

Участники проекта: 7,8,10 классы

Продолжительность: (1 урок)

Форма урока: игра-путешествие

Цели урока: Создать условия для формирования у учащихся:

-научных знаний об отрицательном воздействии наркотических веществ на организм человека с биологической, генетической, медицинской и социальной точек зрения;

- нетерпимого отношения к пьянству, курению, наркомании;
- «психологической сопротивляемости» отрицательному влиянию;
- для приобщения школьников к здоровому образу жизни.

Оборудование: На доске расположены рисунки-плакаты детей по данной теме, кроссворды, пословицы и поговорки. Большие сменные плакаты:

- «Мрак табачного дыма»

- «Топь пьянства»

- «Пропась наркотиков»

- «Страна «Сладкоежка»

- «Страна здоровья»

- «Мир прекрасного»

- «Пень» (с указателями)

Ход занятия

Учитель:

Перед тем как мы отправимся в путешествие ,я попрошу вас уделить немного внимания анкете и ответить на несколько несложных вопросов. Опросные листы можно не подписывать. Большинство вопросов подразумевает однозначный ответ, в некоторых возможны несколько вариантов ответов; вопросы, которые не относятся к Вам, можете пропускать. Заранее благодарим! (ПРИЛОЖЕНИЕ 1.)

Учитель:

Что такое полезные привычки?

□ Привычки, способствующие сохранению здоровья, считаются полезными.

(Например: чистить зубы, питаться в одно и тоже время, спать при открытой форточке.)

Что такое вредные привычки?

□ Привычки, наносящие вред здоровью, называются вредными.

(Например: есть много сладостей, долго сидеть у телевизора, читать лежа, разговаривать во время еды.)

□ Наиболее опасное влияние на здоровье оказывает употребление алкоголя, наркотиков, табака.

Как привычки влияют на здоровье?

□ Вредными эти привычки называются потому, что от них бывает трудно отказаться, так как они постепенно становятся необходимыми человеку. От таких привычек трудно избавиться самому. Человек вынужден обращаться за помощью к психологу или врачу.

□ Это связано с тем, что попадая в организм, они становятся неотъемлемой частью обменных процессов, и он начинает требовать тех компонентов, которые вредны для здоровья.

Итак, эпитафии нашего урока, я думаю, не требуют комментариев:

□ «Если мы не победим вредные привычки, то они победят нас».

□ «Слабость характера □ это единственный недостаток, который невозможно исправить»

□ «Попасть в рабскую зависимость, пройти все круги ада и умереть в расцвете лет дряхлым стариком □ вот цена излишнего любопытства и ложной романтики»

Учитель:

1. О проблемах наркомании в последнее время говорят очень много. Но, несмотря на принимаемые активные меры, проблема распространения вредных привычек среди молодежи продолжает обостряться. Самое страшное, что на сегодняшний день все чаще жертвами этого бедствия становятся дети □ дети в возрасте 11-15 лет и даже 7-10 лет.

По данным ВОЗ в мире официально насчитывается свыше 1 миллиарда людей, употребляющих психоактивные вещества. В Казахстане каждое 10-е преступление совершается в состоянии алкогольного опьянения. Каждое убийство в сфере семейно-бытовых отношений совершается после совместного распития спиртных напитков. Алкоголизм и пьянство зачастую ведут к различным негативным последствиям. Например, только за три года в стране произошло 55962 пожара, при этом погибло 1932 человека, из них 1138 в состоянии алкогольного опьянения. За последние два года в медицинские учреждения с алкогольным отравлением доставлено свыше 31000 человек. Из них 2100 со смертельным исходом.

Как видите, сегодня проблема употребления вредных веществ остается глобальной. На данном мероприятии мы постараемся систематизировать, дополнить свои знания и примем решение о том, какой образ жизни нам более подходит, что мы выбираем.

Провести урок нам с вами помогут:(ребята из 10 класса)

а) ведущий

б) сказочный герой □ Добрый молодец

Ведущий. Как в 139-е царство, 140-е государство, добрый молодец, да по имени не Илья Муромец, а по имени □ В школу да на уроки, да отправляется, идёт себе забавляется. На пути ему старый пень попадает. А на пне-то на том, на могучем на крутом, торчат в стороны указатели:

- если прямо пойдешь □ страну дымную найдёшь, поплутаешь в дыму обязательно;
- налево пойдешь □ воды гремучей не колодезной, сомнительного качества, от которой беда, глупости и чудачества, испробуешь;
- направо □ отречёшься от жизни сей и с «мультяшками» повстречаешься.

Призадумался добрый молодец, почесал затылок свой неистово.

Добрый Молодец. Эх! Была-не была! А пойду-ка я куда несут ноженьки, не сворачивая, прямо да по дороженьке!

Учитель. Ребята! С чем же встретился наш добрый молодец, где оказался?

(Он попал в страну, где все курят, т.е. употребляют табак.)

А ведь курение – это частое употребление сигарет, вызывающее вредное воздействие на сердечно-сосудистую, дыхательную, пищеварительную и другие системы человека.)

Учитель. А чем же так опасен табачный дым?

(Опасен он, прежде всего, тем, что содержит в себе наркотическое вещество – никотин)

А также окись углерода, аммиак, эфирные масла, канцерогенные углеводороды и другие вредные вещества.

Учитель. А к каким заболеваниям приводит употребление табака?

Это приводит к заболеваниям бронхо-легочной системы, к снижению сопротивляемости организма, бронхитам, инфарктам, инсультам, витаминной недостаточности, онкологическим заболеваниям, к рождению нездорового потомства.

Человек при этом испытывает страшную, невыносимую боль.

Учитель. А что интересного вы можете сообщить об этом «мраке табачного дыма»?

Выступление детей

1. Ученик. Говорят, что капля никотина убивает крупную скотину. До чего ж вынослив, но безрассуден человек, если он ходит со смертью рядом, отравляясь никотинным ядом, и живёт довольно долгий век?!

2. Ученик. Колумб Америку открыл, великий был моряк. Но плохо тем, что приручил он всех курить табак. От Трубки Мира у костра, раскуренной с вождём, привычка вредная пошла в масштабе мировом.

3. Ученик. А я хочу сказать о вреде курения так: «Видно, верно говорят и пишут в объявлениях, что куренье – это яд, вредное явление!»

Учитель. Но можно ли избавиться или вообще обойтись без этой вредной привычки?

4. Ученик. Конечно, можно избавиться, но лучше не пробовать. Бросить курить и не начинать под силу каждому. Этому может помочь приобщение к спорту, занятия музыкой или просто нужно заняться любимым делом, чтобы не страдать от безделья.

5. Ученик. «Бросай курить, вставай на лыжи – здоровьем будешь не обижен!»

Учитель. Ну что, добрый молодец, хочешь ли ты жить в этом мраке?

Добрый Молодец. Да чего ж там хорошего?! Сверну-ка я лучше налево, хоть водицы испробую.

Ведущий. И пошел Добрый Молодец «гремучей» воды испробовать. А оказалось, что идти-то далеко и не надо, рядом она.

Учитель. И невдомек ещё добру молодцу, что под гремучей-то водой люди издавна подразумевали алкогольные напитки, содержащие в себе спирт. Именно этот напиток считается похитителем рассудка. Но что же опасного таит в себе этот напиток?

Оказывается, алкоголь обладает опьяняющими свойствами. Пьяный человек теряет рассудок, и даже может не контролировать свои поступки. Он становится угрозой для окружающих. Часто алкоголики заболевают страшной болезнью – белой горячкой, поэтому их приходится изолировать от общества, помещать в психиатрические больницы. А сколько аварий на дорогах по вине пьяных людей?!

Учитель. Ну, а если это так опасно и люди об этом знают, почему же тогда они пьют эту «гремучую» воду?

1. Ученик. Для пьянства есть такие поводы:

Поминки, праздник, встреча, проводы,

крестины, свадьба и развод,

мороз, охота, новый год,

выздоровление, новоселье,

печаль, раскаяние, веселье,

успех, награда, новый чин

и просто пьянка без причин.

Перевод С.Я.Маршака

Учитель. Т.е. повод для выпивки можно найти всегда. И сказанные с убийственным сарказмом слова английского поэта Роберта Бернса сохраняют актуальность и в наше время. А можно ли как-то бороться с этим злом и совсем избавиться от него?

2.Ученик Я считаю, что вообще запретить пить нельзя, т.к. обычно именно «запретный плод» всегда сладок. Но можно обратиться за помощью к медицине и всех алкоголиков вылечить, занять их чем-то другим, отвлечь. Они всё равно станут лучше и поймут, что пить не стоит, чтобы не получилось как в этом стихотворении.

3.Ученик Не знаю, кто меня поймёт

И кто мне даст совет □

Что делать. Если папа пьёт,

А мне 12 лет?

Мне жаль его, когда домой

Приходит пьяным он.

Ведь это все же папа мой

И бывший чемпион.

Ходили вместе мы в кино,

И мяч я с ним гонял,

Но он меня уже давно

На водку променял.

А ведь когда-то он не пил,

И в прошлые года

Всегда он с мамой ласков был,

А грубым никогда.

Что водка это тоже яд,

Об этом знаю я.

Не зря соседи говорят:

«Несчастливая семья!»

Я вам пишу, а папа спит,

Не сняв ботинок с ног.

На днях он где-то был избит,

А где я сказать не смог.

Он обещал: «Я брошу пить!»,

Но слова не сдержал!

Когда бы мог один я жить я

Из дома бы сбежал!

Мне это горько вам писать,

Но пьянству нет конца.

Так что же делать, как спасти

Запойного отца?..

Учитель. Как видите, ребята, пьянство отражается не только на тех, кто пьет, но и на окружающих, как болезненно это воспринимается детьми.

-Ну что, Добрый Молодец, нравятся тебе дорожки эти?

Добрый Молодец. Что-то я вообще устал от этого и запутался.

Ведущий. Ну, а после такого знакомства, Добрый Молодец, ты всё-таки пойдёшь налево?

Добрый Молодец. Что вы, что вы! Уж лучше я пойду на «мультяшки» посмотрю.

Ведущий. И отправился Добрый Молодец направо. Послушаем, что же ожидает его там.

Учитель. А повстречался он с пропастью, которая называется наркоманией и токсикоманией. Что же это такое?

1 Ученик. Наркомания - это болезнь, вызванная систематическим употреблением наркотиков. А токсикомания — это болезнь, проявляющаяся психической, а иногда и физической зависимостью от вещества, не являющегося наркотиком.

2 Ученик. Наркотики — сильнодействующие вещества, преимущественно растительного происхождения, парализующие деятельность центральной нервной системы и вызывающие искусственный сон и безболезненность.

3 Ученик. У тех, кто употребляет наркотики, появляется лекарственная зависимость, бесконтрольность своих действий, заторможенность, агрессивность, а часто это приводит к смерти.

4 Ученик. У наркоманов появляются галлюцинации: реальный окружающий их мир исчезает, и они оказываются во власти видений, как бы в потустороннем мире. Им мерещатся различные нереальные картины, так называемые «мультики».

Учитель. А скажите, ребята, что же общего есть у всех наркотических веществ?

5 Ученик. Я думаю, это то, что все они отрицательно влияют на здоровье людей: приводят к заболеванию всех органов человеческого тела, а иногда даже разрушают их. И у таких больных людей не может родиться здоровое потомство. А значит, всё это приводит к уничтожению нашей нации.

6 Ученик. А я хотела бы обо всем этом сказать стихами нашей современницы Бутенко Маши, которой всего 16 лет.

Трудно в этой жизни не сломаться,

Трудно жить, но надо выживать.

что же делать, как в ней разобраться,

какой путь, скажите, выбирать.

Есть такой: наркотики и водка.

Принимая их, забываешь обо всём,

А на утро ты опять проснёшься,

Будешь снова думать, для чего живём?

Вечером ты снова весь в угаре,

И жизнь кажется в розовых цветах.

Ты не думаешь, что будет с тобой завтра,

А на завтра то же самое опять.

Но подумай, что в один прекрасный вечер

По-другому ты захочешь жить,

Но как трудно будет это сделать:

Найти силы в себе что-то изменить.

Учитель.

-Как нам защитить себя от названных пороков, которые вредят здоровью?

Чтобы не стать рабом вредных привычек, нужно выполнять три правила:

- Не скучать, найти себе занятие по душе;
- Узнавать мир и интересных людей;
- Ни в коем случае не пробовать спиртное и наркотики.

Ну, а если вы все же попали в плен какой-то вредной привычке, старайтесь избавиться от нее изо всех сил. И если вам это удастся, вы - настоящий герой. Как сказал древний китайский мудрец Лео-То: «Тот, кто может победить другого, - силен, тот, кто побеждает самого себя, - воистину могуществен».

Мотивы.

Какие мотивы помогут нам перейти на светлую сторону? А что на темной стороне, там, где царство вредных привычек? (Ответы)

Полезные привычки

Не забываем, что вредным привычкам мы должны сказать НЕТ, а следовать нужно полезным привычкам!!! Какие бывают полезные привычки? (ответы)

Учитель. Вот видишь, добрый молодец, куда ведут все эти тропинки.

Ведущий. Так что же делать? Куда идти?

Добрый молодец. А я придумал, придумал! Сейчас я поменяю указатели, чтобы все ребята нашей школы выбрали правильный путь! (переворачивает стрелки-указатели. Меняются плакаты: три первых на три вторых. На стрелках появляются названия стран, как и на плакатах)

Учитель. Сколько же хороших и разных вещей, оказывается, окружает нас, ребята! А что же дальше?

Все (хором). Мы выбираем здоровый образ жизни!

Просмотр презентации: «ПОЛЕЗНЫЙ РАЗГОВОР О ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧКАХ»

Интернет-ресурсы, направленные на борьбу с вредными привычками

□ www.fskn.ru - официальный интернет-сайт ФСКН России.

□ <http://www.narkotiki.ru/> - проект «Нет наркотикам»

□ <http://beztabaka.ru/> - проект «У нас не курят»

- <http://ne-kurim.ru/> - сайт по борьбе с курением

- <http://www.trezvpol.ru/> - «Трезвая политика»

- <http://alcoholizm.ru/> - профилактика алкоголизм

Используемые интернет-ресурсы:

<http://www.youtube.com/watch?v=enOKuggs56g>

<http://www.youtube.com/watch?v=nUFH2by0M84>

<http://www.youtube.com/watch?v=eXOGIYrlb3w>

<http://www.youtube.com/watch?v=xCI7rw9IXJM>

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Дорогой друг!

Теперь мы просим вас уделить немного внимания анкете и ответить на несколько несложных вопросов. Опросные листы можно не подписывать. Просим отвечать искренне. Анонимность и конфиденциальность гарантируем. Большинство вопросов подразумевает однозначный ответ, в некоторых возможны несколько вариантов

ответов; вопросы, которые не относятся к Вам, можете

пропускать. Заранее благодарим!

1. Употребляете ли вы алкоголь?

а) да б) нет

2. С какой целью вы употребляете спиртные напитки? (возможны несколько вариантов ответов)

а) чтобы снять напряжение (стресс)

б) чтобы повесить своё настроение

в) чтобы поддержать компанию

г) ваш вариант ответа _____

3. Пробовали ли вы когда-нибудь курить?

а) да б) нет

4. Курите ли Вы сейчас?

- а) да б) нет

5. Количество выкуриваемых Вами сигарет?

а) 1-10 сигарет в день

б) 10-20 сигарет в день

в) более пачки в день

6. Вследствие чего Вы начали курить? (возможны несколько вариантов ответов)

а) желание повзрослеть

б) влияние компании

в) хотел попробовать

г) свой ответ _____

7. С какого возраста Вы начали курить?

а) с 8-12 лет

б) с 12-16 лет

в) с 16 – 18 лет

8. Употребляли ли Вы когда-нибудь пусть даже слабый наркотик?

а) да б) нет

9. Если да, то с какой целью?

а) желание новых ощущений

б) под воздействием других людей

в) ваш вариант ответа _____

10. Сколько времени в день вы можете провести за компьютерными играми?

а) 1-2 часа б) 2-3 часа в) 3 и более

12. Ваш пол:

а) мужской б) женский

Спасибо за сотрудничество!

Н. А. Живак, МКОУ " Садовская СОШ", с. Садовое , Быковский район, Волгоградская область