go2load.com/uploads/posts/2010-12/1292073688\\_kurenje\\_02.jpg](http://go2load.com/uploads/posts/2010-12/1292073688_kurenje_02.jpg) (13.10.2013)
- [http://www.bbc.co.uk/worldservice/assets/images/2009/05/31/090531085047\\_smoking3.jpg](http://www.bbc.co.uk/worldservice/assets/images/2009/05/31/090531085047_smoking3.jpg)

