

Сценарий мероприятия для воспитанников Угличского детского дома

**Педагог:** Кротова Н.В., воспитатель.

**Тема:** «Скажи «НЕТ!» вредным привычкам».

**Цель:** довести до сознания детей, что такое вредные привычки;

познакомить с основными правилами и способами профилактики

вредных привычек;

формирование личностного самоопределения, формирование

негативного отношения к вредным привычкам;

воспитание активной социальной невосприимчивости к вредным

привычкам, умения сказать «Нет» вредным привычкам.

**Ход:**

**Организационный момент:** Здравствуйте, ребята. Тема нашего занятия «Скажи «Нет» вредным привычкам».

В.: Какие вредные привычки вы знаете?

(ответы детей).

В.: Почему эти привычки считаются вредными?

(ответы детей).

В.: Да, вредные привычки – это наши коварные враги, они доставляют нам удовольствие и потихоньку отравляют нам жизнь, наносят огромный ущерб нашему здоровью. Вредные привычки могут появиться в любом возрасте. Они растут и меняются вместе с нами.

**Создание проблемной ситуации:**

В.: Ребята, сожмите кулачок и посмотрите на него, на какой внутренний орган он похож?

Дети: на сердце.

В.: Правильно, ребята, наш кулачок, по мнению учёных, величиной с сердце. У кого-то он чуть больше, у кого-то чуть меньше. Это маленький мышечный насос: 70 ударов в минуту, а за одну минуту 2000 миллилитров крови обеспечивает каждую нашу клеточку кислородом. Понятно, что сердце очень важный орган нашего организма, его надо беречь.

В.: Как вы думаете, какие ценности связаны со словом «жизнь»?

Слайд 2.

На экране слова: любовь, семья, учёба, внешность, деньги, здоровье, друзья.  
Выбрать 4 ценности.

Жизнь = ... + ... + ... + ... +

В.: Какие же из них вы вставите в эту формулу?

(ответы детей).

Слайд 3.

Жизнь = здоровье + семья + учёба + друзья.

В.: Как вы думаете, изменится ли жизнь, если мы поменяем местами слагаемые?

(ответы детей).

В.: Если мы поставим «здоровье» на какое-то другое место, то не только «сумма жизнь» изменится, изменится и её качество. Эта сумма может быть равна 25, 45, 75, а может быть 167 (продолжительность жизни одного из тибетских монахов).

В.: Какая может быть жизнь у человека?

(Ответы детей: жизнь (какая?) весёлая, интересная, сладкая, счастливая ...).

В.: Ребята, а может ли быть человек врагом себе? Сделать свою жизнь несчастной, безрадостной, тяжёлой. Когда это бывает?

(ответы детей).

В.: Да, когда человек имеет вредные привычки, жизнь от этого краше не становится. Остановимся на одной из них.

Приложение 1.

Сценка: «Покупайте табак».

(выступают дети).

В.: О какой вредной привычке шла речь?

(ответы детей).

В.: Самой распространённой и опасной привычкой каждого пятого жителя планеты является табакокурение. В сигарете находится измельчённая трава – табак. В табаке находится яд, название ему – **никотин**. В табачном дыме содержится мышьяк, который отравляет весь организм.

Посмотрите, как пагубно сказывается курение на здоровье человека:

Слайд 4.

\*Курильщик с нормой «пачка в день» вбирает в свои лёгкие 1 литр смолы;

\*Каждая выкуренная сигарета укорачивает жизнь курильщика на 8 минут;

\*Если начинают курить дети, то они часто болеют простудными заболеваниями, быстро утомляются, табак мешает учёбе, слабеет память, ухудшается зрение, курящему человеку сложнее заниматься спортом, он быстро начинает задыхаться, его сердцу становится тяжело;

\*Курильщики в 2 раза чаще попадают в автомобильные аварии, чем некурильщики.

В.: О какой же вредной привычке мы говорили?

(ответы детей).

В.: как же оградить себя от этого зла?

(ответы детей).

В.: Кроме курения существует такая зависимость, как **наркомания**.

Слайд5.

В.: Человек не может уже жить без наркотиков, становится наркоманом.

В.: Обратим внимание ещё на одну не менее вредную привычку – это **алкоголизм**.

Как вы думаете, какой вред организму приносит употребление алкоголя?

(ответы детей).

Доказано, употребление алкоголя приводит к привыканию организма, болезненному пристрастию, наркотической зависимости, развитию различных заболеваний, сокращает жизнь на 10-12 лет. Алкоголь является ядом для всех органов нашего организма. Наибольший вред алкоголь оказывает центральной нервной системе, угнетая деятельность головного мозга.

Сейчас мы с вами убедимся, как же алкоголь влияет на мозг.

Приложение 2.

Опыт: Влияние воды и спирта на мозг.

В.: Из опыта видно, как алкоголь влияет на мозг человека, он нарушает работу всех систем организма, часто в результате большой дозы наступает отравление и смерть.

В.: Так алкоголь убивает, разрушает мозг, недаром про пьяницу говорят: «Он пропил свой мозг».

### Приложение 3.

Пример: «Последствия действия алкоголя».

В.: Мы с вами выяснили, что вредные привычки пагубно влияют на здоровье человека. И всё же очень многие наши знакомые, родственники курят, употребляют спиртные напитки. Почему же они это делают? Когда-то они попробовали в первый раз закурить, а за первым – второй, третий и так у них сформировалась привычка. Отсюда следует, если в первый раз не откажешься, потом это сделать труднее, почти невозможно. Если вам предлагают спиртное или сигарету, то ваш ответ должен быть «НЕТ!».

Сейчас мы с вами потренируемся, как правильно отказаться от таких предложений.

### Приложение 4.

Игра «Диалог с товарищем».

В.: Ребята, скажите, пожалуйста, в чьей роли вам понравилось быть больше?

( ответы детей).

В.:А сейчас, посмотрим ситуации, которые могут произойти с каждым из вас.

### Приложение 5.

Ситуации «Сумей отказаться».

**Заключительная часть:**

В.: В завершении нашего занятия мы с вами соберём «Дерево здоровья».

### Приложение 6.

«Дерево здоровья».

В.: Молодцы! Вы сделали правильный выбор, поэтому у нас получилось такое яркое, крепкое, здоровое дерево. Пусть оно останется у вас в семье и радует вас каждый день! Будьте Здоровы!

### Приложение 1.

#### Сценка «Покупайте табак».

«Покупайте табак. Мой табак самый лучший. Вас собака не укусит, воры в дом не залезут, стариком никогда не станете». Подходит молодой человек к продавцу и спрашивает:

- Почему собака не укусит?
- Потому что с палкой ходить будешь.
- Почему воры в дом не залезут?
- Потому что всю ночь кашлять будешь.
- Почему стариком не станешь?
- Потому что до старости не доживёшь.

### Приложение 2.

#### «Влияние воды и спирта на мозг человека».

В.: Клеточки мозга такие же нежные, как яичный белок.

Опыт 1: В стакан с яичным белком добавляем воду. Белок прекрасно смешался с водой, т. е. наш мозг и вода могут существовать и помогать друг другу.

Опыт 2: В стакан с яичным белком добавим спирт. Белок свернулся, клетки белка погибли.

### Приложение 3.

#### «Последствия действия алкоголя».

Из 100 возможных (10 патронов) снайпер до приёма алкоголя выбил 9бочков, после того как выпил всего лишь 50граммов алкоголя – 2бочков.

#### Приложение 4.

Игра «Диалог с товарищем».

На подносе разложены карточки красного цвета с вариантами предложений. Ребёнок берёт одну и читает (вслух). На другом подносе зелёные карточки с вариантами ответов. Второй ребёнок даёт товарищу заранее подготовленный ответ.

**Попробуй пиво! У тебя будет хорошее настроение!**

Вариант 1: *Нет! Мне этого не нужно, я хочу быть здоровым!*

Вариант 2: *Нет! Пойдём лучше погуляем с моей собакой.*

**Хочешь пиво? Выпей! Никто не заметит!**

*Нет! Я не буду и тебе не советую!*

**Давай закурим! От одной сигареты ничего не будет!**

*Нет! Вредные привычки не приведут к добру.*

**Давай покурим! Или ты трусишь?**

*Нет! У меня есть новые пазлы, пойдём пособираем.*

**Пошли покурим! Или тебе слабо?**

*Нет! У меня есть более интересное занятие.*

**Давай покурим! После одной сигареты к курению не привыкнешь.**

Вариант 1: *Нет! Яне хочу подражать тем, кто не бережёт своё здоровье.*

Вариант 2: *Нет! Я спешу на занятие в ФОК. Хочешь, пойдём со мной.*

**У нас в классе многие курят, ничего с ними не случилось. Попробуй и ты!**

Вариант 1: *Нет! Лучше пойдём ко мне смотреть футбол.*

Вариант 2: *Нет! Лучше пойдём ко мне. Вчера мой брат принёс новые компьютерные игры, поиграем.*

#### Приложение 5.

## Ситуации «Сумей отказаться».

**Ситуация 1.** Ваш старший товарищ предлагает вам попробовать пиво. При этом он демонстративно отпивает из банки и говорит, как это легко и просто. Говорит, что никто не узнает. Как вы поступите?

**Ситуация 2.** В школьном туалете к тебе подходит старшеклассник и, протянув сигарету, предлагает закурить. Ты отказываешься. Он начинает смеяться над тобой, маленький, кого - боишься. Что ты будешь делать?

## Приложение 6.

### «Дерево здоровья».

На столе лежат разноцветные листочки, на которых написано много интересных и полезных занятий, но среди них есть и вредные привычки: *заниматься спортом, есть много сладкого, делать утреннюю гимнастику, много смотреть телевизор, следить за одеждой, закаляться, долго играть в компьютерные игры, много времени проводить на свежем воздухе, курить, умываться, чистить зубы, употреблять алкогольные напитки, правильно питаться, соблюдать режим дня, вовремя учить уроки, посещать кружки, рисовать, читать книги.*









