

## **Профілактика адиктивної поведінки школярів.**

Заняття для учнів 7-8 класів.

**Тема: Алкоголь – підступний ворог молоді.**

**Мета:** сформувати в учнів негативне ставлення до алкоголю; пропагувати здоровий спосіб життя; виховувати в учнів дбайливе ставлення до власного здоров'я.

**Обладнання:** ватман з малюнком будинку, паперові цеглинки, комп'ютер, презентація, надруковані прислів'я, зображення різних видів спорту, чисті аркуші, пам'ятки «Молодь за здоровий спосіб життя».

### **ПЕРЕБІГ ЗАХОДУ**

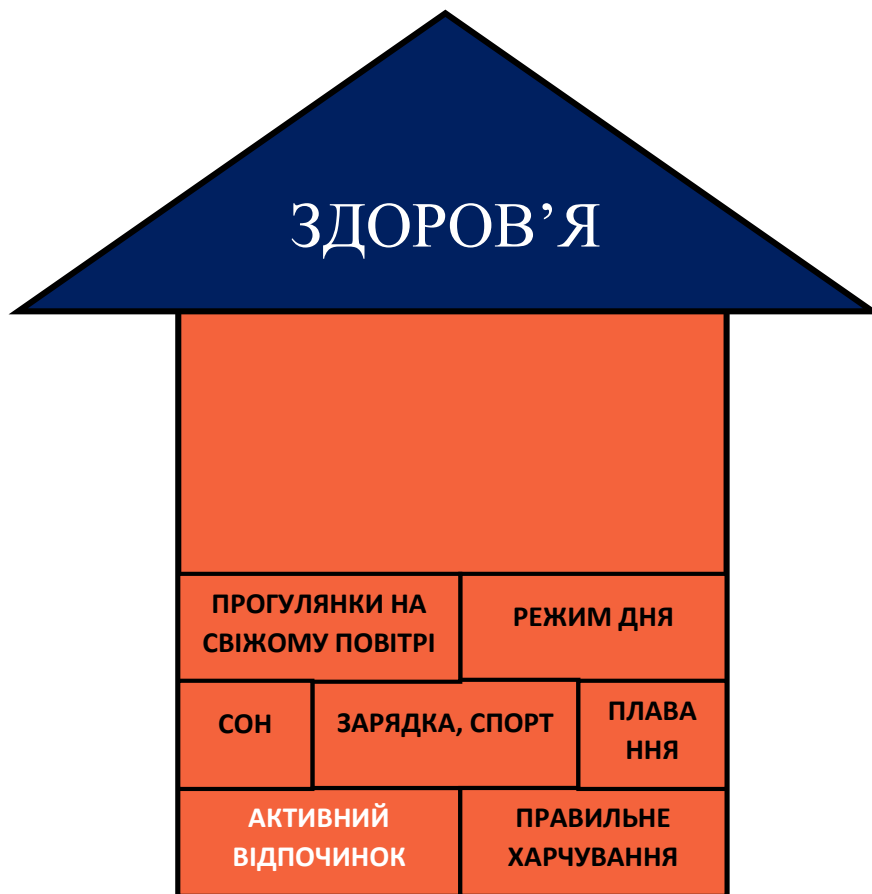
#### **ВСТУП**

У людства є «зовнішні» вороги: війни, епідемії, стихійні лиха. Ці вороги забирають життя сотень тисяч людей. Але є вороги набагато страшніші – «внутрішні». Це так звані недоліки суспільства: куріння і пияцтво, наркоманія, розпуста. Від цих ворогів щорічно гине набагато більше людей. Сьогоднішнє заняття присвячене одному з цих ворогів, а саме – алкоголізму молоді. Основне наше завдання – це дізнатися як зберегти власне здоров'я і не потрапити у полон шкідливих звичок.

#### **❖ Вправа «Складові здоров'я»**

*Ватман з намальованим будинком прикріплений на дошці. Завдання учнів з низу до гори закласти будинок цеглинками (складовими здоров'я).*

Шановні учні, у кожного з вас є паперова цеглинка на якій потрібно написати один з чинників, який підтримує здоров'я. Гарно подумайте, краще щоб відповіді не повторювалися, як впораєтеся з завданням прикріплюємо цеглинки на будинок.



Наш будинок отримав дуже важливі і правильні складові здоров'я, на яких буде довго і міцно триматися. Молодці учні!

А тепер розкажіть учні, в якому випадку будинок може руйнуватися? Які ви знаєте причини, що негативно впливають на здоров'я? (Відповіді учнів)

### ❖ Інформаційне повідомлення

Зараз учні ми переглянемо презентацію, що присвячена шкідливості алкоголю. Вона має такі розділи:

- Історія виникнення алкоголю;
- Вплив алкоголю на внутрішні органи людини;
- Ступені сп'яніння;
- Статистичні дані:
  - ◆ в світі;
  - ◆ в Україні;
  - ◆ в області, районі.

(Показ презентації)

### ❖ Гра «Я обираю здоров'я»

Після сумних даних, хотілося б трішки підняти настрій, чи ви зі мною згодні? Давайте пограємо в гру «Я обираю здоров'я». Для цього потрібно поділитися на дві команди і обрати назву, яка буде пов'язана зі здоровим способом життя. (Учні діляться на команди, обирають назву).

### **1 завдання «Збери прислів'я»**

Команді дається прислів'я, яке надруковане на паперових кружальцях (кожна літера окремо), їхнє завдання як найшвидше і правильніше скласти прислів'я. За правильну відповідь команда отримує бал.

Приклади прислів'їв:

а) «Гуляти з молодю – помирати з голоду»

б) «Пити до дна – не бачити добра»

Якщо учні довго не можуть виконати завдання давайте підказки.

### **2 завдання «Спортивна вікторина»**

Учні мають відповісти по черзі на питання пов'язані зі спортом. Кожна правильна відповідь 1 зарахований бал команді.

Примірний блок питань:

а) Назва футбольної команди м. Харкова? (*Металіст*)

б) Назва футбольної команди м. Львова? (*Карпати*)

в) Всесвітні спортивні ігри, які проводяться 1 раз в 4 роки?  
(*Олімпійські ігри*)

г) Після якого ритуалу Олімпійські ігри вважаються відкритими?  
(*Коли запалють факел*)

д) Зимові види спорту? (*напр. хокей, фігурне катання, біатлон, лижні перегони*)

е) Літні види спорту? (*напр. біг, волейбол, велоспорт, теніс*)

### **3 завдання «Фотографія»**

На столі «лицем» вниз розташовані фотографії з різними видами сорту, завдання учнів по-черзі витягувати фотографію і за допомогою міміки та жестів показати своїй команді, що на ній зображено. На виконання завдання 1 хвилина.

Приклади зображень:

- Хокей
- Бокс
- Біатлон
- Гандбол
- Теніс
- Фехтування

Відгадане зображення 1 бал команді.

#### **4 завдання «Міні-баскетбол»**

А зараз ми пограємо ще в одну гру «Міні-баскетбол». Ви повинні кожен написати на чистих аркушах до яких негативних наслідків призводить вживання алкоголю. (Команда обговорює, хто який наслідок напише, щоб вони не повторювалися). Після того з аркуша роблять кульку. Кожен учасник по черзі виходить з кулькою і намагається потрапити в кошик для сміття, але при цьому говорячи: «Я ніколи не хочу, щоб ... (напр. родини розлучалися через алкоголь)». Якщо учасник влучив, його команда отримує бал.

#### **5 завдання «Чому я обираю здоровий спосіб життя?»**

Бал отримує та команда, яка змістовніше і лаконічніше відповість на питання «Чому я обираю здоровий спосіб життя?».

Після п'яти завдань підраховуються бали. Команда переможців отримує медалі «Я обираю здоров'я».

### **ПІДСУМКИ**

Ми сьогодні гарно попрацювали, і не важливо, яка команда перемогла. Важливо те, щоб ви зрозуміли, що ціннішого скарбу за здоров'я в житті нічого не існує. Ми сподіваємось, що наш будинок здоров'я (вчитель показує на ватман) буде тільки міцнішати і зростати вгору. І ні в якому разі не дозволимо, щоб навіть одна цеглинка зруйнувалась. Бережіть свій дім під назвою «Здоров'я». Ми бажаємо вам, щоб в цей дім ніколи не заходили ні алкоголь, ні куріння ні інші шкідливі звички.

До нових зустрічей!

Після заняття вчитель роздає учням пам'ятки.

## **Пам'ятка «Молодь за здоровий спосіб життя»**

1. Кожного ранку роби зарядку.
2. Протягом дня правильно харчуйся.
3. Підтримуй свій організм у тонусі: для цього відвідуй усі уроки фізкультури або (і) займайся спортом.
4. Ніколи не піддавайся на умовляння з боку інших на кшталт: «Давай спробуй! Хіба ти дитина?»
5. Проводь своє дозвілля корисно і з розумом.
6. Пам'ятай, шкідливі звички згубно впливають на весь організм людини, а особливо на інтелектуальні можливості.
7. Пам'ятай, запорука твого майбутнього – твоя розважливість і дбайливе ставлення до власного здоров'я!