

Классный час на тему «Преимущества здорового образа жизни»

7 класс

МБОУ «Иштуганская средняя общеобразовательная
школа Сабинского муниципального района РТ»




Классный руководитель: Маркелова Лейсан
Гарафиевна

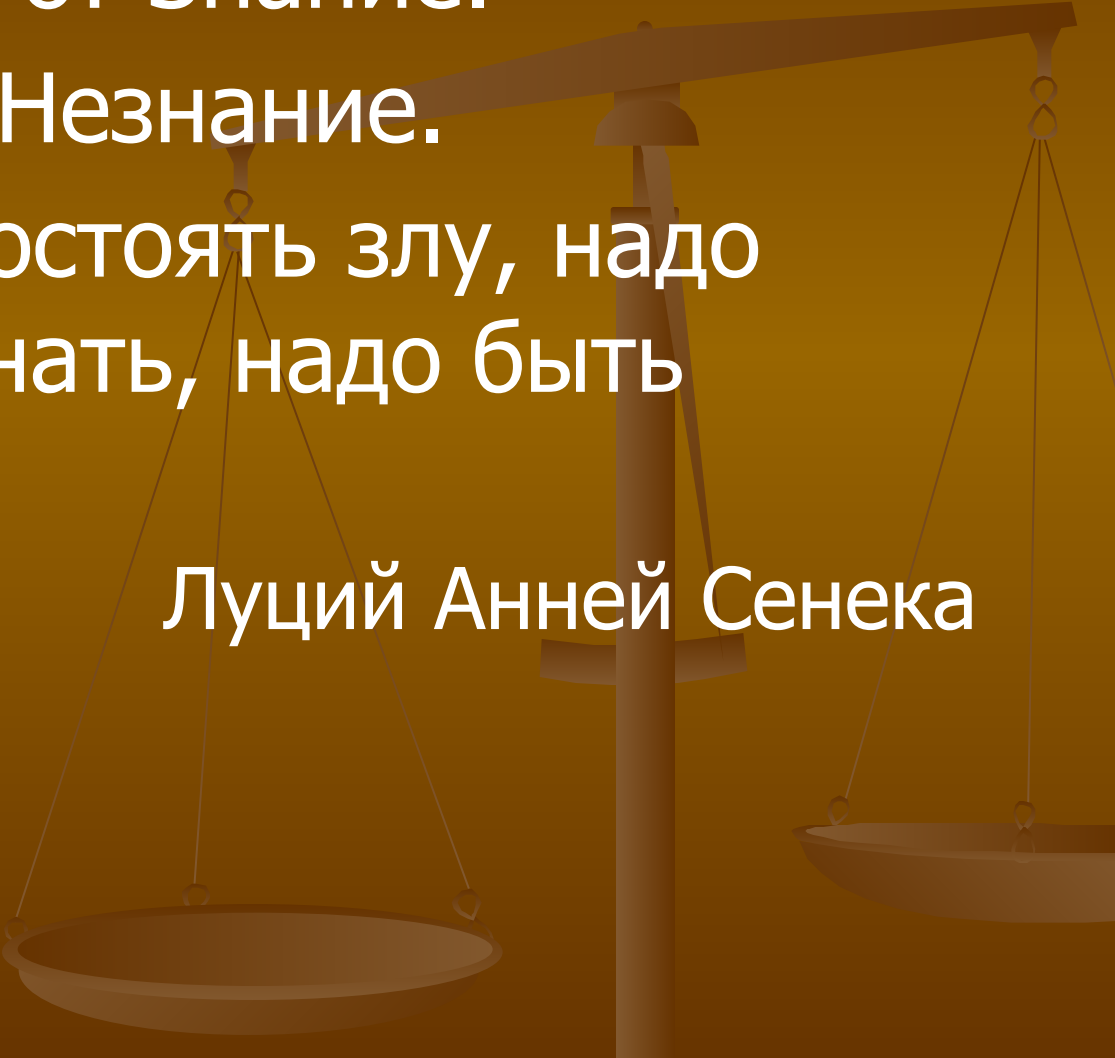
Цель классного часа:

- 1. Совершенствование представления о здоровом образе жизни.



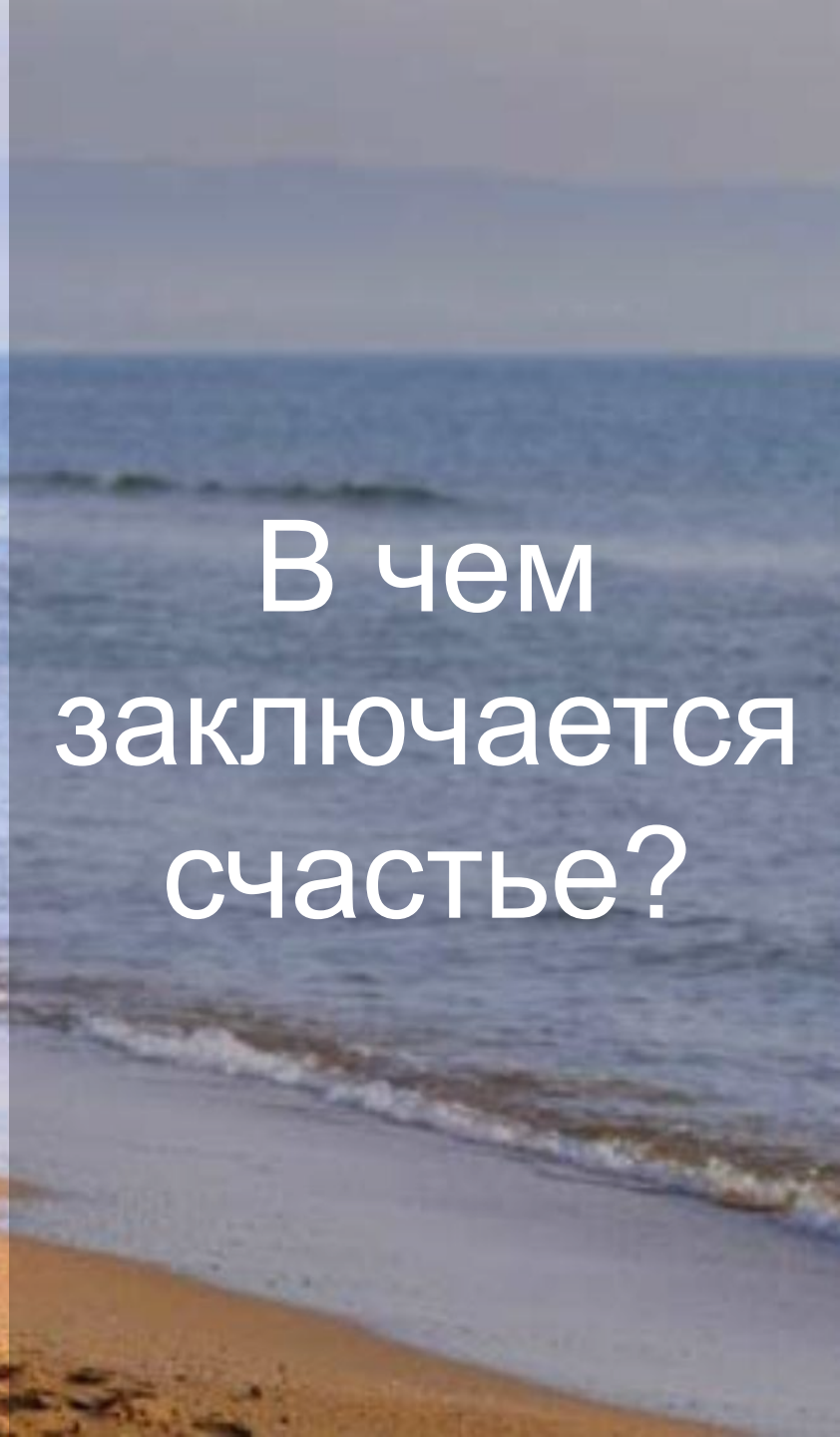
Задачи классного часа:

-  Предоставить основные сведения о курении.
-  Сформировать умение чётко формулировать аргументы против курения.
-  Формировать навыки позитивного общения.



«Что есть благо? Знание.
Что есть зло? Незнание.
Чтобы противостоять злу, надо
много о нём знать, надо быть
сильнее его»

Луций Анней Сенека



В чем
заключается
счастье?

Что побуждает человека впервые затянуть сигарету?

- Бесплатное предложение покурить
- Из любопытства
- Не осознаёт пагубности и вредности привычки
- Низкая самооценка подростка
- Стремление уйти от одиночества



Здоровое легкое

Легкое курильщика

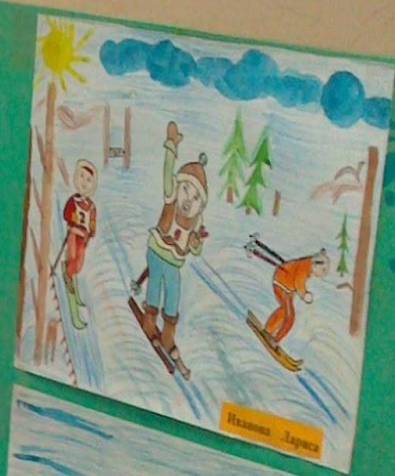


Суд над сигаретой



Хочешь жить –
бросай курить!





- Здоровье - бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества. Умение вести здоровый образ жизни – признак высокой культуры человека, его образованности, настойчивости, воли. 21 век характеризуется ростом заболеваемости и смертности населения на фоне высоких достижений медицины, совершенства технических средств диагностики и лечения болезней. На сегодняшний день у школьников, как и у населения в целом, преобладает пренебрежительное безответственное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих. В целом у учащихся не развита потребность в ведении здорового образа жизни, не сформирован стиль поведения, обеспечивающий здоровье. Многие подростки и выпускники общеобразовательных школ имеют неточное и неполное представление о сущности здоровья человека и его аспектах, о факторах, определяющих здоровье, о компонентах здорового образа жизни. Поэтому проблема формирования здорового образа жизни детей, подростков и молодежи, является наиболее актуальной на сегодняшний день. Данная тема определяет не только состояние и проблемы здоровья наших детей, но и здоровье, благополучие будущих поколений.