

Темы классных часов по профилактике
наркомании, табакокурения и алкоголизма
для 5-11 классов

№	Тема классного часа	
5 класс		
1	Определение понятия «здоровья». Компоненты и критерии здоровья. Факторы, влияющие на здоровье человека. Здоровый образ жизни в народных традициях и обрядах.	Сентябрь
2	Агрессивность, неуверенное поведение и поведение с уверенностью	Октябрь
3	История распространения табакокурения. Умение сказать "Нет."	Ноябрь
4	Законодательные акты и мероприятия по ограничению табакокурения.	Декабрь
5	Профилактика табакокурения в народных традициях, произведениях литературы и литературы.	Январь
6	Происхождение алкоголя и различных спиртных напитков.	Февраль
7	Отношение к алкоголю и последствиям его употребления у разных народов. Современная распространённость пьянства и алкоголизма.	Март
8	Профилактика употребления алкоголя в народных традициях, произведениях литературы и искусства.	Апрель
9	Основы здорового образа жизни	Май
6 класс		
1	Зависимость здоровья человека от чистоты тела, кожи. Условия, способствующие поддержанию чистоты тела. Уход за школьной формой. Требования к белью.	Сентябрь
2	Состав табачного дыма и табачных смол. Понятие о канцерогенах. Болезни, связанные с табакокурением. Влияние курения на внешний вид, умственную и физическую работоспособность, занятия спортом.	Октябрь
3	Влияние наркотиков на память, психику, социальные функции человека. Аутоагрессивное поведение как следствие употребления наркотиков.	Ноябрь
4	Характеристика активного и пассивного курения. Действие на организм пассивного курения.	Декабрь
5	Законодательные акты, направленные на ограничение курения.	Январь
6	Механизм воздействия алкоголя на клетки и ткани организма. Поражение внутренних органов при эпизодическом и регулярном приеме алкоголя. Последствия разрушения клеток нервной системы, печени, сердца, половых клеток. Алкогольная деградация.	Февраль
7	Наркотики и их влияние на организм. Влияние эпизодического и продолжительного приема токсических препаратов на рост и развитие организмов.	Март
8	Последствия токсического воздействия на нервную систему, память, поведение. Динамика умственной и физической работоспособности при воздействии токсикантов.	Апрель
9	Конкурс антирекламы наркотиков.	Май
7 класс		
1	Курение как один из вариантов наркотической зависимости. Стадии никотиновой наркомании: бытовое, привычное и пристрастное курение.	Сентябрь

2	Биологические и социальные факторы, влияющие на скорость формирования зависимости к алкоголю.	Октябрь
3	Механизм формирования зависимости к табакокурению. Мышечная зависимость как специфическое проявление табачной наркомании. Способы борьбы с мышечной зависимостью при табакокурении.	Ноябрь
4	Мой выбор: Поиск убедительных ответов отказа от курения	Декабрь
5	Толерантность, ее изменение при приеме алкоголя. Нарушение обмена веществ при алкогольной зависимости.	Январь
6	Понятие об абстиненции. Возможности устранения зависимости. Необратимость психической зависимости в связи с невозможностью восстановления чувствительности зон комфорта.	Февраль
7	Аутоагрессивное поведение как следствие употребления наркотиков.	Март
8	Просмотр социальных роликов по профилактике вредных привычек	Апрель
9	Основы здорового образа жизни	Май
8 класс		
1	Основы психогигиены. Эмоции и чувства. Культура чувств и их проявление. Этика взаимоотношений. Аэробные упражнения и закалывающие процедуры как способ повышения настроения.	Сентябрь
2	Свободный выбор как признак взросления. Центр доверия и психологической помощи подросткам и возможности разрешения конфликтных ситуаций. Способы психологической защиты.	Октябрь
3	Просмотр социальных видеороликов «Алкогольная зависимость – чума современности»	Ноябрь
4	Конкурс листовок, буклетов антирекламы табака.	Декабрь
5	Социальные и биологические последствия пьянства и алкоголизма: преступления, пожары, дорожно –транспортные происшествия, и т.д. Наркотизация как порабощение личности.	Январь
6	Последствия эпизодического приема алкоголя. Негативные последствия «питейных обычаев»	Февраль
7	Конкурс антирекламы алкогольных напитков.	Март
8	Факторы, предопределяющие антисоциальность больных наркоманией. Искажение семейных связей, детородной функции. Биологические последствия приема наркотиков. Экономические и социальные последствия наркомании.	Апрель
9	Особенности развития наркомании и токсикомании в подростково-юношеском возрасте. Последствия наркотизации подростков для общества.	Май
9 класс		
1	Рациональная организация труда и отдыха во время подготовки к экзаменам. Требования к продолжительности занятий, активному отдыху на свежем воздухе, продолжительности и качеству ночного сна, питания.	Сентябрь
2	Компьютер и здоровье. Основные правила техники безопасности при работе на компьютере. Упражнения и самомассаж для профилактики утомления рук и органов зрения.	Октябрь
3	Влияние табакокурения(активного и пассивного) на репродуктивные функции человека. Конкурс «Молодежь против наркотиков».	Ноябрь
4	Негативное влияние компьютерных игр, телевидения, рекламы на здоровье подростков.	Декабрь
5	Преимущества трезвого здорового образа жизни. Негативное влияние алкоголя на растущий организм.	Январь
6	Какой вред приносят ПАВ. Наркотики, закон, ответственность	Февраль
7	Как избежать давления сверстников и отказаться от наркотиков и других дурных поступков.	Март
8	Самоконтроль и саморегуляция настроения и поведения.	Апрель
9	Здоровый образ жизни и его составляющие.	Май

10-11 классы		
1	Экономические и идеологические предпосылки для распространения наркомании	Сентябрь
2	Косвенная реклама массовой наркотизации населения. Социальные предпосылки для распространения наркомании	Октябрь
3	Нравственные нормы как гарантии здоровья. Необходимость личной ответственности за наркотизацию	Ноябрь
4	Альтернатива наркотикам. Защищайте сами свое психическое здоровье	Декабрь
5	Возможно ли излечение от наркомании. Кто виноват?	Январь
6	Профилактика наркомании и психоактивных веществ	Февраль
7	Алкогольная деградация личности.	Март
8	Смена стратегии поведения и потеря цели жизни. Изменение личности токсикоманов. Отношение людей к токсикоманам»	Апрель
9	Здоровый образ жизни. Духовное и психическое здоровье человека. Влияние социальной среды на здоровье человека.	Май

Общешкольные мероприятия по профилактике наркомании, алкоголизма и табакокурения

Название мероприятия	Охват обучающихся	Ответственный
День Здоровья	5-11 классы	Учитель физической культуры
Видео лекторий «Я выбираю жизнь»	7-11 класс	Социальный педагог Педагог-психолог
Спортивные игры «Мама, папа, я – активная семья»	1-11 классы	Учитель физической культуры
Сдача норм ГТО	7-11 классы	Учитель физической культуры
Кросс нации	Преподавательский состав	Учителя физической культуры
Первенство школы по волейболу	10-11 классы	Учителя физической культуры
Профилактические беседы «Профилактика наркомании. Недопущение употребления ПАВ»	7-11 классы	ЗДВР, социальный педагог, приглашенные специалисты.
Конкурс листовок, стенгазет «Молодежь против наркотиков»	7-11 классы	Классные руководители, пионервожатый.
Акция «Мое национальное блюдо» популяризации особенностей национальной кухни и формирование здорового питания	4-11 классы	Классные руководители, пионервожатый.
Лыжня России	8-11 классы	Учителя физической культуры
Конкурс «Правильное питание» конкурс рисунков и стенгазет.	1-11 классы	Классные руководители, пионервожатый.
Спортивный фестиваль «Сильнее, выше, быстрее» среди Юнармейских отрядов	2-7 классы	Пионервожатый.

