**Слайд 1 Ведущий 1:** Здравствуйте, ребята! Мы студенты Нижнетагильского медицинского колледжа! Меня зовут \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, я студент(ка) специальности Сестринское дело.

**Ведущий 1**: Меня зовут \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, я студент(ка) специальности Сестринское дело. И сегодня хотелось бы провести классный час по профилактике вредных привычек.

**Ведущий 1**: Мы поговорим с вами о том, что есть плохого в нашей жизни, что мешает нам быть здоровыми, умными, сильными и красивыми.

**Ведущий 1**: Как вы думаете, что же это? (*вредные привычки*)

**Слайд 2 Ведущий 1**: Что мы можем отнести к вредным привычкам? *(ответы детей, если молчат, говорите сами – вредные привычки, курение, алкоголизм, наркомания)*

**Слайд 3 Ведущий 1**: **-** Ребята, вы наверняка знаете, что курение, алкоголизм и наркомания являются причиной очень многих проблем. Скажите, каких именно? (*проблем со здоровьем, в семье, на работе; совершение правонарушений (драки, убийства, совершения ДТП*), пустая трата денег.

**Ведущий 1**: Хорошо молодцы!

**Ведущий 1:** Сейчас мы поговорим с вами о каждой беде отдельно и в завершении поучаствуем вместе в играх.

***Слайд 4* Ведущий 2:** Курение это зависимость от наркотика, имя которому никотин. По своей ядовитости никотин равен синильной кислоте – смертельному яду.

**Никотин** считается одним из самых опасных ядов растительного происхождения.

***Слайд 5*** Посмотрите внимательно, что же входит в состав сигареты – бутан, угарный газ, клей, никотин, мышьяк!

Как вы думаете это угроза для здоровья человека? *(ответ детей)* Конечно!

***Слайд 6*** Так выглядят легкие здорового человека, с правой стороны курящего человека!

***Слайд 7* Ведущий 2: Ни для кого ни секрет, что**КУРЕНИЕ убивает!

Курящие люди в среднем живут на 14 лет меньше не курящих;

Курение коварно разрушает здоровье день за днем, и важно знать о последствиях курения.

Сердце – поражается сердечно-сосудистая система, увеличивается количество сокращений, развивается стенокардия и инфаркт.

Желудок – раздражаются стенки, происходит воспаление желудка, развивается гастрит, язва, рак, нарушается работа пищеварительной системы.

Печень – нарушается работа печени, развивается цирроз.

Лёгкие – поражаются органы дыхания, развивается туберкулёз; у курящих при заболевании лёгких смертность в 25 раз выше, чем среди некурящих.

Головной мозг – быстрое утомление, истощение, слабеет память, внимание, начинаются головные боли, нарушается работа головного мозга, так как происходит сужение сосудов.

***Слайд 8* Ведущий 1:** Алкоголь. Это самый распространенный наркотик, ежегодно убивающий сотни людей! От потребления спиртных напитков в основном страдает подрастающее поколение: дети, подростки, молодежь, а также здоровье будущих матерей.

**Ведущий 1:** При попадании алкоголя внутрь организма, он разносится по крови ко всем органам и неблагоприятно действует на них вплоть до разрушения.

**Ведущий 1:** При систематическом употреблении алкоголя развивается опасная болезнь – алкоголизм. Алкоголизм опасен для здоровья человека, но он излечим, как и многие другие болезни.

***Слайд 9* Ведущий 1:** Если кратко представить, каков механизм воздействия алкоголя на организм человека, то это будет выглядеть так:

**Ведущий 1:** Алкоголь поступает в организм. Он всасывается в кровь и разносится по всем системам и органам. Этанол губительно влияет на клетки, нарушает физиологические процессы, затрудняет работу органов. Организм воспринимает поступившее вещество, как яд и пытается избавиться от него или расщепить на безопасные элементы.

***Слайд 10* Ведущий 2:** Что же такое Наркомания. Это заболевание, возникшее в результате злоупотребления наркотиками и наркотически действующими веществами.

Это влечение к употреблению наркотиков, настолько сильное, что невозможно с ним справиться.

Наркозависимый человек со временем теряет работу, перестает быть полезным для общества. Девушки, принимавшие наркотики, рожают малышей с серьезными дефектами и заболеваниями.

**Ведущий 2:** Рядом с наркотической зависимостью всегда присутствует криминал. Наркоманом движет одна цель – найти деньги. Отсюда происходит воровство и обман!

***Слайд 11* Ведущий 2:** На организм человека наркотические вещества влияют пагубно и разрушительно!

**Зависимость от наркотиков способна обернуться определенными неприятностями:**

*Хронический бронхит, рак легких*

*Сердечная недостаточность, повышение нагрузки на сердце*

*Тяжелые повреждения мозга*

*Ослабление иммунитета*

*Истощение, худоба, старение кожи*

*Разрушение психики*

***Слайд 12* Ведущий 2:** Запомните,употребление тяжелых наркотиков приводит к скорейшей деградации личности человека, разрушению здоровья и социальных связей!

***Слайд 13* Ведущий 1:** А сейчас мы с вами переходим к играм, и первая игра называется «**АЛЬТЕРНАТИВА**». И для начала мы с вами разделимся на три команды по рядам!

Вам нужно будет отгадать ребусы по основам здорового образа жизни.

Капитаны команд подходят к нам и на свою команду берут задания и приступаете к работе! Итак, время пошло!

***Слайды 14-25*** Время вышло, капитаны команд выходят к нам и по очереди называют отгаданные ребусы, сами картинки мы выведем на экран!

Молодцы!

***Слайд 26* Ведущий 1:** А мы переходим к следующему заданию под названием **«Анаграмма»**

Работаем мы также в командах, по очереди на экране вы увидите зашифрованное слово, потом команда совещается совсем чуть-чуть и капитан команды называет свое отгаданное слово! Далее мы даем следующее слово второй команде и потом третьей!

**Слайды 27-36**

**ЕНИЗААЛКИАВ (закаливание)**

**ДХОТЫ (отдых)**

**ЕЬЗРОДЕОВ (здоровье)**

**АТАБОР (работа)**

**РАУТЬЛИФЗУК (физкультура),**

**РОТСП (спорт),**

**ОЛГОКЬЛА (алкоголь)**

**ДКААРЯЗ (зарядка)**

**АЛКЗАКА (закалка)**

**ЕНГИАГИ (гигиена)**

Молодцы!

***Слайд 37* Ведущий 2:** А мы переходим к следующему заданию под названием **«Медпункт»**

Здоровье это одно из главнейших богатств человека. Думаю, вам известно немало профессий, представители которых помогают людям оберегать и поддерживать свое здоровье. Первая профессия, о которой мы вспоминаем, говоря о медицине и здравоохранении, называется ….. *(Правильно, врач.)*

А знаете ли вы, что в профессии «врач» существуют разные специальности?

Сейчас с помощью актерских способностей вашей команды мы вспомним и перечислим их, а также и некоторые другие профессии, относящиеся к области охраны здоровья.

А нам нужны по два человека от каждой команды!

Каждый вытягивает одну профессию, НИКОМУ ЕЕ НЕ ПОКАЗЫВАЯ, и остаетесь у доски! Вам нужно будет изобразить без слов, с помощью жестов и мимики свою профессию.

Итак, начнем!

**Ведущий 2:** А сейчас капитаны команд берут задания и идут к свои командам, вам необходимо ответить правильно на вопросы всего лишь за 2 минуты!

Итак, время пошло!

Мы приглашаем капитанов команд к доске, и мы заслушаем ваши ответы!

***Слайд 38* Ведущий 2:**  Молодцы, ребята. Наш классный час подошел к концу.

Мы желаем вам здоровья, выбирайте здоровый образ жизни!

Спасибо за внимание!