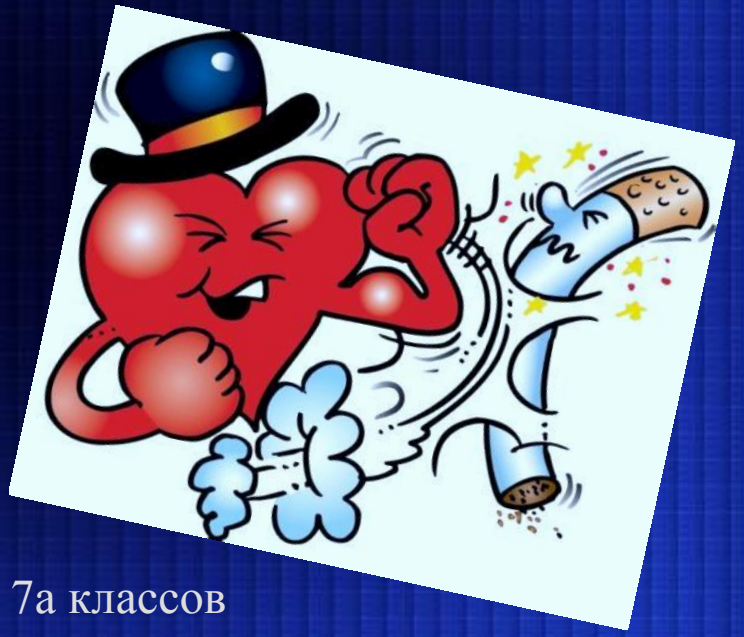
Класс против курения



Учащиеся 6б, 6в, 7а классов
ГБС(К)ОУ школа №59
Приморского района СПб
Кураторы: Копанева Г.А.,
Прямухина Н.П., Сучкова И.С.

Своё участие в конкурсе мы начали с общего занятия «Здоровье - без сигареты»

Цели:

- ***Познакомиться с последствиями табакокурения.***
- ***Выработать отрицательное отношение к табакокурению каждого учащегося.***
- ***Сформировать коллективное мнение класса о необходимости пропагандировать здоровый образ жизни.***

Заполнили заявления участника в профилактической программе

Вопросы рассказали о наркотиках, о сигаретах, о пользе

Сорок процессов. Мы сделали на компьютерах

об истории, о пользе, о вреде, о наркотиках, о сигаретах.

Каждый из ребят получил карточку, в которой записали

классы, свободные данные.

предлагают принять участие.

Конкурс
"Семья - территория здоровья"

Ерно-Волжский Виктор
6в класс, ГБС(К)ОУ школа № 59,
Приморский район
Санкт-Петербург

Семья: Ерно-Волжский Виктор,
Ерно-Волжский Михаил Владимирович (папа)
Ерно-Волжская Татьяна Николаевна (мама)

Кураторы: Прямухина Наталия Павловна
Сучкова Ирина Станиславовна

Девиз нашей семьи – каждый может быть здоровым и счастливым, нужно только не лениться и с оптимизмом смотреть на жизнь!

Наша семья придерживается здорового образа жизни. Здоровье - это бесценный дар, который нужно не только сохранять, но и приумножать. Для этого мы правильно питаемся, не курим, не злоупотребляем алкоголем, и не употребляем наркотики. Летом мы проводим время на даче, где катаемся на велосипеде, играем в летающую тарелку, бадминтон. Все эти спортивные мероприятия хорошо помогают укрепить наше здоровье и помогают быть в хорошей форме. Купание на озере, прогулки по лесу в поиске грибов и ягод, работы в огороде и в саду тоже хорошая тренировка для организма.

И в зимнее время есть чем себя занять – это катание на санках и ватрушках в парке, катание на коньках и просто прогулки на свежем воздухе. В нашем чудесном городе есть много мест, где можно весело и интересно, а главное спортивно провести время, можно попрыгать на батуте, поиграть в боулинг, сходить всей семьей в аквапарк.

Наша семья не только спортивная, но и культурная. Мы очень любим посещать музеи, где можно увидеть и узнать много интересного, а также гулять по городу, ведь наш город является, по сути, музеем под открытым небом.

Конкурс
"Семья - территория здоровья"

Кочергин Евгений
6Б класс, ГБС(К)ОУ школа № 59,
Приморский район
Санкт-Петербург

Семья: Кочергин Евгений Игоревич,
Кочергин Дмитрий Игоревич (брат),
Кочергин Игорь Евгеньевич (папа),
Кочергина Анна Вячеславовна (мама)

Куратор: Копанева Галина Анатольевна

Наша семья -

настоящая территория здоровья.

Мы стараемся отдыхать

активно и познавательно.

Мы все время в движении:

летом - велосипеды, ролики, мячи,

зимой - "ватрушки" и лыжи,

круглый год - прогулки по городу

и поездки по интересным местам -

далекие и близкие.

В этом проекте представлены

некоторые моменты нашего отдыха.

Мы заняты каждый день!

Мы решили, что проведём такие акции, которые бы говорили не только о вреде табака, но научили бы ребят интересно организовывать свою жизнь.

Акция
«Спорт против курения»

Цель: привитие любви к спорту, укрепление здоровья учащихся

Участники: учащиеся 6-7-х классов

План проведения:

1.Линейка открытия

2.Спортивные соревнования

- Метание в цель
- Перетягивание каната
- Эстафета с мячом
- Прыжки через скакалку
- Набрасывание колец

3.Подведение итогов. Награждение.

Тянем – потянем и перетянем!

Отзывы

- Мы классно соревновались и победили! Больше всего мне запомнилось перетягивание каната, здесь мы работали все вместе и очень дружно!

Окунев Никита 6б класс

- Только тренировками человек может добиться хорошей спортивной формы и конечно же нельзя отравлять свой организм сигаретами.

Кузьмин Саша 6б класс

Акция «Здоровье нации в наших руках»

Цель: Организация здорового досуга учащихся

Участники: учащиеся 6 – 7 классов

План мероприятия:

1.Линейка открытия

2.Соревнования по станциям:

1)Перетягивание каната

2)Эстафета с санками

3)Станция «Бой петухов»

4)Снежная гора

5)Меткий стрелок

3. Подведение итогов. Награждение.

Помчались с ветерком!

Акция «Развлечения без курения»

Цель: Показать ребятам, сколько всего может освоить и узнать человек, если не тратит своё время на курение.

Участники: 6-9 классы

План проведения:

Каждый класс представлял одну страну, рассказывал её историю, обычаи, представлял на суд жюри национальное блюдо, шил национальные костюмы, исполнял танец или песню.

Отзывы.

Мальчики 6 класса исполняют греческий танец «Сиртаки»

А классы меньше перенимал исполнитиромыский танец танца

- Спасибо, что устроили для нас такой замечательный праздник. Я с большим удовольствием в нём участвовал. Я понял, сколько есть в жизни всего интересного и не стоит это терять ради сомнительной привычки к курения.

  Королёв Александр 9а класс

- Мы очень старались, готовясь к этому мероприятию, много узнали об истории Греции, её обычаях и традициях. Я на собственном опыте испытал, что танцору надо иметь хорошую спортивную форму и это никак не совместимо с привычкой к куреню.

  Григоревский Григорий 6б класс

Презентация «Мы выбираем здоровый образ жизни»

Цель: - профилактика табакокурения

- закрепить уверенность в собственных знаниях о курении стойкость в сопротивлении мифам о курении.

Участники: учащиеся 6- 10 классов, педагоги школы и родители

Мы провели презентацию и для учителей.

После выступления

Все присутствующие выразили рассказ положительное, что приобретает человек бросив курить.

Им тоже было полезно послушать.

Акция
«Я отказываюсь от курения»

Цель: привлечение внимания учащихся к своему здоровью

Участники: учащиеся 5 - 10 классов и педагоги школы

План проведения:

1.радиопередача «Курение: мифы и факты»

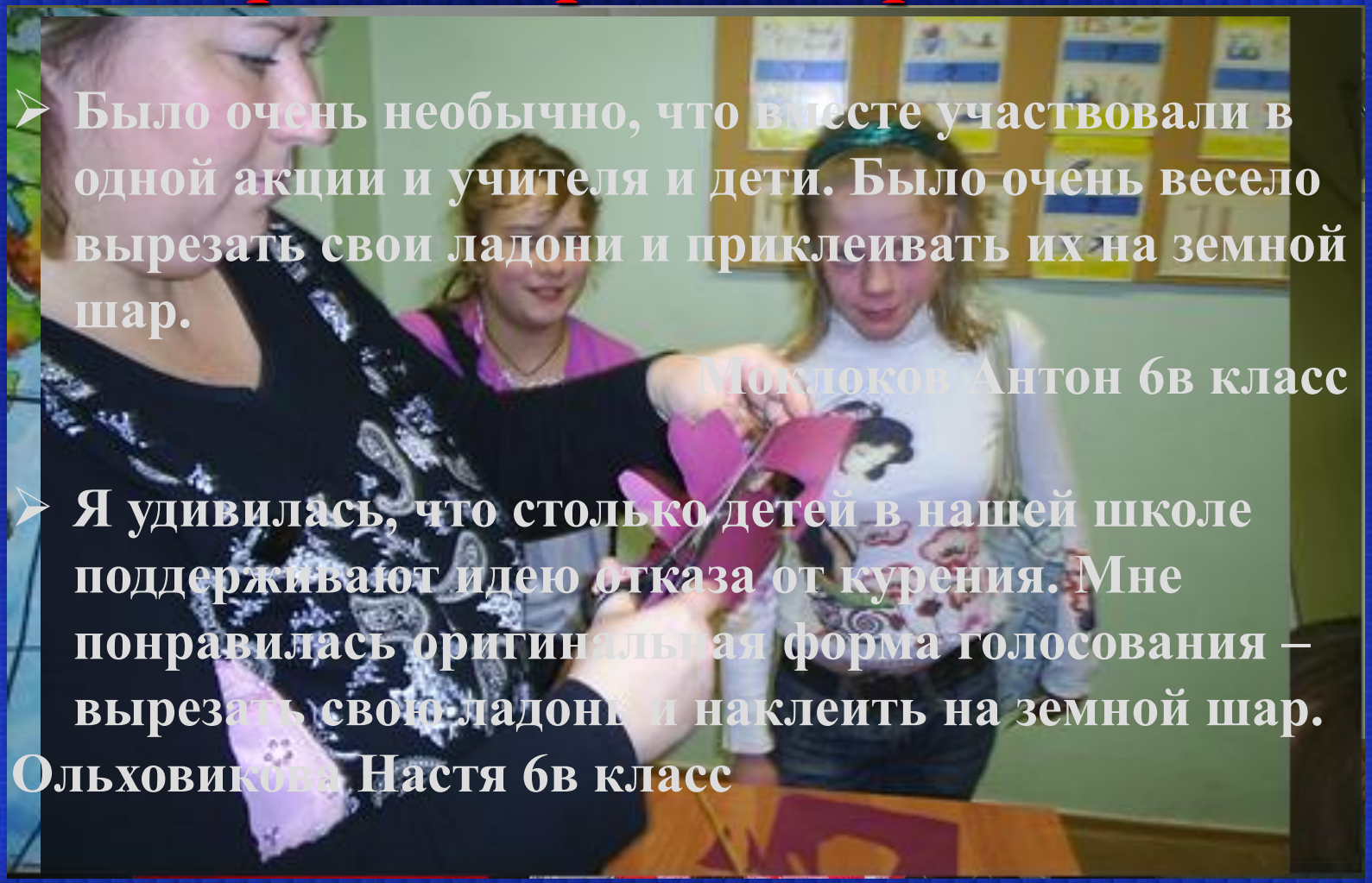
2.голосование за отказ от курения

Отзыв

Козырева Ксения поддерживает правила Ольги Олеговна решила тоже попробовать побороть свою вредную привычку к курению. Ее наблюдение всем детям напоминать

Нас м здорового образа жизни. Не нам будет всем детям напоминать!

Выбираем здоровый образ жизни!



- Было очень необычно, что вместе участвовали в одной акции и учителя и дети. Было очень весело вырезать свои ладони и приклеивать их на земной шар.

Моклоков Антон 6в класс

- Я удивилась, что столько детей в нашей школе поддерживают идею отказа от курения. Мне понравилась оригинальная форма голосования – вырезать свою ладонь и наклеить на земной шар.

Ольховикова Настя 6в класс

Классный час «Безвредного табака не бывает»

Цель: помочь учащимся научиться отличать реальные факты от «мифических» представлений о курении.

Участники: учащиеся 6б, 6в , 7а, 7б, 9а, 9б классов

План проведения:

1.Вступительное слово учителя

2.Рассказ учащихся 6б и 6в классов об истории табакокурения

3.Вручение слушателям листовок о влиянии никотина на организм человека.

Табачный дым в 5 раз опаснее выхлопных газов автомобиля. Он содержит 4000 различных химических соединений. Около 60 веществ являются канцерогенами, стимулирующими образование раковых опухолей. Не менее опасно и пассивное курение, так как некурящий человек вдыхает 70-80 % опасных компонентов дыма.

Курение табака отбирает:

Здоровье – табак обуславливает 96 % смертей от рака гортани и легких;

Хороший цвет лица – появляется желтовато – серый цвет кожи;

Молодость – увеличивается количество морщин;

Мелодичный тембр голоса – голос становится хриплым;

Красивую улыбку и белизну зубов – на них появляется темный налет и трещины;

Годы жизни – продолжительность жизни сокращается, в среднем, на 5 лет.

Не дай вредной привычке погубить себя!

Твое здоровье – в твоих руках!

Отзыв.

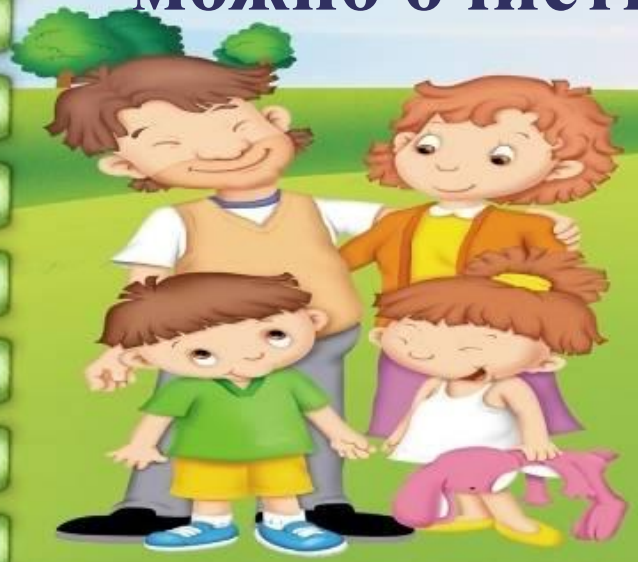
Я раньше не задумывался над тем как вредно курить и не знал, что в сигарете более 2000 вредных веществ. Думал, что организм можно очистить, если пить молоко.

Теперь стараюсь курить меньше.

Аскеров Руслан 9а

Отзыв.

Я раньше не задумывался над тем как вредно курить и не знал, что в сигарете более 2000 вредных веществ. Думал, что организм можно очистить, если пить молоко. Теперь стараюсь курить меньше.



Аскеров Руслан 9а