

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«АРМАВИРСКИЙ МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ»
МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

Сценарий классного часа на тему «Твое здоровье в твоих руках!»



Составила и провела:

Парфенова Е.Г., преподаватель высшей квалификационной категории

2020г.

Цель: Профилактика курения, алкоголизма и наркомании среди студентов медицинского колледжа посредством расширения информационного поля о данных веществах и последствиях, оказываемых ими на организм человека.

Задачи:

1. Способствовать активному негативному отношению студентов к табакокурению, алкоголизму и наркомании;

2. Углубить знания студентов о курении, алкоголе, наркотиках и зависимости от них;

3. Раскрыть негативные последствия употребления никотина, алкоголя и наркотиков;

4. Сформировать позитивное отношение к здоровому образу жизни у студентов;

5. Развить навыки индивидуальной и коллективной работы.

Для проведения классного часа необходимо следующее оборудование: компьютер, мультимедийная установка, диск, карточки, жетоны с очками.

Ход:

- Оргмомент – 3 мин.
- Пояснение правил игры – 2 мин.
- Блиц-турнир – 3 мин.
- 1 раунд. Вредные привычки – 10 мин.
- 2 раунд. Вред или польза – 10 мин.
- 3 раунд. Мифы, определения, законы, картинки – 5 мин.
- 4 раунд. Твой выбор – 5 мин.
- Подведение итогов - 2 мин.



Согласно вышеизложенному ходу занятия можно увидеть, что он разделен на два основных этапа – отборочный тур «Блицтурнир» и основной



тур. В «Блицтурнире» участвует вся группа. На данном этапе предлагается ответить на 20 вопросов и набрать наибольшее количество баллов для участия в основной игре. Каждый правильный ответ в «Блицтурнире» равен 5 баллам. Таким образом, студент, правильно ответивший на вопрос, получает жетон с 5 баллами.

Преподаватель, используя компьютер, мультимедийную установку и экран, задает вопросы классу, появляющиеся на экране и ведет подсчет правильных ответов.

«Блицтурнир» предполагает следующие вопросы и ответы:

Вопрос	Ответ
Кто из русских правителей запретил курение?	Царь - Михаил Фёдорович Романов
В каком слове увековечил свое имя Жак Нико?	Никотин
Что варили Балбес, Бывалый и Трус в лесу?	Самогон
Что помогает сохранить и укрепить здоровье людей?	Спорт
Что означает греческое слово наркотик?	Одурманивающий
В каком фильме Леонида Гайдая герой учит молодежь танцевать твист, туша окурки то одной, то другой ногой?	«Кавказская пленница»
Кто такой токсикоман?	Человек, вдыхающий отравляющие вещества
Почему после употребления алкоголя сохнут губы, пересыхает во рту, появляется чувство жажды?	Спирт отнимает воду у организма
Назовите болезнь заядлых курильщиков?	Бронхит

Какую проблему обостряет рост наркомании?	Проблему СПИДа
В США на работу предпочитают брать именно таких людей, так как они меньше болеют и у них выше трудоспособность	Некурящих
Какое количество наркоманов насчитывается в России?	Более 10 млн. человек
Почему алкоголь особенно опасен для молодых людей?	Потому что подростки обычно весят меньше, чем взрослые, и печень у них меньшего размера. Содержание алкоголя в крови у них растет быстрее, они быстрее пьянеют от меньшего количества алкоголя, и их организму легче нанести вред.
Как называют человека, который не курит, но находится рядом с курящими людьми?	Пассивный курильщик
Устраняет ли алкоголь депрессию, подавленное состояние?	Нередко употребление алкоголя в депрессивном состоянии приводит к углублению депрессии. В подавленном состоянии человек может почувствовать себя еще хуже, особенно подросток с мыслями о собственной неполноценности, у которого алкоголь может усилить их идеи, вплоть до попытки самоубийства.
Это заболевание часто бывает у курильщиков. Страдает один из органов пищеварения от того, что курильщики со слюной проглатывают различные яды. Назовите орган и заболевание	Язва желудка
Могут ли подростки стать алкоголиками?	Действительно, подростки могут пристраститься к алкоголю намного быстрее, чем взрослые. Чем раньше ребенок начинает выпивать, тем больше

	риск того, что он станет алкоголиком.
Какими, в первую очередь, заболеваниями страдают курильщики?	Простудными
Если кто-то в семье пьет, увеличивает ли это вероятность для других членов семьи стать алкоголиками? Есть ли особая угроза для подростка?	Безусловно. Риск заболеть алкоголизмом существенно возрастает. Некоторые исследователи предполагают существование генетической предрасположенности к алкоголизму. Поэтому члены семьи алкоголика должны проявлять большее внимание к профилактике этого заболевания.
Какие проблемы возникают в семье, где есть алкоголик?	Если в семье есть алкоголик, то страдают все. У детей возникает чувство вины, они считают, что из-за них происходят конфликты и пьянство родителей. Дети испытывают неловкость, стесняются пьющих родителей, скрывают от всех свои чувства. Алкоголик может быть деспотично требовательным, что заставляет ребенка уходить из дома в озлобленном состоянии. Пьянство родителей порождает неадекватное поведение подростков.

Второй этап классного часа «Твое здоровье в твоих руках!» предполагает активное участие трех учащихся – «игроков», набравших наибольшее количество баллов в отборочном этапе - «Блицтурнире». Остальные учащиеся также участвуют в основной игре, когда «игроки» не отвечают на вопрос, ответ переходит классу и в заключительном туре игры участвуют как «игроки», так и вся группа, зарабатывая себе баллы. При подведении итогов все учащиеся, набравшие 500 и более баллов,



получают почетные грамоты за активное участие в классном часе.

Второй этап классного часа предполагает несколько раундов. Игроки по очереди выбирают баллы, и по гиперссылке открывается вопрос, ответив на который они либо зарабатывают баллы, либо теряют их при неправильном ответе, в то время как право ответа переходит группе.



Вопросы и ответы второго этапа игры:

Баллы	Вопрос	Ответ
ПЕРВЫЙ РАУНД		
КУРЕНИЕ		
10	Продолжите поговорку: Капля никотина...	Капля никотина убивает лошадь
20	Что написано на каждой пачке сигарет?	Минздрав предупреждает: курение опасно для здоровья
50	ВОЗ в 1988 году объявила Всемирный День без табака. Назовите его дату?	31 мая
100	К какому международному документу присоединилась Россия в 2008 году?	Рамочная Конвенция
500	Один известный писатель с мировым именем, написал рассказ о вреде курения. Назовите его фамилию	Хармс

АЛКОГОЛЬ		
10	Продолжите поговорку: Много вина – мало.....	Много вина – мало ума!
20	Какому из русских писателей принадлежат слова: «Человек пьющий ни на что не годен»	А.С. Пушкин
50	Известный хирург Ф. Углов утверждал, что после приема спиртного в коре головного мозга остается ... Что имел в виду Федор Углов?	Кладбище нервных клеток
100	Продолжите: муж пьет – полдома горит, жена пьет -	Муж пьет – полдома горит, жена пьет – весь дом горит!
500	Кто из русских известных писателей сказал такую фразу: «Редкий вор, убийца совершает свое дело трезвым»	Л.Н. Толстой
НАРКОТИКИ		
10	Назовите, на что в первую очередь наркотики оказывают влияние?	На нервную систему
20	Какую проблему обостряет рост наркомании?	Проблему СПИДа
50	Сколько человек в год один наркоман может вовлечь в наркозависимость?	15 человек
100	Какое количество лабораторий было выявлено за последние 4 года, производящих наркотики, и в которых шла работа над созданием новых?	Более 100 лабораторий
500	Автор этой песни является мировой знаменитостью, ставшей жертвой пагубной страсти к наркотикам. Назовите его	Элвис Пресли

Баллы	Вопрос	Ответ
ВТОРОЙ РАУНД		
ИЗ ИСТОРИИ ВОПРОСА		
50	Кто из европейских путешественников впервые увидел курящих людей?	Христофор Колумб
100	Китайский император Ву Вонг в 1220 году издал закон о пьянстве. Что делали по данному закону с уличенными в пьянстве?	Подвергали смертной казни
200	В Соборном Уложении существовала 30-я глава, предусматривающая для курящего тяжелое наказание. Кем была введена данная глава и в какой стране?	На Руси. Царем – Романовым Алексеем Михайловичем
500	В 1762 году Томас Доувер, английский врач, начинает использовать лекарство в основе которого содержалось некое вещество. Назовите это вещество	Опиум
ВЛИЯНИЕ НА ОРГАНИЗМ НИКОТИНА		
50	Курение подростков в первую очередь сказывается на этих системах организма. Назовите их	Нервная и сосудистая системы
100	Сколько вредных веществ попадает в организм человека при курении?	Около 30
200	У курящего человека чаще всего повышается именно это. Назовите что именно?	Артериальное давление
	Что вызывает у человека смола, образующаяся при сгорании табака?	Опухоли
ВЛИЯНИЕ НА ОРГАНИЗМ АЛКОГОЛЯ		
50	Какое воздействие алкоголь оказывает на ЦНС?	Отрицательное
100	Алкоголь является нарковеществом.	Алкоголь вызывает физическую и

	Объясните, почему это высказывание верно?	психическую зависимость.
200	Продолжите: Сначала человек пьет вино, а затем вино...	Сначала человек пьет вино, а затем вино пьет человека.
500	Во сколько раз смертность детей в пьющих семьях выше, чем в непьющих?	В три раза
ВЛИЯНИЕ НА ОРГАНИЗМ НАРКОТИКОВ		
50	На какую систему наркотики оказывают особо вредное воздействие?	На нервную систему
100	Назовите основную причину по которой подростки пробуют наркотики?	Из-за любопытства
200	Назовите последствия наркотиков для человека?	Нарушение психики Полная зависимость Деграция личности Проблемы с законом Укорачивание жизни Инвалидность Смерть
500	Во сколько раз за последние годы увеличилась смертность детей от передозировки наркотиками?	В сорок два раза, 200 детей в день гибнут от передозировки
Баллы	Вопрос	Ответ
ТРЕТИЙ РАУНД		
МИФЫ		
100	Опровергните или подтвердите миф о том, что курение опасно только для курящего человека.	Установлено, что пассивные курильщики также становятся жертвами табака. Находясь в курящей компании, человек рискует не только привыкнуть к табачному дыму (от чего один шаг к сигарете), но и получить весь "букет" заболеваний, связанных с курением.

ОПРЕДЕЛЕНИЯ		
200	Дайте определение: Наркомания. Алкоголизм. Пассивный курильщик.	Наркомания - болезнь, характеризующаяся непреодолимым влечением к наркотикам, приводящим к тяжелым нарушениям функций организма. Алкоголизм – хроническое заболевание, развивающееся в результате систематического употребления спиртных напитков, проявляющееся в физической и психической зависимости от алкоголя, ведущее к социальной и психологической деградации личности. Пассивный курильщик - человек, вдыхающий сигаретный дым.
КАРТИНКИ		
300	Назовите, кто это и какую роль сыграл данный политик, относительно табакокурения?	В.В. Путин - экс-президент России, Премьер – министр Правительства Р.Ф., который никогда не курил и проводил политику здорового образа жизни.
ЗАКОНЫ		
400	Какая уголовная ответственность предусмотрена за приобретение и хранение наркотиков?	Лишение свободы сроком до 3 лет (ст. 228 Уголовного Кодекса Р.Ф.)

Баллы	Вопрос	Ответ
ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЙ РАУНД		
100 – правильный ответ 50 – одна ошибка	Определите, какое высказывание относится к какому человеку.	1.Алкоголь - гораздо больше горя причиняет, чем радости, всему человечеству, хотя его и употребляют ради радости. Сколько талантливых людей погибло из-за него! (Л.Н. Толстой) 2.Спирт так же консервирует душу и ум пьяницы, как он консервирует анатомичес- кие препараты. (И.П. Павлов) 3.Курить – здоровью вредить. (Народная поговорка) 4.Всех, у кого найден табак надобно пытаться и бить на козле кнутом, пока не признается, откуда добыл. (М. А. Романов)

Хочется отметить, что все вопросы в ходе данного мероприятия построены таким образом, что учащиеся и педагог не только проверяют знания в данной области, но и содержат новую интересную информацию по данной теме, помогая студентам получать неизвестные ранее им наглядно-образные знания. И если даже обучающиеся ошибутся в ответе, то все равно

они получают необходимые знания в данной области, что и требуется для достижения цели и задач классного часа.

Организованная пропаганда медицинских и гигиенических знаний способствует снижению уровня заболеваний, и помогает воспитывать крепкое поколение. В формировании здорового образа жизни наиважнейшей должна стать роль образовательных программ, направленных на сохранение и укрепление здоровья студентов, формирование активной мотивации заботы о своем здоровье и здоровье находящихся вокруг людей.

Защита собственного здоровья — это обязательство каждого из нас, и не надо это обязательство перекладывать на других. Ведь бывает так, что человек сам себя же к 30 годам доводит неправильным образом жизни до безнадёжного состояния. И поэтому с раннего возраста необходимо заботиться о своем здоровье, ведь «быстрого и ловкого болезнь не догонит».



Жизнь - это огромный дар. Нельзя жить тускло. Нельзя тратить жизнь на недуги, «яды» (курение, алкоголизм, наркомания). Жизнь слишком коротка и хороша, в мире столько прекрасного и удивительного. Жажда жизни и достижение поставленных целей - вот главное, о чем должен помнить каждый. Здоровый образ жизни, физическая культура, закаливание - наши надежные помощники.

ФОТООТЧЕТ

