



ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение

средняя общеобразовательная школа № 254

с углубленным изучением английского языка

Кировского района Санкт-Петербурга

198261, Санкт-Петербург, ул. Бурцева, 9, литер А, ул. Бурцева, 12, литер А

тел/факс 759-39-76, 759-37-88, 417-52-20

Примерная тематика классных часов (бесед) по профилактике курения, профилактике алкоголизма, профилактике токсикомании, профилактике наркомании

Класс	№	Тема беседы	Результат	Дата
		Цель: формирование позитивного отношения к здоровому образу жизни Задачи: - Познакомить учащихся с правилами ведения здорового образа жизни - Воспитывать бережное отношение к своему здоровью		
1	1.	Я – неповторимый человек	Выработка у школьников неприятия наркотиков, табакокурения, воспитание уверенности, что здоровый образ жизни делает человека свободным и независимым.	
	2.	Что такое ЗОЖ?		
	3.	Правила нашей жизни.		
	4.	Понятие о дружбе, о хороших и плохих друзьях.		
	5.	Занятия спортом - здорово.		
	6.	Береги свое здоровье		
	7.	О привычках вредных и полезных.		
	8.	Почему некоторые привычки называются вредными?		
	9.	Секреты правильного питания. В чем польза витаминов?		
	10.	Здоровый я - здоровая страна		
Класс	№	Тема беседы	Результат	Дата
2		Цель: сформировать представления о здоровье, как одной из главных ценностей человеческой жизни Задачи: Укрепление и сохранения здоровья детей.		
	1.	Путешествие в страну «Здоровию»	Формирование уверенного поведения и представления о том, что отражение поступков влияет на окружающую действительность и сделанный правильный выбор помогает сделать мир прекрасней	
	2.	Солнце, воздух и вода –наши лучшие друзья		
	3.	Злой волшебник – табак		
	4.	Здоровье – бесценное богатство		
	5.	Жизнь прекрасна – не губи ее		
	6.	Полезные и вредные привычки		
	7.	Вредным привычкам - нет!		
	8.	Цени свою жизнь!		

	9.	Если хочешь быть здоров		
	10.	Что такое хорошо и что такое плохо		
	11.	Учусь понимать людей		
Класс	№	Тема беседы	Результат	Дата
3		Цель: сформировать убеждение, что курение и алкоголь – это действительно вредные привычки. Вызвать у детей желание вести здоровый образ жизни Задачи: - Довести до сознания детей, что здоровый образ жизни имеет большое значение как для отдельного человека, так и общества в целом. - Воспитывать бережное значение к своему здоровью.		
	№	Тема беседы	Результат	Дата
	1.	Что полезно для здоровья	Формирование негативного отношения к пробе наркотических средств и навыков безопасного поведения с лицами, употребляющими наркотические вещества	
	2.	Полезные и вредные привычки		
	3.	Режим дня школьника		
	4.	Мой характер		
	5.	Учусь оценивать себя сам		
	6.	Учусь взаимодействовать		
	7.	Учусь настаивать на своем		
	8.	Учусь становлюсь увереннее		
	9.	Когда на меня оказывают давление		
	10.	Вредные привычки		
	11.	Вредные привычки. Как их побороть?		
Класс	№	Тема беседы	Результат	Дата
4		Цель: формирование у учащихся школы негативного отношения к табакокурению, к употреблению спиртных напитков, наркотических и психотропных веществ через воспитание мотивации здорового образа жизни. Задачи: - Формировать у учащихся устойчивого отрицательного отношения к «первой пробе» ПАВ - Содействовать формированию морально-волевых качеств школьников.		
			Формирование негативного отношения к психоактивным веществам у подростков	
	1.	Самоуважение		
	2.	Учусь сопротивляться давлению		
	3.	Учусь говорить «нет»		
	4.	Вредные привычки и здоровье		
	5.	Вредные привычки. Как их побороть?		
	6.	Мое отношение к курению.		
	7.	«Правильное и неправильное использование медикаментов»		
	8.	Цени свою жизнь		
	9.	Хочешь быть здоровым – будь им		
Класс	№	Тема беседы	Результат	Дата
5		Цель: формирование потребности вести здоровый образ жизни Задачи: - Формирование потребности вести здоровый образ жизни - Создать благоприятный психо-эмоциональный климат в школьном сообществе для творческого эффективного		

		взаимодействия коллективов, составляющих потенциал школы.		
	1.	Агрессивность, неуверенное поведение и поведение с уверенностью	Повышение уровня развития умений и навыков: а) уверенного позитивного поведения; б) конструктивного общения между собой и со взрослыми	
	2.	Поведение в конфликтной ситуации. Разрешение конфликта путем совместного принятия решения		
	3.	Умение сказать "Нет"		
	4.	Стресс. Способы борьбы с ним		
	5.	Умение принимать решения		
	6.	«Употребление, злоупотребление, болезнь»		
	7.	Курение и здоровье		
	8.	Вред от курения.		
	9.	Никотин – враг здоровья человека.		
	10.	Почему вредно курить		
	11.	Запреты на табак и алкоголь.		
	12.	Алкоголь и его последствия		
	13.	Никогда не пробовать и употреблять наркотики - хорошо		
Класс	№	Тема беседы	Результат	Дата
6		Цель: Развивать у подростков осознанное неприятие к вредным привычкам как способ воздействия на свою личность Задачи: • Выяснить, в чём опасность вредных привычек; • Обобщить знания о различных видах спорта как основных путях борьбы с вредными привычками; • Выяснить, как влияют вредные привычки на окружающую среду.		
	1.	Влияние пыли и загрязненного воздуха в помещении на динамику работоспособности и распространение заболеваний. Способы устранения запыленности		
	2.	Состав табачного дыма и табачных смол	Повышение уровня развития умений и навыков: а) уверенного позитивного поведения; б) отстаивания и защиты своей точки зрения; Повышение общей культуры поведения и формирование образа социально успешного молодого человека	
	3.	Органы – мишени для табака. Болезни, связанные с табакокурением		
	4.	Характеристика активного и пассивного табакокурения		
	5.	Отрицательное влияние табакокурения на живые организмы и растения		
	6.	Курение. Влияние на организм		
	7.	Вещества, вызывающие зависимость		
	8.	Влияние алкоголя на умственную и физическую работоспособность, память		
	9.	Влияние наркотиков на память, психику, социальные функции человека		
	10.	Негативное влияние алкоголя и табачных изделий		
	11.	Активный отдых между занятиями как способ скорейшего восстановления нарушений осанки, утомления органов зрения		

	12.	Спорт в жизни человека.		
	13.	Я против наркотиков		
Класс	№	Тема беседы	Результат	Дата
7		Цель: формирование у учащихся негативного отношения к табакокурению, к употреблению спиртных напитков, наркотических и психотропных веществ через воспитание мотивации здорового образа жизни. Задачи: Научить учащихся делать осознанный выбор в любой жизненной ситуации и решать возникшие проблемы самостоятельно.		
	1.	Береги свое здоровье	Повышение уровня развития умений и навыков: а) конструктивного общения между собой и со взрослыми; б) осознанного и уверенного умения сказать ПАВ «Нет».	
	2.	Вредные привычки		
	3.	Почему люди курят?		
	4.	Курение как один из вариантов наркотической зависимости		
	5.	Нарушение обмена веществ при алкогольной зависимости		
	6.	Вред от курения.		
	7.	Вредные привычки. Как их побороть?		
	8.	Нарушение обмена веществ при алкогольной и табачной зависимости		
	9.	Безвредны ли пиво и энергетики?		
	10.	Запреты на табак и алкоголь		
	11.	Мое отношение к курению.		
	12.	Я умею говорить: «Нет!»		
	13.	Наркомания-знак беды		
	14.	Мой выбор: Поиск убедительных ответов отказа от курения		
	15.	Спорт в жизни человека.		
	16.	Мы за здоровые краски жизни!»		
Класс	№	Тема беседы	Результат	Дата
8		Цели: Формирование ответственного отношения к своему здоровью, пропагандировать здоровый образ жизни. Задачи: - Познакомить учащихся с опасностью, которую таят сигареты, алкоголь, наркотики. - Воспитывать негативное отношение к вредным привычкам; - Формировать здоровые установки и навыки ответственного поведения		
	1.	О привычках вредных и полезных.	. Повышение общей культуры поведения и формирование образа социально успешного молодого человека	
	2.	Есть повод подумать		
	3.	Яд, который действует не сразу		
	4.	Никотин – враг здоровья человека.		
	5.	Почему вредно курить.		
	6.	Биологические и социальные факторы, влияющие на скорость формирования зависимости к алкоголю		
	7.	Курение: за или против		
	8.	«Безвредного табака не бывает»		
	9.	Правда об алкоголе		
	10.	Алкоголизм – проблема социальная и		

		экономическая.		
	11.	Дискуссия о вреде курения и спиртных напитков.		
	12.	Наркомания. Мое отношение.		
	13.	Наркомания и ее последствия.		
	14.	Микросоциальные и макросоциальные факторы, влияющие на скорость формирования зависимости		
	15.	Как избежать давления сверстников и отказаться от наркотиков и других дурных поступков		
	16.	Как можно избавиться от наркотической зависимости.		
Класс	№	Тема беседы	Результат	Дата
9		Цель: создание в школьной среде условий, препятствующих распространению ПАВ, становлению активно отрицающей позиции по отношению к ПАВ у большинства учащихся. Задачи: Научить учащихся делать осознанный выбор в любой жизненной ситуации и решать возникшие проблемы самостоятельно		
	1.	Болезни, возникающие от курения	«STOP – курение!»	
	2.	Что содержится в табачном дыме?	«STOP – алкоголь!»	
	3.	Алкоголь и алкогольная зависимость.	«STOP – наркотик!»	
	4.	«Модные убийцы		
	5.	Самоспасение - наиболее перспективная стратегия спасения от наркотиков		
	6.	Влияние наркотиков на организм (дыхание, кашель, сердечно-сосудистую систему, пищеварения, психические функции)		
	7.	Плата за обман природы. Миф о слабых и безопасных наркотиках		
	8.	Дорога в «никуда»		
	9.	Алкоголь – враг живой клетки.		
	10.	Алкоголизм – проблема социальная и экономическая.		
	11.	Преимущества трезвого здорового образа жизни.		
	12.	Наркотики и СПИД		
	13.	Как избежать давления сверстников и отказаться от наркотиков и других дурных поступков		
	14.	Курение или здоровье – выбирайте сами		
	15.	Я ответственен перед собой.		
	16.	«Мы против токсикомании»		
	17.	Негативное влияние наркотиков на растущий организм		
	18.	Мой выбор: противодействие сомнительным предложениям		
Класс	№	Тема беседы	Результат	Дата
		Цель: Формирование у учащихся устойчивого отрицательного		

10		отношения к табакокурению Задачи:		
		- Сформировать у учащихся умения и навыки, позволяющие снизить риск приобщения к сигаретам; - содействие воспитанию нравственных качеств личности, влияющих на формирование активной гражданской позиции; - формирование потребности вести здоровый образ жизни;		
	1.	Экономические и идеологические предпосылки для распространения наркомании»		
	2.	Курение – социальная проблема в обществе.		
	3.	Наше здоровье в наших руках		
	4.	Роковой шаг		
	5.	По ком звонят колокола?		
	6.	Пьянство и молодёжь Просмотр фильма «День рождения»		
	7.	Как бросить курить?		
	8.	«Последствия курения».		
	9.	Алкогольная деградация личности		
	10.	Берегись белой тучи		
	11.	«Наркомания – знак беды». Просмотр фильма «Правда о наркотиках»		
	12.	«К чему приводят наркотики».		
	13.	Вредные привычки. Как их побороть?		
Класс	№	Тема беседы	Результат	Дата
11		Цели: Формирование ответственного отношения к своему здоровью, пропагандировать здоровый образ жизни. Задачи: - Формирование знаний об опасности различных форм зависимостей, негативного отношения к ним путём просветительской и профилактической деятельности с учащимися - Воспитание негативного отношения к алкогольной, табачной, наркотической продукции, предотвращение незаконного оборота алкогольной продукции среди несовершеннолетних - Продолжить развитие коммуникативных и организаторских способностей учащихся, способности противостоять негативному влиянию со стороны.		
	1.	Несколько поводов бросить курить Просмотр фильма «Конвейер смерти Никотин»	Формирование у учащихся школы негативного отношения к табакокурению, к употреблению спиртных напитков, наркотических и психотропных веществ через воспитание мотивации здорового образа жизни	
	2.	Побороть дурные привычки легче сегодня, чем завтра (Конфуций)		
	3.	Курение – угроза здоровью.		
	4.	Как справиться со стрессом.		
	5.	Искусственный рай		
	6.	Что такое ВИЧ?		
	7.	Вверх по лестнице, ведущей вниз.		
	8.	Молодежь и алкоголь. Алкоголь и потомство. Просмотр фильма «Чижик-пыжик»		

	9.	Нравственные нормы как гарантии здоровья. Необходимость личной ответственности за наркотизацию		
	10.	Альтернатива наркотикам. Защищайте сами свое психическое здоровье»		
	11.	Возможно ли излечение от наркомании. Кто виноват? Просмотр фильма «Правда о наркотиках»		
	12.	«Привычка – вторая натура?»		
	13.	Люблю ли я жизнь и хочу ли я быть здоровым?		
	14.	Мое будущее		