Краевое государственное бюджетное общеобразовательное учреждение

 «Специальное учебно-воспитательное учреждение для обучающихся

с девиантным (общественно-опасным) поведением «Уральское подворье»

**(КГБОУСУВУ «Уральское подворье»)**

**ЧАС ОБЩЕНИЯ**

**ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 8-9 КЛАССОВ**

**«СКАЖЕМ НЕТ ВРЕДНЫМ ПРИВЫЧКАМ!!!»**

Выполнила:

Зобнина Алевтина Ивановна

Пермь, 2017

**Час общения «Скажем НЕТ вредным привычкам!!!»**

*Посейте поступок – и вы пожнете привычку,*

*Посейте привычку – и вы пожнете характер,*

 *Посейте характер – и вы пожнете судьбу»*

 *У. Теккерей – английский писатель*

**Цель:**

- выяснить роль вредных привычек в повседневной жизни и рассмотреть их влияние на человека и его окружение.

- ориентировать обучающихся на здоровый образ жизни.

**Ход занятия**

Здравствуйте, ребята и уважаемые педагоги. Сегодня мы с вами поговорим о вредных привычках, рассмотрим их влияние на организм человека.

Существует много различных привычек. Пришел ученик из школы, разбросал вещи по всей комнате, раскидал учебники и тетрадки по столу. Родители расстроены: «У нашего сына плохая привычка. Он не кладет свои вещи на место, все разбрасывает, неаккуратный».

Привыкла девочка грызть карандаш или ногти. Опять же плохо. С грязью можно и микробы в рот занести, подвергнуть риску свое здоровье, да и некрасиво это.

А какие вредные привычки знаете вы? (Ответы обучающихся)

1. Алкоголизм
2. Курение
3. Игровая зависимость или лудомания
4. Телевизионная зависимость
5. Интернет-зависимость
6. Наркомания
7. Привычка грызть ногти
8. Техномания
9. Привычка грызть карандаш или ручку
10. Привычка сплёвывать на пол
11. Употребление нецензурных выражений
12. Злоупотребление “словами-паразитами”
13. Привычка  завидовать  другим
14. Недооценивать  себя
15. Привычка кому-то подражать
16. Крайняя болтливость
17. Лень и неряшливость

Сейчас давайте посмотрим видео ролик о вредных привычках. (Просмотр ролика).

Курение, алкоголизм и наркомания наносят серьезный вред здоровью человека. Сейчас мы с вами посчитаем, как вредные привычки отражаются на бюджете семьи.

Итак, выгодна ли для семьи эта пагубная привычка. Вот сколько выкуривает в день ваш папа? (Ответы детей)

Возьмём, например, 1 пачку. Теперь определимся со стоимостью сигарет – берём среднюю стоимость 1 пачки будет 70 рублей. Считаем: 70руб \*3 дней = 2100рублей в месяц. 2100 рублей умножаем на 12 месяцев и = 25200 рублей в год.

На что может потратить данные деньги? (ответы воспитанников). Можно куда-то съездить. Купить велосипед, коньки, лыжи, найти новых друзей. А можно купить различны игры и проводить свободное время в кругу друзей за игрой.

Сейчас мы с вами перейдем к игровой части "Скажем нет вредным привычкам", первое задание **"сканворд"**в котором вам предстоит найти вредные привычки. Сделаю небольшую подсказку их всего 7.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Ц | Л | Т | В | Р | И | С | М | Е | Р | О | Ь |
| А | Е | Н | А | Р | К | О | М | А | Н | И | Я |
| Р | Н | С | Р | О | В | А | К | Е | И | Г | Ф |
| О | Ь | А | К | У | Р | Е | Н | И | Е | Р | А |
| П | В | Я | Ю | Ф | Т | В | Щ | Р | Ц | О | К |
| Ы | А | Л | К | О | Г | О | Л | И | З | М | В |
| А | Ч | Т | А | В | Ж | З | О | А | Б | А | Н |
| Н | В | Н | Б | Ц | К | П | Ж | С | Ю | Н | К |
| Г | Р | У | Б | О | С | Т | Ь | Я | А | И | Б |
| Т | П | Ф | К | А | В | Н | А | Т | Ф | Я | А |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Л |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Е | Н | А | Р | К | О | М | А | Н | И | Я |
|  | Н |  |  |  |  |  |  |  |  | Г |  |
|  | Ь |  | К | У | Р | Е | Н | И | Е | Р |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | О |  |
|  | А | Л | К | О | Г | О | Л | И | З | М |  |
|  |  |  |  |  |  |  | О |  |  | А |  |
|  |  |  |  |  |  |  | Ж |  |  | Н |  |
| Г | Р | У | Б | О | С | Т | Ь |  |  | И |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Я |  |

Второйэтап игры викторина **«Что я знаю о вредных привычках?».** Правила очень просты. Сейчас вы получите номера вопросов (представители команд вытаскивают карточки с номерами). В викторине 4 темы, в каждой из которых по 6 вопросов. Ваша задача правильно ответить на поставленный вопрос.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  **Брось сигарету!** | **Берегите свой организм!** | **Алкоголь – яд!** | **Наркотики** **– «белая смерть»!** |

***Тема 1: «Брось сигарету»***

1) При попадании в больших количествах в организм человека этого содержащегося в табаке яда начинаются судороги. *(Никотин)*

2) Почему курильщикам труднее, чем некурящему, выучить стихотворение?  *(У курильщиков ухудшается память)*

3) Что происходит с зубами человека при курении и при воздействии, каких именно веществ? (*под воздействием клейких смол зубы человека желтеют)*

4) При курении часть гемоглобина крови соединяется с этим ядовитым газом? Назовите его? (*Угарный газ)*

5) Что такое пассивное курение? (*Пребывание в накуренном помещении.*

*Не менее вредно, чем само курение!)*

**Дополнительные вопросы:**

* на сколько минут укорачивается жизнь курильщика после каждой выкуренной сигареты? *(на 15 минут)*
* Виновником развития каких заболеваний может стать курение? (*инсульт, болезни сердца, катаракта, ревматоидный артрит, заболевания легких и др.)*

***Тема 2: «Берегите свой организм!»***

1) Эти две вредные привычки негативно сказываются на работе сердца. *(Курение и употребление алкоголя)*

2) Какую пользу для сердца приносят физические упражнения? *(Укрепляется сердечная мышца)*

3) Какую первую помощь надо оказать при венозном кровотечении?

*(наложить давящую повязку)*

4) После какого действия наблюдается сужение кровеносных сосудов на 30 минут?

5) Сколько литров табачного дегтя проходит за 10 лет через дыхательные пути курильщика? *(8 литров)*

 Дополнительные вопросы:

* Чем грозит курение молодому растущему организму? (*Ведёт к остановке роста, исхуданию и гибели клеток)*

***Тема 3: «Алкоголь – яд!»***

1) Какое заболевание желудка возникает при употреблении алкоголя? (*гастрит, язва и рак желудка)*

2) Подросток может стать алкоголиком от употребления пива? (*да)*

3) Какой вред наносит своему будущему ребёнку пьющая беременная женщина? (*алкоголь может привести к появлению физических уродств и вызвать нарушения психики ребёнка)*

4) Какое воздействие оказывает алкоголь на зрение подростков? (*тяжелое поражение зрительных нервов, ведущее к потере зрения).*

5) Какие клетки самые чувствительные к алкоголю? *(нервные клетки головного мозга)*

Дополнительные вопросы:

* Почему некоторые люди не могут отказаться от спиртного? (*алкоголь способствует привыканию, как наркотик)*

***Тема 4: «Наркотики - белая смерть!»***

1) Использование наркоманами нестерильных шприцев способствует распространению этого неизлечимого заболевания. Назовите его. (*СПИД)*

2) Какое воздействие оказывают наркотики на здоровье?*(нарушение деятельности всех органов и систем человеческого организма, деградация личности)*

3) Каковы социальные последствия наркомании? *(разрушение семьи, рост преступности)*

*4)* Почему опасно даже разовое употребление наркотика? *(возникает сильная психологическая зависимость и потребность организма в наркотиках)*

*5)*Как влияет употребление наркотиков на потомство? *(у родителей-наркоманов дети рождаются с различными умственными и физическими отклонениями, а впоследствии отстают в умственном и физическом развитии от своих сверстников)*

Дополнительные вопросы:

* Что влечет за собой употребление наркотиков *(психические расстройства, поражение всех систем и органов, заболевания ВИЧ и СПИД, проблемы в семье, правовые нарушения)*
* Каково поведение наркомана после принятия наркотика? (*человек становится заторможенным и вялым)*
* Что происходит с иммунной системой человека больного СПИДом? *(при СПИДе иммунная система подавляется и теряет способность сопротивляться инфекциям)*

Третийэтап **"Изобрази поговорку"**. Нескольким участникам команды предлагается изобразить поговорку так, чтобы ее поняли другие члены (представителям команд достается одна поговорка из 6, вариант - для облегчения задания поговорки могут быть продемонстрированы всем командам).

* 1. После первой рюмки пьяница похож на павлина, после второй - на обезьяну, а потом превращается в свинью;
	2. Целовать курящую женщину все равно, что целовать урну;
	3. Муж пьет - полдома горит, жена пьет - весь дом горит;
	4. Вино входит - ум выходит;
	5. Полюбил табак - впереди рак;
	6. В здоровом теле - здоровый дух.

Четвертый этап **задание "Пороки и достоинства".** Человек должен уметь противопоставлять дурным качествам, мыслям и делами. Предлагаю вам сделать это на бумаге. Вы получаете листы, на которых перечислены пороки, а слова-антиподы - то есть слова, противоположные по значению, вы подберите сами и впишите в соседнюю колонку. Например: зло-добро. Внимание! Побеждает не тот, кто сделает быстрее всех, а тот кто сделает правильно. *Учащимся выдается бланк с заданием*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Исходное слово** | **Слово-антипод** |  | **Исходное слово** | **Слово-антипод** |
| Курение |  |  | Курение | Спорт |
| Пьянство |  |  | Пьянство | Трезвость |
| Лень |  |  | Лень | Трудолюбие  |
| Наркомания |  |  | Наркомания | Здоровый образ жизни |
| Лживость |  |  | Лживость | Правдивость |
| Трусость |  |  | Трусость | Смелость |
| Подлость |  |  | Подлость | Порядочный  |
| Воровство |  |  | Воровство | Благотворительность  |
| Грубость |  |  | Грубость | Вежливость |
| Жадность |  |  | Жадность | Щедрость |
| Распущенность |  |  | Распущенность | Воспитанность  |
| Неряшливость  |  |  | Неряшливость  | Аккуратность  |
| Обжорство  |  |  | Обжорство  | Умеренность в еде |

Пятый этап нашей игры **" Здоровый организм"**. Всем обучающимся раздаются «разбитые» сердце и голова. Вы должны собрать из «осколков» сердце и голову человека, ведущего здоровый образ жизни.

В заключении вам предстоит выполнить задание **«Рюкзачок»**. Отправляясь в путешествие под названием жизнь, чтобы вы хотели взять с собой. Посоветуйтесь в группе, напишите и закрепите на доске. Я с вашего позволения возьму здоровье. (Возможные варианты: здоровье, семью, друзей, знания, культуру и др.)

Наша встреча подошла к концу. Что вызвало у вас интерес? О чем бы вы хотели поговорить в следующий раз?