

Министерство образования, науки и молодежной политики
Краснодарского края
Государственное бюджетное профессиональное образовательное
учреждение Краснодарского края
«Армавирский техникум технологии и сервиса»

СЦЕНАРИЙ

Внеклассного мероприятия

Викторина «Вредным привычкам – нет»



Разработала преподаватель Алексеева М.В.

Армавир 2022

Аннотация

Всем известно, что курение – злободневная тема в нашем обществе.

Анализ, проведённый среди студентов и учащихся старших классов (100 человек), показал, что на вопрос «Зачем Вы это делаете?» они не могут внятно ответить.

Они о причинах курения сказали так:

- Начали курить из любопытства- 23%
- За компанию, чтобы не быть изгнанным-37%
- Чтобы казаться более взрослым, модным-40%

Другим зло современности являются наркотики и алкоголь.

Цель методической разработки - профилактика саморазрушительного поведения подростков, пропаганда здорового образа жизни, информирование молодёжи о пагубном влиянии на здоровье человека вредных привычек.

Задачи мероприятия:

- в игровой форме показать пагубное влияние на организм табакокурения, алкоголя, психотропных веществ.

- научить находить альтернативу вредным привычкам.

Форма проведения мероприятия - викторина с элементами беседы.

Сценарий викторины «Вредным привычкам – нет!»

I. Подготовительный этап:

- 1 – разработка и утверждение сценария;
- 2 - выбор ведущих, членов жюри;
- 3 – согласование состава команд;
- 4 – подготовка раздаточного материала;
- 5 – подбор стихов и загадок о вреде курения, о здоровом образе жизни;
- 6 – оформление зала.

II. Организационный момент

1 вед. Здравствуйте, всем!

2 вед. Здравствуйте! Желаем вам здоровья!

1 вед. А когда человек здоров, то у него хорошее настроение, он весел, жизнерадостен.

2 вед. Когда мы здороваемся, то вольно или невольно желаем друг другу что-то хорошее. А если вокруг будет много здоровых, счастливых людей, то и мир вокруг нас будет добрым и счастливым.

1 вед. Получен от природы дар-

Не мяч и не воздушный шар,

Не глобус это, не арбуз-

Здоровье. Очень хрупкий груз.

2вед. Чтоб жизнь счастливую прожить.

Здоровье нужно сохранить.

Вместе: Мы - за здоровье,

Мы - за счастье,

Мы - против боли и несчастья!

III. Вступительная беседа

1 вед. Что же такое ЗОЖ по вашему мнению? (ОТВЕТЫ). Правильно, соблюдение режима дня, личная гигиена, правильное питание, занятия спортом – все это делает нас здоровыми, бодрыми, работоспособными.

2вед. А что такое привычка? **Привычка** - это то, что мы неизменно повторяем изо дня в день, в отличие от наших ошибок, на которых мы учимся. Вы все знаете, что есть полезные и вредные привычки. А теперь назовите вредные привычки (ОТВЕТЫ).

(Курение, алкоголизм, наркомания, телевизионная и игровая зависимость, употребление нецензурных выражений – сквернословие, интернет-зависимость и еще многие другие).

Все эти привычки мешают жить и порой создают конфликты и проблемы людям.

IV. Основная часть - игровая

Ведущий 1. Сегодня мы с вами поиграем и подробнее поговорим, как же влияют пагубные привычки на здоровье человека. А назвали мы нашу игру «Все о вредных привычках или здоровый образ жизни». Организуем 2 команды. Выберем жюри.

Ведущий 2. Итак, начинаем нашу игру. Вы играли, наверное, в «Крестики-нолики», вот и вспомним эту игру, но немного ее переделаем. Перед вами поле из 9 квадратов. Каждый квадрат содержит задания на разные темы. Если вы выполняете большую часть заданий (60% от общего числа), вы получаете свой знак X или O. Если нет, то его получает противоположная команда.

Ведущий 1 Давайте познакомимся с темами, которые встретятся вам в игре.

Темы: (но не называя номера тем)

1. «Курение убивает!»;
2. «Вредные- полезные привычки»;

3. «Алкоголь - яд»;
4. «Отгадка в загадке»;
5. «Спорт – это жизнь!»
6. «Наркомания – белая смерть»;
7. Стихотворения.
8. «Мы за ЗОЖ».
9. «Физкультура – лучший друг здоровью».

Итак, вы выбираете квадрат под любым номером (кроме 9-го) и узнаете, какое задание нужно выполнить.

1	4	6
2	9	5
7	3	8

1. «Курение убивает!» Ответьте на вопросы:

1. При попадании в больших количествах в организм человека этого яда, содержащегося в табаке, начинаются судороги. Назовите его.
2. Что написано на каждой пачке сигарет?
3. Всемирная организация здравоохранения в 1988 году объявила Всемирный День без табака. Назовите его дату.
4. Почему курящему человеку труднее, чем некурящему, выучить стихотворение?
5. Что такое пассивное курение?
6. Какая поговорка есть про никотин?

2 «Вредные – полезные привычки»

Перед вами листы с надписями привычек. Ваша задача правильно распределить полезные и вредные привычки.

3. «Алкоголь - яд» Ответьте на вопросы:

1. Какие заболевания желудка возникают при злоупотреблении алкоголем?

2. Какой вред наносит будущему ребенку употребляющая алкоголь беременная женщина?

3. Какие клетки являются самыми чувствительными к вредному воздействию алкоголя?

4. Считается, что от этого алкогольного напитка фигура женщины становится похожа на мужскую. Назовите его.

5. Назовите пословицу. Кому море по колено?

4. «Отгадки в загадках» Вам нужно отгадать загадки

1. Круглобока, желтолица, может с солнышком сравниться.

А полезная какая, мякоть сладкая такая!

Мы поклонники отныне королевы поля.....

2. Я шагаю по квартире, приседаю: три-четыре.

И уверен твёрдо я, с нею ждёт успех меня!

3. Он — холодный, он — приятный,

С ним давно дружу, ребята,

Он водой польёт меня,

Вырасту здоровым я!

4. Чтоб здоровье сохранить, организм свой укрепить,

Знает вся моя семья — очень важен

5. Чтоб большим спортсменом стать, нужно очень много знать.

И поможет здесь сноровка и, конечно

5. «Спорт – это жизнь!»

Задание: вам необходимо по картинке определить вид спорта.

6. «Наркомания - смерть» Ответьте на вопросы:

1. Использование нестерильных шприцов наркоманами ведёт к неизлечимой болезни. Какой болезни?

2. Какое воздействие оказывают наркотические вещества на здоровье человека?

3. Каковы социальные последствия наркомании?

4. Почему опасно даже разовое употребление наркотиков?

5. Некурительное табачное изделие, приравненное к наркотическим средствам?

7. «Стихоплёты»

Перед вами рассыпанные строчки стихотворения. Вам необходимо собрать их в правильном порядке, чтобы получилось четверостишие.

8. «Мы за ЗОЖ!»

Вам необходимо всей командой подумать и нарисовать листовку, которая призывает нас всех к ЗОЖ.

9. «Физкультура – лучший друг здоровью»

Задание. Выберите по одному представителю из команды, которому необходимо будет сразиться в армрестлинге. Кто выиграет поединок, та команда и побеждает.

V. Подведение итогов

Ведущий 1. Итак, по итогам игры у нас есть победители. Но это не значит, что другая команда проиграла. Каждый ещё больше узнал о пагубном влиянии вредных привычек на человека. Каждый из вас сегодня проявил свои знания, выдумку, смекалку. И это замечательно.

Ведущий 2.

Ну что ж, мой друг, решение за тобой!

Ты в праве сам командовать судьбой,

Ты согласишься можешь, но отказ,

Окажется лучше в сотню раз.

Ты в праве жизнь свою спасти

Подумай, может, ты на правильном пути!

Но если все-таки успел свернуть,

То потрудись себе здоровье ты вернуть.

Ведущий 1. Каждый человек сам делает свой выбор – быть здоровым или дружить с вредными, пагубными привычками. Смотри – не ошибись!

Вместе: Всем ЗДОРОВЬЯ!

Министерство образования, науки и молодежной политики
Краснодарского края
Государственное бюджетное профессиональное образовательное
учреждение Краснодарского края
«Армавирский техникум технологии и сервиса»

Отзыв

о проведенном внеклассном мероприятии
викторина «Вредным привычкам - нет», преподавателем физической
культуры Алексеевой М.В.

Мероприятие проведено 20.04.2022 в читальном зале для студентов 1 го
курса, проживающих в общежитии.

В игровой форме студентам было показано пагубное влияние на
организм табакокурения, алкоголя, психотропных веществ. Занятие
проводилось среди студентов 1 курса, проживающих в общежитии, и
способствовало развитию коммуникативных навыков и сплочению
студенческого коллектива.

Цель мероприятия – профилактика саморазрушительного поведения
подростков, пропаганда ЗОЖ, информирование молодежи о пагубном
влиянии на здоровье человека вредных привычек. Мероприятие подготовлено
с непосредственным участием студентов, с учетом их интересов.

Преподаватель использовала словесные (интерактивная беседа,
рассказ), наглядные (демонстрация, иллюстрация), игровые методы,
соответствующие возрастным особенностям студентов, уровню их
интеллектуального и личностного развития.

Заместитель директора по УВР

20.04.2022

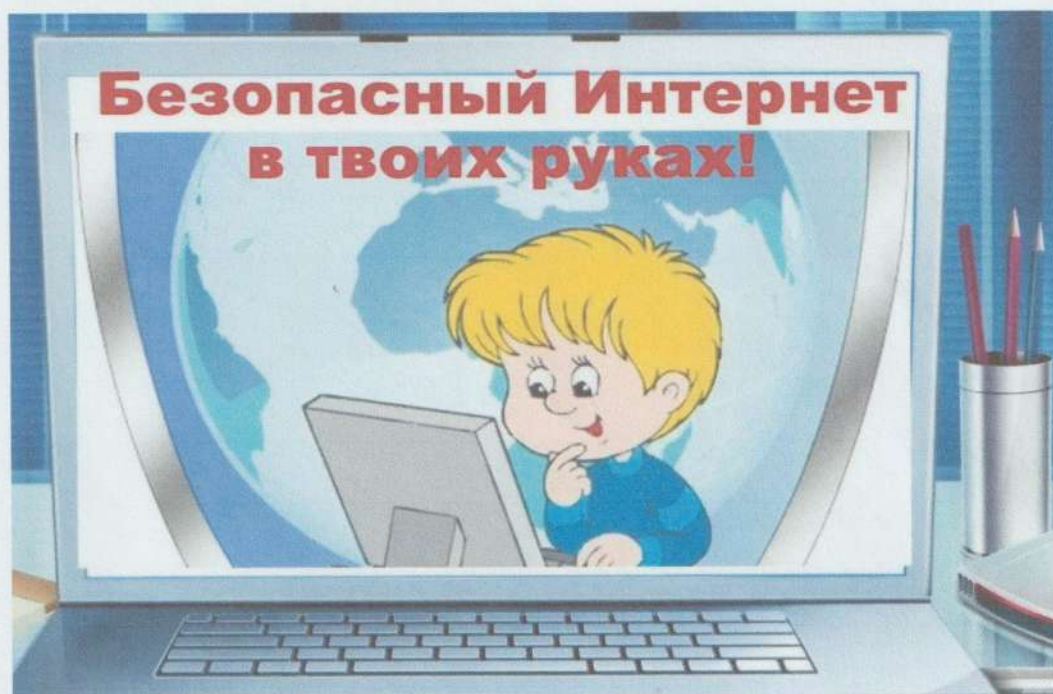


Е.С. Ставицкая

Министерство образования, науки и молодежной политики
Краснодарского края
Государственное бюджетное профессиональное образовательное
учреждение Краснодарского края
«Армавирский техникум технологии и сервиса»

Методическая разработка

**Классный час «ИНТЕРНЕТ — ЭТО БОЛЬШЕ, ЧЕМ
ИГРА — ЭТО ТВОЯ ЖИЗНЬ»**



Разработала преподаватель Алексеева М.В.

Армавир 2022

Сценарий

проведения внеклассного мероприятия «ИНТЕРНЕТ - ЭТО БОЛЬШЕ, ЧЕМ ИГРА - ЭТО ТВОЯ ЖИЗНЬ» для студентов группы 22 – ЧС - 1 (1 курс специальность «Защита в чрезвычайных ситуациях»), дата 14.12.2022

Цель : формирование информационно-коммуникационной культуры и грамотности у обучающихся как фактора безопасности в информационном обществе.

Задачи:

- образовательные: систематизировать знания в области использования интернета; сформировать общее представление о безопасной работе в сети Интернет;

- развивающие: сформировать у студентов навыки безопасной работы в интернете на основании имеющегося у них опыта; привить навыки ответственного и безопасного поведения в современной информационно-телекоммуникационной среде; сформировать критическое отношение к сообщениям и иной информации, распространяемой в сетях Интернет, мобильной (сотовой) связи, посредством иных электронных средств массовой коммуникации;

- воспитательные: воспитывать информационную культуру и толерантное общение при работе в группах; формировать у студентов информационную и коммуникативную компетенции. Оборудование: ПК, проектор, карточки-задания

План мероприятия

1. Организационный момент (1 мин)
2. Вступительное слово (15мин)
3. Практическая часть (20 мин)
4. Подведение итогов. (рефлексия) (5 мин)

Ход мероприятия:

I. Организационный момент Приветствие студентов

II. Выход на тему классного часа через стихотворение:

Ночь. Компьютер. Интернет. Три часа – а сна всё нет. Стук по клавишам и ввод. Из окна в окно проход. Слово. Фраза. И совет. Был вопрос – и есть ответ. ICQ, e-mail'ы сайт, Память в сотни гигабайт. Диалог. Письмо. Рассылка. Форум. Чат. Запрос. И ссылка. Слово. Поиск. Сохранить. Напечатать. Удалить. Ввод. Запрос. Ответ системы. Ящик. Список. Файл «Без темы».

Как вы думаете какая тема нашего классного часа? (слушаем мнение ребят)

Итак, тема нашего классного часа «Интернет – это больше, чем игра - это твоя жизнь» (Слайд 1)

Цель нашего мероприятия заключается в формировании информационно-коммуникационной культуры и грамотности у обучающихся,

как факторе безопасности в информационном обществе. Для достижения цели были выдвинуты следующие задачи. (Слайд 2).

Сегодня интернет стал частью нашей жизни. Мы ищем в Интернете нужную нам информацию, слушаем музыку, смотрим фильмы, общаемся с друзьями, совершаем различные покупки, учимся, работаем. Практически часть нашей жизни уже проходит в Интернете. Ни смотря на то, что интернет — это виртуальная среда, которую невозможно ни потрогать, ни понюхать, ни попробовать на вкус и, на первый взгляд, она выглядит дружелюбно и безопасно, но на самом деле интернет предоставляет свои требования каждому пользователю. Безопасность в Интернете является важным аспектом реальной жизни. Основные правила в интернете надо знать и понимать так же, как то, что нельзя переходить улицу на красный цвет, разговаривать с незнакомыми людьми. Сегодня мы вспомним что необходимо знать пользователю Интернета, на что обращать внимание, к чему относиться с осторожностью. (Слайд3).

II. Основной момент (Практическая часть)

А теперь предлагаю вам поучаствовать в викторине. Перед вами папка с раздаточным материалом. Откройте задание №1

Викторина «Безопасность в сети интернет». Время на выполнения задания 7 - 10 мин. (Слайд 4)

Вопрос 1. Что необходимо помнить, регистрируясь в Интернете?

А. Указать свое настоящее имя и фамилию Б. Придумать себе Ник В. Указать фамилию и имя другого человека Г. Зарегистрироваться на имя родителя.

Вопрос 2. Какое незаконное действие преследуется в России согласно Уголовному Кодексу РФ?

А. Уничтожение компьютерных вирусов Б. Создание и распространение компьютерных вирусов и вредоносных Программ В. Установка программного обеспечения для защиты компьютера.

Вопрос 3. Действуют ли правила этикета в Интернете?

А. Интернет – пространство, свободное от правил Б. В особых случаях В. Да, как и в реальной жизни Г. Сам себе можешь установить такие правила Д. Подчиняешься правилам, установленным твоим кругом общения.

Вопрос 4. Ваш новый знакомый в социальной сети попросил срочно сообщить ему такую информацию: номер телефона, домашний адрес. Что делать?

А. Сообщить человеку нужные сведения Б. Не сообщать в Интернете, а сообщить при встрече В. Посоветоваться со знакомыми

Вопрос 5. На страничке социальной сети тебя оскорбили, обозвали нецензурными словами. Что сделаешь ты в таком случае?

А. Ответишь тоже грубо и с бранью Б. Игнорируешь своего обидчика В. Посмеешься над невоспитанностью своего знакомого Г. Срочно расскажешь об этом своим родителям или учителям

Вопрос 6. В Контакте просят ввести ваш мобильный номер для подтверждения аккаунта. Как вы поступите?

А. Откажусь. Вдруг мне будут присылать смс-спам Б. Откажусь: мне удобнее вводить логин, чем номер телефона В. Введу свой номер, чтобы в случае кражи аккаунта его можно было восстановить с помощью мобильного номера

Вопрос 7. Для предотвращения заражения компьютера вирусами следует:

А. Не пользоваться Интернетом Б. Устанавливать и обновлять антивирусные средства

Вопрос 8. С помощью чего пользователь может попасть в Интернет?

А. Гиперссылки Б. Веб-страницы В. Браузера

Вопрос 9. Как распространяются компьютерные вирусы?

А. Через мышку Б. Посредством электронной почты В. Через клавиатуру

Вопрос 10. Какую информацию нельзя разглашать в Интернете?

А. Мир увлечений Б. Ваш адрес проживания В. Рассказ о встречах с знакомыми и друзьями Г. Рассказ о вашей мечте

Проверим правильно ли вы ответили на вопросы. (Слайд 5).

Заслушиваем ответы студентов.

Молодцы, с первым заданием справились успешно.

С каждым годом молодежи в Интернете становится больше, а подростки - одни из самых активных пользователей Интернета. Между тем помимо огромного количества возможностей Интернет несет и проблемы. (Слайдб)

Возможности сети вам всем знакомы — это социальные сети, онлайн – игры, мобильные устройства. Ну так же существует и ряд проблем, может быть, и неизвестных вам такие как кибербуллинг- получение СМС, содержащих оскорбления, агрессию, запугивание. Фишинг – интернет-мошенничество в сети. Прежде чем перейти к нашей дальнейшей работе мы предлагаем посмотреть вам видеоролики.

А теперь откройте задание №2.

Первая микрогруппа разрабатывает правило безопасности в социальных сетях. Вторая микрогруппа разрабатывает правила безопасности мобильных устройств. Для работы вы используйте памятку «Безопасное использование сети интернет», в которой перечислены советы для безопасности мобильных устройств и социальных сетей.

Время на выполнения задания 5 мин. Каждая микрогруппа озвучивает правила.(каждая микрогруппа дополняет друг – друга). С заданием справились, молодцы!

Памятка

безопасного поведения и общения в сети Интернет



Безопасного путешествия в сети!

III. Подведение итогов мероприятия (рефлексия) Слайд 7

Наш классный час подошел к завершению. Мне понравилось, что вы умеете дружно работать в коллективе, умеете работать с раздаточным материалом. Теперь я уверена, что каждый из вас сможет защитить себя в социальной сети и свой мобильный телефон. Другие правила безопасности мы рассмотрим на следующих наших классных часах.

А теперь я хотела послушать ваше мнение о классном часе. В папке на рабочем столе находятся карточки с вопросами. Слайд 8

Ответьте на вопросы и отметьте тот вариант, который вы считаете верным.

1. Была ли полезной информация на сегодняшнем классном часе? да нет
2. Была ли для вас услышанная на классном часе информация новой? да нет
3. Закончите, пожалуйста, предложение: Самым главным правилом безопасной работы в сети интернет для меня является следующее правило.....

Спасибо за внимание (Слайд 9)

Министерство образования, науки и молодежной политики
Краснодарского края
Государственное бюджетное профессиональное образовательное
учреждение Краснодарского края
«Армавирский техникум технологии и сервиса»

Отзыв

о проведенном классном часе «Интернет – это больше, чем игра- это
твоя жизнь»

Классный руководитель Алексеева Марина Викторовна, преподаватель
физической культуры

Мероприятие проведено 14.12.2022 в актовом зале для студентов группы
22 -ЧС – 1 (1 курс специальность «Защита в чрезвычайных ситуациях»).

Цель проведения мероприятия: формирование информационно-
коммуникационной культуры и грамотности у обучающихся как фактора
безопасности в информационном обществе.

Структура классного часа:

Организационный момент

Вступительное слово.

Практическая часть

Подведение итогов, рефлексия.

Внеклассное мероприятие построено с учетом возрастных и
психологических особенностей студентов. На протяжении всего мероприятия
прослеживалось воспитательное воздействие на студентов. Были созданы
условия для благоприятного психологического климата. Начало классного часа
было обозначено путем постановки проблемного вопроса «интернет – друг
или враг»?

Преподаватель ставила вопросы, которые требовали развития
мыслительной деятельности, работа в группах способствовала развитию
навыков работы в команде.

Цели и задачи проведенного мероприятия реализованы в полной мере.
Использование современных средств обучения эффективно повлияло на
результативность мероприятия, мотивацию студентов, тем самым доказав
достижение поставленных задач.

Заместитель директора по УВР

14.12.2022



Е.С. Ставицкая

Министерство образования, науки и молодежной политики
Краснодарского края
Государственное бюджетное профессиональное образовательное
учреждение Краснодарского края
«Армавирский техникум технологии и сервиса»

СЦЕНАРИЙ

Внеклассного мероприятия

Мы за здоровый образ жизни



Разработала преподаватель Алексеева М.В.

Армавир 2022

Сценарий

Проведения внеклассного мероприятия «Мы за здоровый образ жизни» для студентов группы 22 – ЧС -1 (1 курс специальность «Защита в чрезвычайных ситуациях»), дата 12.10.2022

Цель проведения мероприятия: формирование представления о здоровом образе жизни.

Задачи:

Образовательные

- Вызвать интерес к проблеме здоровья, желание задуматься над тем, что здоровье - самое ценное достояние человека.
- Сформировать представление о значении питания, физической культуры, закаливания в жизни человека.
- Попытаться сформировать мотивацию на нетерпимое отношение к вредным привычкам.

Развивающие

- Развивать умение рассуждать, анализировать, обобщать полученные знания.
- Развивать устную речь учащихся.

Воспитательные

- Воспитывать чувства любви и заботы к собственному организму.
- Формировать студентов коммуникативные навыки.

Ход мероприятия

Звучит музыка.

Слово преподавателя:

Здравствуйте уважаемые студенты

Организаторы мероприятия рады Вас видеть.

Я всем желаю здоровья, поэтому говорю «Здравствуйте».

История слова «Здравствуйте» уходит в далёкое прошлое. Люди желали друг другу здоровья. Мы предлагаем провести наше мероприятие под девизом «Мы за здоровый образ жизни».

Ведущий: В настоящее время в России и в мире стало модно, быть приверженцем здорового образа жизни. Здоровая нация- это залог процветания государства.

Болезнь легче предупредить, чем лечить. Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний направлены на оздоровление нации. ЗОЖ — это очень сложная система, требующая много сил, энергии и дисциплины.

Человек должен следить за своим здоровьем, чтобы приносить пользу семье обществу и государству.

Здоровый образ жизни является одним из способов профилактики заболеваний.

Несоблюдение режима дня, личной гигиены, пассивный образ жизни приводит к снижению работоспособности ухудшения здоровья. Здоровый образ жизни является одним из способов оздоровления нации.

Главные составляющие здорового образа жизни.

- 1) правильное и здоровое питание
- 2) достаточная двигательная активность
- 3) закаливание организма
- 4) избавление от пагубных привычек
- 5) соблюдение режима дня
- 6) личная гигиена
- 7) быть морально устойчивым
- 8) соблюдение техники безопасности .

В понятие «здоровый образ жизни» входят следующие составляющие:

- 1) избавление от пагубных привычек;
- 2) моральная и психологическая устойчивость;
- 3) соблюдение режима дня
- 4) здоровое питание, закаливание; личная гигиена;
- 5) уважительное отношение к окружающим.

Классный час поможет нам разобраться кто за ЗОЖ.

Докладчик 1: Доклад посвящен теме «**Курение и подросток**» - докладчик Шабалин Алексей, студент группы № 22 - ЧС -1

Ведущий: Сегодня мы вместе выведем «Формулу здорового образа жизни».

Самым главным фактором здорового образа жизни принято считать рациональное питание. «Если бы люди ели только тогда, когда они очень голодны, и если бы питались простой чистой и здоровой пищей, то они и не знали бы болезней, и им легче было бы управлять своей душой и телом», - так говорил **Л. Н. Толстой**

В народе говорят: «Любой жует, да не любой живет». Важно есть не только достаточно, но и правильно.

Ведущий: Наш организм должен получать разнообразную пищу, насыщенную белками, жирами, углеводами, а также витаминами и минеральными веществами

Если кто-то простудился,

Голова болит, живот.

Значит, надо подлечиться,

Значит, в путь - на огород.

С грядки мы возьмем микстуру,

За таблеткой сходим в сад,

Быстро вылечим простуду.

Снова будешь жизни рад

Ведущий:

Многие люди используют в лечении народную медицину, лекарственные травы. Давайте проверим, какие лекарственные травы Вы знаете:

1. Эти растения с характерным резким запахом являются хорошим средством в профилактике простудных заболеваний (лук и чеснок)
2. Как используют плоды черемухи? (при расстройстве желудка)
3. Как используют липовый цвет в народе? (чай от простуды и кашля)
4. Этот цветок залечивает раны (алоэ)
5. При каких заболеваниях используют кору дуба? (при заболевании слизистой оболочки рта)
6. Какая трава помогает от 99 болезней? (зверобой)
7. Какую траву любят кошки, какую болезнь лечат этой травой? (валериана, сердечные болезни)
8. Недостаток этого элемента в организме способствует возникновению кариеса? (фтор)
9. Почему в бане парятся березовым веником? (листья убивают болезнетворные микробы)
10. Необычные листья этого дерева выделяют фитонциды, убивающие микробов, лечат от пародонтоза. Их используют для успокаивающих ванн (сосна)

Студент:

Человеку нужно есть,
Чтобы встать и чтобы сесть,
Чтобы прыгать, кувыркаться,
песни петь, дружить, смеяться.
Чтоб расти и развиваться,
И при этом не болеть,
Нужно правильно питаться
С самых юных лет уметь.

Ведущий: Кто может назвать самый главный фактор ЗОЖ.

Ответы детей

Докладчик 2: Доклад «**Подростковый алкоголизм**» - докладчик
Хиштов Руслан группа № 22 – ЧС-1

Ведущий: Для того чтобы вы не забывали соблюдать режим раздаём вам напоминание.

Ведущий: Режим дня является одним из способов соблюдения здорового образа жизни

Закаливание – одна из форм укрепления здоровья человека

1000 лет назад великий врач Древнего Востока Авиценна писал:

С гимнастикой дружи,
Всегда веселым будь,
И проживешь 100 лет,
А, может быть, и более.
Микстуры, порошки –
К здоровью ложный путь.

Природою лечись –

В саду и чистом поле

Лекарство под небом

Подобрать правильно текст к рисунку.

Ромашка - от боли в горле.

Подорожник - от внешних ран.

Лопух - от ушибов.

Малина - от температуры.

Ноготок или календула – от ангины.

Цветок липы – от простуды.

Черника - для зрения.

Крапива – кровоостанавливающее и витаминное средство, ускоряет рост волос.

Ведущий:

-Бездеятельность ослабляет

-Чрезмерная нагрузка вредит

-Регулярная тренировка укрепляет силы.

Ведущий: А вы знаете, что каждый день нужно делать зарядку? Как правильно ее делать? Какой она должна быть? Ответы студентов

Ведущий:

Крошка сын к отцу пришел.

И спросила кроха:

"Что такое хорошо

И что такое плохо?"

Если делаешь зарядку,

Если кушаешь салат

И не любишь шоколадку-

То найдешь здоровья клад.

Если мыть не хочешь уши

И в бассейн ты не идешь,

С сигаретою ты дружишь-

Так здоровья не найдешь.

Нужно, нужно заниматься по утрам и вечерам.

Умываться, закаляться, спортом смело заниматься,

Быть здоровым постараться.

Это нужно только нам!

Докладчик 3: Доклад «Мы против наркотиков» - докладчик

Черненко Полина

Все: Мы выбираем здоровье – здоровый образ жизни

1. Здоровому – всё здорово!

2. Мы выбираем здоровую нацию!

3. Мы выбираем здоровую Россию!

4. Мы выбираем здоровое человечество!

5. Здоровье – это единственная драгоценность!

6. Физкультуре и спорту **Все:** – Да!

7. Вредным привычкам **Все:** – Нет!

8. Физкультура и спорт – это сила наших дней!

Ведущий: Мы достигли нашей цели, и нашли основные составляющие факторы, влияющие на здоровый образ жизни.

На стене добавляется формула:

ЗОЖ= рациональное питание + личная гигиена + режим дня + отсутствие вредных привычек.

Ведущий: Говорить о здоровом образе жизни можно много. Мы с Вами разобрали небольшую часть. В перспективе, я думаю, мы побеседуем ещё.

Ведущий: Сейчас мы проведём небольшую викторину выберем из Вас самого эрудированного в области ЗОЖ

Вопросы к блиц опросу:

1: Короткая глава книги Алена Карра. «Легкий способ бросить курить» называется "Преимущества курения". Воспроизведите содержимое этой главы.

Ответ: Преимущества курения

Комментарий: По мнению автора, никаких преимуществ в курении быть не может. После названия главы идет чистый лист. Правильным ответом является пустой бланк. Формально, название главы тоже можно включить в ее содержимое. Первый вопрос нашего турнира: начнем, так сказать, с чистого листа.

Вопрос 2: Вступающему в Ассоциацию анонимных алкоголиков говорят: "Вам необходимо воздержаться от алкоголя всего один день". А какой именно?

Ответ: Сегодня

Вопрос 3. Монахи аббатства Анжу во Франции на протяжении нескольких лет писали епископу просьбы о разрешении курить во время многочасовых молитв, однако постоянно получали отказ совершать это греховное действие. Но вот появился один монах, который в очередной раз написал епископу и тут же получил разрешение на курение. Что же так повлияло на решение епископа?

Ответ: Монах попросил разрешения на молитвы во время курения.

Вопрос 4: Во времена Петра I была учреждена медаль. Эта медаль считается самой тяжелой и вешалась "злоупотребляющему" на шею так, чтобы он ее не мог снять. Воспроизведите надпись на этой медали.

Ответ: "За пьянство".

Вопрос 5: По мнению специалистов, это — идеальное средство для корректировки веса: 10 минут занятий с ним равноценны по физическим затратам 40 минутам бега. Кроме того, это недорого, занимает очень мало места и позволяет заниматься, когда угодно и где вздумается. В США существует ассоциация этого, которая внесла предложение ввести ЭТО в состав олимпийских видов спорта. А о чем идет речь?

Ответ: о скакалке (вид спорта — прыжки со скакалкой).

Вопрос 6: Некий человек курит сигареты, из которых удалено 96% никотина. Сколько сигарет ему надо выкурить, чтобы получить обычную дозу?

Ответ: 25. **Комментарий:** В каждой сигарете — 4%; $4 \cdot 25 = 100$.

Вопрос 7: Черный ящик. Заботясь о здоровье жителей, власти Манчестера предложили ряду компаний поменять за счет казны некоторые предметы, уменьшив в них количество отверстий. Назовите эти предметы, которые сейчас находятся в черном ящике.

Ответ: Солонки.

Комментарий: Люди посыпают еду солью в основном по привычке, и солонка с меньшим числом небольших отверстий позволит сократить потребление соли. Стоит отметить щедрость городских властей.

Вопрос 8: Закончите анекдот, в котором высмеивается гиподинамия современного человека: "По утрам в семье занимается зарядкой только..."

Ответ: Мобильный телефон.

Вопрос 9: По сообщению газеты "АиФ Здоровье", немецкие ученые 2 года кормили подопытных крыс едой из этого "источника", что привело животных к состоянию сердечной недостаточности. Этот "источник" можно найти по всему миру, а родом он из Америки, ему уже около полувека, и сами американцы, видимо, другого мнения об этом, чем немцы. Что это за "источник" еды?

Ответ: "Макдональдс"

Вопрос 10: Пассажиры электрички, отправляющейся из Ливерпуля в Чингфорд, стали свидетелями весьма примечательного столкновения. В вагоне для некурящих молодой человек с сигаретой весьма вызывающе дымил в лицо сидящей рядом элегантной даме, не обращая внимания на просьбы прекратить. Большинство в такой ситуации просто пересело бы в другой вагон, однако дама поступила иначе, согласно висевшей здесь же инструкции по поведению в вагоне. Как же именно?

Ответ: взяла огнетушитель и одним залпом накрыла юнца вместе с сигаретой.

Комментарий: и поделом!

Вопрос 11: В номере журнала "Здоровье" за февраль 2003 г. была одна статья под заголовком "Ожирение заразно". Изображением к заголовку служил один библейский сюжет, в котором коварный змей искушает Адама и Еву. А что вместо яблока предлагал вкусить змей на этом изображении?

Ответ: Гамбургер.

Вопрос 12: Последний вопрос... Екатерина Образцова рассказывает, что однажды ее бабушка — известный всем Сергей Образцов — решил провести с ней воспитательную работу и, как у маленькой, спросил, что ей подарить, чтобы она бросила курить. Внучка совершенно серьезно сообщила о своих насущных нуждах: "Автомобиль". Бабушка

подумал несколько секунд и ответил одним коротким глаголом.

Назовите этот глагол.

Ответ: "Кури!".

Вопрос 13: На одной социальной рекламе изображен именинный торт с горящими свечками в виде цифр 4 и 2. А что делает дряхлая старуха, изображенная там же?

Ответ: Прикуривает [от них].

Вопрос 14: Знаменитый фельетонист русской эмиграции 20-х годов Дон Аминадо писал, что после трех рюмок коньяку француз переходит на минеральную воду, а русский на... На что?

Ответ: На "ты".

Вопрос 15: Мультфильм "Дым коромыслом" представляет собой сатирическую историю курения от времен Колумба до наших дней. Заканчивается фильм титрами, сообщающими, что автор сценария А. Митяев и режиссер И. Давыдов в процессе работы над фильмом... Что сделали?

Ответ: Бросили курить.

Комментарий: Чего и зрителям желаем, если среди них есть курящие.

Вопрос 16: Перед вами рекламный плакат некой организации. Подпись под ним гласит: "Если вы [ПРОПУСК], то вы знаете, куда обратиться". Заполните пропуск.

Ответ: "... видите две буквы..."

Комментарий: Общество Анонимных Алкоголиков.

Вопрос 17: На форуме специальной страницы сайта "Здоровая Россия" пользователи обмениваются опытом — как легче СДЕЛАТЬ ЭТО.

Согласно статистике, собранной модераторами сайта, два самых популярных помощника — семечки и чупа-чупсы. Что же делают посетители этой спецстраницы?

Ответ: Бросают курить.

Вопрос 18: В одном из американских ресторанов автор вопроса увидел вот такой портрет Ван Гога. Какие два слова были написаны над портретом?

Ответ: Nosmoking. **Зачёт:** Не курить, курить запрещается и т.п. из двух слов.

Комментарий: На оригинальном автопортрете Ван Гог изобразил себя с трубкой. Дизайнер ресторана трубку убрал. Во многих ресторанах в США курить запрещено.

Вопрос 19: Закончите двумя словами высказывание Сергея Довлатова: "Я столько читал о вреде алкоголя! Решил навсегда..."

Ответ: "...бросить читать"...

Вопрос 20: Словацкое агентство "Сория и Грей" выпустило серию рекламных плакатов. Тексты на этих плакатах — "Кто-нибудь видел жену инспектора Коломбо?", "Кто убил доктора Ватсона?", "Сколько выжило из "великолепной семерки"?". На каждом из плакатов более мелким шрифтом были написаны три слова, из которых мы оставили

только последнее — "убивает". Переведите на русский два стертых нами слова.

Ответ: Пассивное курение.

Комментарий: "Пассивное курение убивает".

Вопрос 21: На плакате – надпись «Зомби ненавидят...» Закончите ее двумя словами (по-русски или по-английски).

Ответ: fastfood (фастфуд или быстрюю еду)

Вопрос 22: Известный югославский актер Митич, исполнявший главные роли во многих фильмах про индейцев, — очень спортивный человек. Он ведет здоровый образ жизни, и трюковые эпизоды в фильмах с легкостью исполнял без дублеров. Полушутя он говорил, что был один род эпизодов, при съемке которых он испытывал затруднения. Какие это эпизоды?

Ответ: когда индейцы курят трубку мира

Вопрос 23: В 2013г до 4 декабря на станцию «Выставочная» московского метро можно пройти не за 28 рублей, а за 30... Чего?

Ответ: приседаний

Вопрос 24 В телеигре "Сто к одному" на вопрос "Какой самый любимый урок школьника?" были получены шесть ответов, пять из которых мы вам назовем: физкультура, пение, труд, рисование и перемена. Назовите шестой.

Ответ: Последний. **Комментарий:** Последний вопрос турнира.

Ведущий: Подводим итог нашего блиц опроса

Конкурс плакатов, пропагандирующих здоровый образ жизни

Ведущий: Так давайте пожелаем друг, другу удачи, взявшись за руки. Возьмите сидящего товарища за руки. Поднимите сомкнутые руки вверх!

- Мы хотим быть здоровыми? Не слышу ответ.... (ДА)

- Нам нужны вредные привычки? (Нет!)

Заключительное слово преподавателя:

В заключении хотелось бы пожелать не совершать жизненных ошибок связанных с вредными привычками.

Своё выступление хочу закончить высказыванием академика И. П. Павлова «Здоровье – это бесценный дар природы, оно даётся, увы, не навечно, его нужно беречь. И во многом оно зависит от самого человека, от его образа жизни, условий труда, питания и привычек»

Министерство образования, науки и молодежной политики
Краснодарского края
Государственное бюджетное профессиональное образовательное
учреждение Краснодарского края
«Армавирский техникум технологии и сервиса»

Отзыв

о проведенном внеклассном мероприятии
на тему «Мы за здоровый образ жизни», преподавателем физической
культуры Алексеевой М.В.

Мероприятие проведено 12.10.2022 в группе 22 – ЧС -1 в читальном
зале.

Внеклассное мероприятие познакомило обучающихся с основными
понятиями здорового образа жизни, способствовало развитию
познавательного интереса к проблеме здоровья, было направлено воспитание
чувства любви и заботы к собственному организму. Мероприятие,
направленное на популяризацию здорового образа жизни, прошло интересно,
в непринужденной и доброжелательной атмосфере. Занятие проводилось в
группе студентов 1 курса и способствовало развитию коммуникативных
навыков и сплочению студенческого коллектива.

Само мероприятие подготовлено с непосредственным участием
студентов, с учетом их интересов. Активность, самостоятельность и
инициатива обучающихся проявилась в разработке сценария, поиске
дополнительной информации к заявленной теме.

Преподавателем использовались словесные (интерактивная беседа,
рассказ), наглядные (демонстрация, иллюстрация), практические методы,
соответствующие возрастным особенностям студентов, уровню их
интеллектуального и личностного развития.

Заместитель директора по УВР

12.10.2022



Е.С. Ставицкая

Министерство образования, науки и молодежной политики
Краснодарского края
Государственное бюджетное профессиональное образовательное
учреждение Краснодарского края
«Армавирский техникум технологии и сервиса»

**Методическая разработка
Классный час «Татьянин день – день
студентов»**



Разработала преподаватель Алексеева М.В.

Армавир 2023

Сценарий

проведения внеклассного мероприятия «Татьянин день – день студентов» для студентов группы 22 – ЧС - 1 (1 курс специальность «Защита в чрезвычайных ситуациях»), дата 25.01.2023

Цель:

1. Расширить знания о духовных и исторических ценностях русской культуры, о истории возникновения студенчества .
2. Воспитание духовно-нравственных ценностей на основе примера исторических личностей.
3. Развитие мышления, воображения учащихся.
4. Воспитание познавательной активности, интереса и инициативы.

Задачи:

1. Стимулировать интерес к истории.
2. Создать условия для коммуникативных навыков.
3. Создать условия для развития памяти, внимания, воображения.
4. Способствовать развитию культуры взаимоотношений при работе в парах, группах, коллективе.

План проведения:

1. История Дня студентов
2. Особенности студенческого праздника.
3. Святая Татьяна – покровительница студенчества

Ход классного часа

1. Вступительное слово преподавателя
2. Просмотр презентации и видеороликов (сопровождается комментариями ведущих)
3. Праздничное чаепитие, шуточные конкурсы.

Татьянин день – день студентов!

(Сценарий)

1 слайд

1 вед. Добрый день, дорогие друзья! Мы рады видеть всех вас!

2 вед. Сегодня мы отмечаем праздник для всех нас – День студентов! Самое интересное, что история студенчества известна ещё со времен Античности. Хотя тогда не было такого слова. Все знаменитые философы были окружены учениками, и слово студент не использовалось.

2 слайд

1 вед. В Древнем Риме и в Средние века студентами назывались любые лица, занятые процессом познания. С организацией в 12 веке университетов, термин стал употребляться для обозначения обучающихся. Студентов в те времена называли школярами. В ранний период Нового времени появилось латинское обозначение: studiosus, что означает «интересующийся». Немного позднее появилось слово studente. И сохраняется оно до сих пор.

3 слайд

2 вед. В средневековье из одного университетского города в другой бродили странствующие студенты, чтобы слушать лекции разных знаменитостей. Их называли вагантами, и в пути они не редко сочиняли стихи и песни. Их с удовольствием распевают и современные студенты, как в Европе, так и у нас.

Звучит песня: «Из вагантов»

4 слайд

1 вед. Студенческая жизнь у многих, как правило, ассоциируется с общежитием, зубрежкой, полуголодным существованием и, конечно, весельем.

2 вед. Если обратиться к периоду Средневековья и более поздних эпох, то становится ясно, что все не так уж и изменилось. Вот только за провинности учащихся наказывали плетью, а обряд посвящения в студенты походил на издевательства.

5 слайд

1 вед. Считалось, что занятия лучше запоминаются, если студента периодически поколачивать. Сохранилось очень много средневековых пособий, в которых учащихся рекомендовалось пороть, бить плеткой или таскать за уши.

6 слайд

1 вед. Долгие годы студенты разных стран не имели общего праздника. В каждой стране формировались собственные праздничные традиции. Но всех студентов объединяло стремление к знаниям и тяга грызть гранит науки!

2 вед. В Германии еще в начале нашего века студенты считались самыми большими забияками. По любому поводу и даже совсем без повода они затевали дуэли.

1 вед. А кто же такие студенты? Это молодые люди, умудряющиеся жить с размахом. Они отдыхают тогда, когда все работают, и работают когда все отдыхают.

2 вед. Основные потребители шариковых ручек и общих тетрадей, которые по мере их превращения в конспект становятся общими в буквальном смысле слова.

1 вед. Шпаргалки (в переводе – «ненужные бумажки»), появились вместе с кубинскими студентами. Кстати, на Кубе студент, застигнутый «на месте преступления», подлежит немедленному отчислению.

2 вед. «А что же ещё общего у всех студентов?» —спросите вы. Конечно, зачёты и экзамены сдавали студенты во все времена. Лекции, семинары, зачётные книжки, конспекты, да много чего!

1 вед. А главное, что студенческая пора – это самая веселая пора. На лице любого человека, который вспоминает этот период своей жизни, появляется улыбка. Ведь студенты с одной стороны еще дети, которые пытаются все делать «как взрослые», а с другой - взрослые, которые веселятся по - настоящему – по-детски!

2 вед. Что-то мы совсем забыли про стипендию. А ведь студенты и деньги – вещи совместимые. Правда, редко и не на долго.

1 вед. Вот-вот. Знаешь приметку? Если ласточка летит хвостом вперёд – значит к повышению стипендии.

2 вед. А еще есть пару примет, может все-таки стоит верить в них? Вот например,

Нельзя мыть голову перед экзаменом. Помыл голову - забыл всё что выучил, так же нельзя бриться.

2 вед. Кстати, все гигиенические приметы имеют под собой вполне логичное объяснение. Преподаватель, увидев, что вы чистые и ухоженные, не поверит, что вы так усердно готовились. Вид студента на экзамене, должен быть уставшим, как после ночи зубрёжки, даже если этого не было.

1 вед. Ходить на экзамены в одной и той же одежде, которая "приносит удачу"

2 вед. Билет на экзамене надо брать левой рукой если ты правша и правой если левша, тут главное только не перепутать.

1 вед. Вот еще есть одна забавная примета: студента, который ничего не знает или выучил только один билет, все приятели должны поцеловать в нос. На счастье.

2 вед. Запомните главное! Спать перед экзаменом надо на учебнике или на конспектах, чтобы материал проник в голову.

7 слайд

1 вед. Студенты всегда были самой активной частью общества, выступая за свободу, справедливость, права человека.

2 вед. Но только в XX в. студенты всех стран обрели свой праздник.

8 слайд

1 вед. Во всем мире признано проводить день студента 17 ноября. Этот день имеет более траурный характер, нежели праздничный. История гласит о событиях, произошедших в оккупированной фашистами Чехословакии. Все началось с митинга студентов в октябре 1939 года, в годовщину образования Чехословацкого независимого государства.

9 слайд

2 вед. Фашисты жестоко разогнали демонстрацию, а 17 ноября начали штурм университетов и общежитий. Тысячи человек были арестованы и брошены в концлагеря.

10 слайд

1 вед. Поэтому в 1942, в Лондоне, на международной встрече студенческого общества было принято единогласное решение постановить 17 ноября международным Днем студента.

11 слайд

2 вед. В России празднование дня студента имеет собственную многовековую историю.

12 слайд

2 вед. Ежегодно 25 января православная церковь отмечает день святой великомученицы Татьяны Римской.

13 слайд

1 вед. Имя святой Татьяны в России не было особо известно и могло таковым и оставаться, если бы не события, произошедшие в России в 1755 году. Великий русский ученый М.В.Ломоносов длительное время ходатайствовал об открытии в России своего университета.

14 слайд

2 вед. Осуществить эту идею ему помог известный коллекционер, покровитель ученых и меценат Иван Иванович Шувалов. Идя навстречу Ломоносову, которого он уважал как ученого и даже считал своим другом, 25 января 1755 года, в день рождения своей матушки - Татьяны, Шувалов обратился к императрице с прошением подписать указ о создании в Москве первого российского университета.

Так как Шувалов был фаворитом императрицы Елизаветы, она ему не отказала. Указ "Об учреждении Московского университета" был подписан Императрицей Всея Руси Елизаветой Петровной в тот же день 25 января 1755 года

15 слайд

1 вед. Вот так день ангела Татьяны Шуваловой стал днем появления в России нового сословия - студенчества. С тех пор день Святой Татьяны стали считать днем Российского студенчества, а саму Татьяну Римскую покровительницей всех студентов России.

16 слайд

1 вед. В 1791 году в Московском университете для студентов и преподавателей университета была построена церковь в честь Святой Татьяны. Здесь каждый год 25 января проходили празднования дня Святой Татьяны с годами превратившийся в день русского студенчества.

17 слайд

2 вед. После праздничной молитвы и официальной церемонии празднования Татьяниного дня, все бывавшие на служении отмечали этот праздник в ближайших увеселительных заведениях. В день студента гуляла вся Москва.

18 слайд

1 вед. Вино текло рекой и здесь можно было встретить за одним столом и студента первокурсника и седого профессора, который тоже, когда то был студентом. Особенно популярным в этот день был престижный ресторан «Эрмитаж» на Трубной, где сейчас располагается Театр современной пьесы.

19 слайд

2 вед. Во второй половине XIX века Татьянин день становится неофициальным студенческим праздником. Он стал праздником русской интеллигенции, культуры и просвещения.

1 вед. В 2006 году по Указу Президента Российской Федерации В. Путина, Татьянин день признан официальным праздником - Днем Российского студенчества.

20 слайд

Жизнь У Студента То гуляет То гранит	лихая, каждый до наук	удалая год. упада, грызет.	Плачут, Изучают Чтоб на Получить	бедные материал, «госах», высокий	Студенты, непрененно, балл.
После лекции, Уплетает Он зачет Если крупно	в бутерброд. получит повезет.	буфете, завтра завтра	Тяжело Но, Вас С радостью	всегда в любой к себе	в учебе, потом работодатель возьмет!
У Студентов Просто - «Подготовиться Или в клуб	дел по кругом к докладу, сперва???».	по горло, голова. докладу, сперва???».	Веселись Улыбайся Но, Ты,	Студент и завтра смотри,	сегодня, гуляй, на учебу, не забывай!
Не жалеют Нынче нашу Даже с маленькой На экзамен	педагоги молодежь, шпаргалкой не пройдешь.	педагоги молодежь, шпаргалкой не пройдешь.	Будь Не шути И все двери Распахнутся	внимателен, своей в этом мире пред тобой!!!	усидчив, судьбой, С ДНЕМ СТУДЕНТА!!!!!!)

21 слайд

1 вед. И снова в России веселятся студенты, празднуя свой праздник - Татьянин день.

2 вед. А заодно поздравляют всех девочек, девушек и женщин, которых зовут Татьяна.

Министерство образования, науки и молодежной политики
Краснодарского края
Государственное бюджетное профессиональное образовательное
учреждение Краснодарского края
«Армавирский техникум технологии и сервиса»

Отзыв

о проведенном внеклассном мероприятии
на тему «Татьянин день – день студентов», преподавателем физической
культуры Алексеевой М.В.

Мероприятие проведено 25.01.2023 в группе 22 – ЧС -1 в читальном зале.
Цель классного часа: расширить знания о духовных и исторических
ценностях русской культуры, о истории возникновения студенчества.

Задачи: развитие коммуникативных навыков студентов, способствовать
развитию культуры взаимоотношений при работе в коллективе.

Внеклассное мероприятие познакомило студентов с историей
возникновения праздника, способствовало развитию познавательного
интереса к историческим личностям, было направлено на воспитание
познавательной активности, интереса и инициативы. Мероприятие, прошло
интересно, в непринужденной и доброжелательной атмосфере. Занятие
проводилось в группе студентов 1 курса и способствовало развитию
коммуникативных навыков и сплочению студенческого коллектива.

Само мероприятие подготовлено с непосредственным участием
студентов, с учетом их интересов. Активность, самостоятельность и
инициатива обучающихся проявилась в разработке сценария, поиске
дополнительной информации к заявленной теме.

Преподавателем использовались словесные (интерактивная беседа,
рассказ), наглядные (демонстрация, иллюстрация), практические методы,
соответствующие возрастным особенностям студентов, уровню их
интеллектуального и личностного развития.

Заместитель директора по УВР

25.01.2023



Е.С. Ставицкая

Министерство образования, науки и молодежной политики
Краснодарского края
Государственное бюджетное профессиональное образовательное
учреждение Краснодарского края
«Армавирский техникум технологии и сервиса»

СЦЕНАРИЙ

классного часа

НАВСТРЕЧУ СЕБЕ



Разработала преподаватель Алексеева М.В.

Армавир 2023

Сценарий

проведения внеклассного мероприятия «Навстречу себе» для студентов группы 20 - ЧС (3 курс специальность «Защита в чрезвычайных ситуациях»), дата 15.03.2023

Классный час: "Навстречу себе»

Цели:

- расширить представление обучающихся о самопознании, саморазвитии, самоопределении;
- формировать положительную нравственную оценку таких качеств, как целеустремленность, воля, настойчивость, желание работать над собой;
- способствовать формированию адекватной самооценки;
- побуждать детей к анализу своих поступков, мыслей, чувств, к самонаблюдению, самопознанию, самосовершенствованию.

Ход классного часа

I. Вступительное слово "Знаем ли мы себя?"

Студенты знают много формул, теорем, правил, законов, могут решать трудные задачи и давать оценку литературным персонажам, но далеко не каждый может ответить на простые вопросы: кто я? какой я? каким я хочу быть? что думают обо мне другие? Сегодня мы будем учиться отвечать на эти вопросы.

II. Интерактивная беседа по теме "Зачем нужна самооценка?"

-Великий немецкий поэт И.В. Гете утверждал: "Умный человек не тот, кто много знает, а кто знает самого себя". Можете ли вы считать себя умными людьми? (Ответы студентов)

Что можно узнать о себе?

Примерные ответы учащихся:

1. Свои физические возможности, состояние здоровья.
2. Свои таланты, способности (умственные, творческие).
3. Свой характер, темперамент, волю.
4. Свои вкусы, привычки.
5. Свои сильные и слабые стороны.

- Узнавать себя нужно, чтобы объективно оценить свои способности и возможности. А что это даст? Зачем вообще нужна правильная самооценка?

Примерные ответы детей:

1. Узнать призвание.
2. Избежать ошибок и разочарований.
3. Правильно вести себя с окружающими.
4. Не браться за невыполнимые дела.
5. Правильно определить цель в жизни.

- Действительно, человек, который объективно оценивает свои способности и возможности, сможет безошибочно выбрать свое призвание, определить цель в жизни. Такому человеку легче избежать крушений жизненных планов, разочарований, ошибок. И если возникнут неприятности, он будет искать причину не в других, а в себе.

III. Работа в группах по теме "Определение уровня самооценки"

-А как же можно узнать человека с правильной самооценкой? На доске я составила таблицу признаков людей с разной самооценкой. Но признаки перепутаны. Как правильно разместить слова в колонках? Предлагаю обсудить этот вопрос в группах (по рядам, можно объединиться по 2 пары). Нужно собрать по 4 признака людей с разной самооценкой. Первая группа - с завышенной, вторая - с заниженной и третья - с объективной самооценкой. Выбранные признаки вы должны записать на листочках бумаги. Правильные ответы мы прикрепим к таблице. Дополнительное условие - обосновать свой выбор.

Самооценка		
Завышенная	Заниженная	Объективная
	Высокомерие	
Уверенность в себе	Наглость	Пассивность
Вспыльчивость	Обидчивость	Уравновешенность
Скромность	Чувство	Самоуверенность
Трусливость	собственного	Внушаемость
	достоинства	

(В течение 3-5 минут студенты работают)

-Время истекло, слушаем мнения групп.

(Отвечают, обосновывают свой выбор. Правильные ответы прикрепляют скотчем в соответствующие колонки таблицы.)

Записи на листках

Завышенная: высокомерие, самоуверенность, нахальство, вспыльчивость.

Заниженная: пассивность, обидчивость, внушаемость, трусливость.

Объективная: уравновешенность, уверенность в себе, скромность, чувство собственного достоинства.

Самооценка		
Завышенная	Заниженная	Объективная
высокомерие	пассивность	уравновешенность
самоуверенность	обидчивость	уверенность в себе
нахальство	внушаемость	скромность
вспыльчивость	трусливость	чувство собственного
		достоинства

-Что можно посоветовать человеку с завышенной самооценкой? (Быть более самокритичным, научиться видеть свои слабости, не считать себя выше других и т. п.)

- Что можно посоветовать человеку с заниженной самооценкой? (Заняться спортом, победить свою трусость, научиться говорить "нет" и т. п.)

- Что можно посоветовать человеку с объективной самооценкой? (Не терять уверенности в себе, продолжать работать над своими недостатками, не хвастаться своими достоинствами и т. п.)

IV. Проблемная ситуация "Как себя оценить? "

-Со стороны легко определить, какая у человека самооценка, а вот самому себя оценить труднее. Вот послушайте рассказ о проблемах одного студента. Семья (папа, мама) считают, что Ваня - самый сильный и успевающий студент колледжа. Но все преподаватели постоянно к нему придираются и ставят тройки, как и его друзьям, которых Ваня считает намного глупее себя. Мальчишки, правда, так не считают, и даже сказали Ване, что тот слишком высокого о себе мнения. То же самое говорила и бывшая девушка Вани, с которой он поругался. Ваня теперь с ними со всеми не разговаривает. Он считает, что все ему просто завидуют. А вот когда она станет знаменитым на весь мир спортсменом, тогда им всем докажет, что они ему в подметки не годятся!

-Правильно ли оценивал себя Ваня? Какие ошибки он совершил, оценивая себя?

Примерные ответы:

- Судил о себе по мнению родителей.
- Учебные неудачи объяснял придирками преподавателей.
- Сравнивал себя не с более сильными, а с более слабыми. Требовательно относился к другим, к себе - снисходительно.
- Не прислушивался к критике, три человека ему говорили одно и то же, а он не сделал выводов.

- Поругался с друзьями, которые говорили о его недостатках.

- Ставил себе нереальные цели.

Как правильно оценить себя?

1. Судите о себе по делам.
2. Сравнивайте себя с теми, кто лучше вас.
3. Тот, кто вас критикует - ваш друг.
4. Критикует один - задумайтесь.
Критикуют два - проанализируйте свое поведение.
Критикуют три - переделывайте себя.
5. Строго относитесь к себе и мягко - к другим.

V. Работа с понятиями: цели, принципы, идеалы

Цели

-Многие не могут определить свои цели, принципы, идеалы. Я думаю, они просто плохо представляют себе, что это такое. Давайте разберемся с этими понятиями. Жизненные цели - что это такое? (Это мечта. То, к чему человек стремится.)

Зачем нужно ставить перед собой цели? (Чтобы к чему-то стремиться, чтобы был смысл жизни.)

Сколько целей может быть у человека?

Какие же бывают цели в жизни? (Могут быть краткосрочные, долгосрочные цели.)

Примерные ответы:

- Богатство, слава, власть.
- Стать мастером своего дела, чтобы все тебя уважали.
- Быть просто хорошим человеком, любить людей.
- Создать хорошую семью, построить дом, посадить дерево, вырастить детей.
- Жить для себя: учиться, развиваться, путешествовать.
- Принести пользу людям, жить для людей.
- Найти свою любовь.
- Жить для удовольствия, наслаждения.
- Совершить научное открытие, найти лекарство от неизлечимой болезни.

-Ученые говорят, что жизненная цель дает человеку силы, он начинает что-то делать для достижения этой цели, и в конце концов его мечты сбываются. Но жизненные цели бывают разные. Одни дают силы на всю жизнь, а другие только на короткий период. Как вы думаете, какие цели могли бы стать целями всей жизни? (Студенты отвечают.)

Говорят, что достигнуть цели совсем не трудно: надо просто каждый день делать к этой цели хотя бы один шаг. Иначе эта цель так и останется мечтой.

Принципы

- Но даже самая красивая цель может быть человеком отвергнута, если нужно поступаться принципами. Жизненные принципы — это убеждения, взгляд на вещи, жизненные правила. Какие бывают принципы?

-Есть люди, которые руководствуются принципами, например: "Человек человеку - волк" (закон джунглей) "Не верь, не бойся, не проси" (тюремный закон), "Бери от жизни все!", "После нас - хоть потоп!" и т. п. Какие еще вы знаете принципы? (Высказывания студентов)

-Зачем нужны принципы? Может ли человек изменять свои принципы в течение жизни? Бывают ли люди без принципов? (Дают ответы).

В истории много примеров, когда за принципы люди сознательно шли на смерть, если ценой жизни было предательство - веры, Родины или друзей, ведь изменить своим принципам - значило потерять себя как человека, потерять уважение к себе. Можете ли вы привести примеры? (Высказывания студентов)

Идеалы

-Идеал - совершенное воплощение чего-то, что составляет высшую цель деятельности, стремлений. Я прочитаю качества идеальных людей. Представьте себе, что нужно выстроить их в порядке убывания. Какие качества вы бы поставили на первое место? (записывают на листах, ранжируют)

Идеал мужчины: привлекательность, верность, мужественность, деликатность, понимание.

Идеал женщины: обаяние, верность, женственность, хозяйственность, уступчивость, понимание.

Идеал гражданина: коллективизм, патриотизм, национальная честь и достоинство, совесть, мужество, ответственность.

Идеал работника: профессиональная компетентность, высокая работоспособность, организованность и деловитость, деловое сотрудничество и самодисциплина, требовательность к себе и другим, культура труда и бережливость, потребность к самообразованию, самосовершенствованию.

(Обсуждение)

VI. Составление самохарактеристики

-Сейчас, когда мы разобрали что есть самооценка и как она формируется, разобрали что такое цели, принципы и идеалы и определились что для каждого ближе, я попрошу вас составить самохарактеристики. Для этого прошу вас ответить на вопросы анкеты.

(Психолог читает вопросы анкеты, разъясняет их смысл, студенты дают ответы.)

Анкета "Самохарактеристика"

1. Ваш внешний вид. (Довольны ли вы своей внешностью?)
2. Убеждения и идеалы. (Есть ли у вас принципы? К чему вы стремитесь в жизни?)
3. Способности и интересы. (Что вас интересует больше всего, что у вас получается лучше, какие книги вы читаете?)
4. Отношение к труду. (Какую работу вы выполняете с удовольствием, а какую делаете нехотя? Есть ли у вас трудовые обязанности в семье?)
5. Нравственно-волевые качества. (Какие человеческие качества вы считаете самыми ценными; какие самыми отвратительными? Кто ваш любимый герой? Кому и в чем вы хотели бы подражать?)

Кто хочет, может оставить анкету у себя. Надеюсь, она поможет вам в вашей самооценке.

(Желающие сдают анкеты.)

VII. Игра "Маска, я тебя знаю!"

-С разрешения некоторых ребят я вам сейчас прочитаю их творения. А вы попробуйте угадать, кто автор этой характеристики.

VIII. Заключительное слово

Как известно, все люди уникальные, но осознать эту уникальность многие не могут или не хотят. А для этого нужно всего лишь познать себя, дать себе объективную оценку. Оказывается, это совсем непросто. И даже составить объективную характеристику будучи на 3 курсе удастся немногим. Процесс познания себя у каждого свой, индивидуальный, неповторимый. Он будет длиться всю жизнь. С познания себя начинается и познание других людей, и познание мира, и познание смысла жизни.

IX. Подведение итогов (рефлексия)

Министерство образования, науки и молодежной политики
Краснодарского края
Государственное бюджетное профессиональное образовательное
учреждение Краснодарского края
«Армавирский техникум технологии и сервиса»

Отзыв

о проведенном классном часе

«Навстречу себе», преподавателем физической культуры Алексеевой М.В.

Мероприятие проведено 15.03.2023 в читальном зале для студентов 3 го курса, группа 20 -ЧС, обучающихся по специальности «Защита в чрезвычайных ситуациях».

Цель проведения мероприятия: целью данного классного часа является расширение представления обучающихся о самопознании, саморазвитии, самоопределении; формирование положительной нравственной оценки таких качеств, как целеустремлённость, воля, настойчивость, желание работать над собой; формирование адекватной самооценки; побуждение к анализу своих поступков, мыслей, чувств, к самонаблюдению, самопознанию, самосовершенствованию.

Внеклассное мероприятие построено с учетом возрастных и психологических особенностей студентов. Структура занятия:

Организационный момент – вступительное слово.

Содержательная часть – интерактивная беседа по теме «Зачем нужна самооценка»

Рефлексия.

Все методы, использованные на мероприятии, имели коррекционно – развивающий характер. Преподаватель использовала словесные (интерактивная беседа, рассказ), наглядные (демонстрация, иллюстрация), игровые методы, соответствующие возрастным особенностям студентов, уровню их интеллектуального и личностного развития.

Цели классного часа реализованы в полной мере. Использование современных средств обучения эффективно повлияло на результативность мероприятия, мотивацию студентов, тем самым доказав достижение поставленных задач.

Заместитель директора по УВР
15.03.2023



Е.С. Ставицкая

Министерство образования, науки и молодежной политики
Краснодарского края
Государственное бюджетное профессиональное образовательное
учреждение Краснодарского края
«Армавирский техникум технологии и сервиса»

СЦЕНАРИЙ

классного часа

КРЫМ И РОССИЯ – 10 ЛЕТ ВМЕСТЕ



Разработала преподаватель Алексеева М.В.

Армавир 2024

Классный час

Тема: «Крым и Россия – 10 лет вместе»

Цели мероприятия:

- формирование гражданско-патриотических и духовно-нравственных качеств учащихся;
- познакомить обучающихся с историей воссоединения России и Республики Крым;
- развить и углубить знания об истории и культуре России.

Задачи:

- способствовать формированию представления об истории Крыма как части российской территории;
- развивать гражданственность и национальное самосознание учащихся на основе исторических событий, связанных с воссоединением Крыма с Россией.

Форма проведения: классный час

План мероприятия:

1. Вступительная часть (Приветствие, постановка целей и задач).
2. Основная часть (Историческая справка о полуострове Крым, история подписания договора о присоединении Крыма, значение данного события. Открытие Керченского моста. Викторина, посвященная полуострову Крым).
3. Заключительная часть (Подведение итогов).

1. Вступительная часть

Педагог:

Здравствуйте! 18 марта 2024 года вся страна отмечает годовщину события, которое изменило ход истории. Десять лет назад Крым воссоединился с Россией. 18 марта 2014 года волю народа официально закрепили подписанием договора в Кремле.

Сегодня наше мероприятие посвящено десятилетию воссоединения Крыма с Россией. В преддверии празднования Дня воссоединения Крыма с Россией мы поднимем тему мужества, чести и доблести нашего народа, вспомним историю данного события.

2. Основная часть

Педагог

Полуостровов Крым расположен на юге Восточной Европы, занимает выгодное экономико-географическое и стратегическое положение. На севере полуостров соединен с материком узким (7 - 23 км) Перекопским перешейком. С запада и юга полуостров омывают Черное море, с востока - Керченский пролив, а с северо-востока - воды Азовского моря и его залива.

Современное название полуострова, по наиболее распространенной версии, происходит от тюркского слова «кырым» - вал, стена, ров. До XIII века полуостров носил название Таврика (по имени проживавших здесь древних племен тавров), с XIII века - Крымский улус. Сюда постоянно устремлялись из

разных частей Европы и Азии переселенцы, колонисты и завоеватели. В разные эпохи это были скифы, греки, готы, гунны, византийцы, хазары, половцы, гунуэзцы, монголы, турки и т. д.

История Крыма издавна была связана с историей России. Крым и Россия имеют давние исторические и культурные связи.

Педагог:

Согласно статистике, на 2014 г., население республики Крым составляет - 1967200 человек, преобладающей национальностью являются - русские. С приходом к власти на Украине националистических сил создавалась угроза для жизни русскоязычного населения. Русским жителям открыто угрожали и требовали покинуть Украину. Русских избивали, унижали, запрещали говорить на родном языке, были прекращены все телепередачи из России. 27 февраля 2014г. , парламент Крыма принял решение о проведении референдума, на котором был поднят вопрос об отделении полуострова от Украины. 16 марта 2014 г. в Крыму прошел референдум о статусе республики. По итогам референдума 96,7% крымчан проголосовали за присоединение к России. 18 марта 2014г. Россия подписала договор о присоединении Крыма и города Севастополя к территории страны. Церемония подписания состоялась в Большом Кремлевском дворце.

Педагог

Каково же значение данного события:

- восстановление исторической справедливости по отношению к Крыму;
- реализация волеизъявления крымского народа;
- укрепление России на Черном море;
- возвращение позиций на Черном море;
- обеспечение безопасности южных границ страны. Срыв планов НАТО о продвижении на Восток. Яркое доказательство США и всему мировому сообществу возрожденной политической мощи России, необходимости считаться с её мнением;

В.В. Путин говорил: «В Крыму буквально все пронизано нашей общей историей и гордостью. В Крыму - могилы русских солдат, мужеством которых Крым в 1783 году был взят под российскую державу. Крым — это Севастополь, город великой судьбы, город-крепость и родина русского черноморского военного флота. После тяжелого, длинного, изнурительного плавания Крым и Севастополь возвращаются в родную гавань, в порт постоянной приписки – в Россию. Мы все преодолеем, мы все решим, потому что мы вместе. Слава России!»

Педагог

За эти годы полуостров добился немалых результатов и значительно преобразился. И одним из самых главных событий в Крыму - открытие Крымского моста и строительство трассы Таврида.

Ещё совсем недавно попасть в Крым из материковой части России можно было или на самолете, или на пароме. Только сделать это не всегда возможно было из-за плохой погоды, когда шторма останавливают паромную

переправу и вынуждают людей ожидать улучшения погодных условий, чтобы попасть в Крым или на материк.

Для России мост через Керченский пролив являлся необходимостью, поскольку он обеспечит беспрепятственное сообщение с Крымским полуостровом невзирая на погодные условия.

«Нужно построить известный мост, который бы связал Крым с Кавказом, с территорией Российской Федерации. Это можно и нужно сделать в максимально короткие сроки» - отмечал президент РФ В. В. Путин.

Среди главных событий 2018 года - открытие Керченского моста.

Педагог:

Предлагаю вам провести небольшую викторину, посвященную полуострову Крым. Вопрос – ответ.

1. Назовите поэтов и писателей в чьем творчестве отразились красоты Крыма. (А.С. Пушкин, М.Ю. Лермонтов, Л.Н. Толстой)
2. Где находился Ханский дворец? (Бахчисарай)
3. Назовите древние города Крыма. (Херсонес, Феодосия, Керчь)
4. В каком году Крым был передан Украине? (1954 г.)
5. В каком городе князь Владимир принял крещение? (Херсонес)
6. Назовите столицу Республики Крым. (Симферополь)
7. Назовите города-герои Крыма. (Севастополь, Керчь)
8. Как назывался Крым в древние времена? (Таврида)

Педагог. «Русскую весну» как символ возрождения, возвращения к жизни и начала цветения можно справедливо отнести к жизни крымчан в последние годы.

После воссоединения с Россией на полуострове началось масштабное строительство.

Педагог. Вспомните пожалуйста, количество объектов строительства в Крыму за последние 10 лет.

Обучающиеся находят и называют построенные с 2014 года объекты на территории Крыма.

1. Крымский мост
2. Трасса «Таврида»
3. Аэропорт «Симферополь»
4. введение в эксплуатацию Таврической и Балаклавской ТЭС;
5. Клиническая больница имени Семашко
6. Строительство религиозных сооружений в Крыму с 2014 года Кафедральный Александро-Невский Собор Соборная мечеть в Симферополе
7. В Крыму за десять лет с Россией построено 525 спортивных площадок, а также два физкультурно-оздоровительных центра и Дворец водных видов спорта в Симферополе. В настоящее время здесь занимаются 500 детей.
8. реконструкция Международного детского центра «Артек»;
9. восстановление санаторно-курортных зон;

10. строительство жилых домов, общественных зданий, школ, больниц (В 2022 году введены более 855 тыс. кв. м. жилья, до 2024 года планируется построить около 2,6 млн кв. м.; в 2022 году было построено 10 новых детских садов и 20 отремонтировано, в 2023 году в Крыму построят и реконструируют 46 детских садов);

Педагог Прошло уже 10 лет с тех пор, как Крым вернулся домой. Сегодня крымчане уверены в завтрашнем дне, они – часть Великой державы. Воссоединение с Россией задало высокий темп развития Крыма и Севастополя. За это время были реализованы проекты, которые невозможно было осуществить до воссоединения с Россией.

Педагог. Почему для нас, россиян, важно сохранение Русского мира, восстановление исторической справедливости? Проиллюстрируйте этот тезис современными примерами.

Ответы обучающихся

3. Заключительная часть

Педагог:

Сегодня мы с вами говорили о полуострове Крым. В ходе проведения сегодняшнего мероприятия мы еще раз убедились в неповторимости нашей удивительной страны, поговорили о мужестве нашего народа, в независимости от национальности. И в заключение данного мероприятия, я хочу поздравить Крым с возвращением домой и пожелать ему дальнейшего процветания. «Крым-Россия, мы вместе!»

Министерство образования, науки и молодежной политики
Краснодарского края
Государственное бюджетное профессиональное образовательное
учреждение Краснодарского края
«Армавирский техникум технологии и сервиса»

Отзыв

о проведенном классном часе «Крым и Россия – 10 лет вместе»
Классный руководитель Алексеева Марина Викторовна, преподаватель
физической культуры

Мероприятие проведено 19.03.2024 в актовом зале для студентов групп
22 -ЧС – 1 (2 курс специальность «Защита в чрезвычайных ситуациях»), 23 –
ТЭК (1 курс специальность «Товароведение и экспертиза качества
потребительских товаров»).

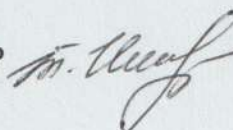
Классный час сопровождался презентацией по многовековой истории
Крыма. История Крыма была представлена с заселения полуострова. Вначале
на экране дана была панорама Крыма из космоса, затем слайды по
киммерийцам, скифам, грекам, гуннам, хазарам и т.д. В ходе демонстрации
сделан акцент по истории появления руссов, крещению киевского князя
Владимира; отражена политика Екатерины II, строительство Севастополя и
Симферополя; история Гражданской войны, Великой Отечественной войны;
передача Крыма Украинской ССР в 1954 году; итоги общекрымского
референдума 17 марта 2014г.
В ходе классного часа был показан фрагмент видеофильма Церемонии
подписания межгосударственного Договора между Российской Федерацией и
Республикой Крым о принятии в состав Российской Федерации Республики
Крым 18 марта 2014 года, выступление Путина В.В.
На протяжении всего мероприятия шёл комментарий всех слайдов,
приводились оценки сложившегося положения на территории Крыма
ведущими политиками, давались разъяснения по ходу показа.
В заключении, был подведён общий итог и дана оценка значимости вхождения
Крыма в состав России.

Целью классного часа является формирование гражданско –
патриотических и духовно – нравственных качеств учащихся, углубление их
знаний об истории и культуре России.

Цели и задачи проведенного мероприятия реализованы в полной мере.
Использование современных средств обучения эффективно повлияло на
результативность мероприятия, мотивацию студентов, тем самым доказав
достижение поставленных задач.

Заместитель директора по УМР



 Т.П. Ишкова