**Профилактическое мероприятие «Страна вредных привычек»**

**для 4 класса**

**учитель: Воротникова С.О.**

Употребление табака и алкоголя – широко распространенное явление. Мы ежедневно сталкиваемся с ним в средствах массовой информации и в обыденной жизни. К сожалению, сегодня нельзя защитить детей от подобного рода информации — они видят на улице и по телевидению, как употребляют одурманивающие вещества люди, слышат разговоры взрослых, видят курящих и выпивающих родителей. И младшие школьники еще не способны адекватно оценить это. Поэтому очень важно дать им правильную установку, представление о том, что «хорошо», а что «плохо», и задолго до того, как возникнет опасность первого опыта или реального знакомства ребенка с табаком, алкоголем и психоактивными веществами, необходимо сформировать у него устойчивое негативное отношение к употреблению этих веществ.

Школа как социальный институт обладает рядом уникальных возможностей для успешной профилактики употребления табака, алкоголя и других психоактивных веществ. Педагог может:

* прививать учащимся навыки здорового образа жизни;
* влиять на уровень притязаний и самооценку детей;
* осуществлять совместную работу с семьёй ребенка для контроля над ситуацией;
* привлекать специалистов — медиков, психологов, педагогов.

Мы не можем, оберегая детей от невзгод жизни, поместить их под стеклянный купол. Но мы можем и должны помочь сформировать у детей здоровые установки и ответственное поведение.

**Цель** профилактического мероприятия «Страна вредных привычек»:

Способствовать формированию у учащихся стремления приобретать полезные привычки и избегать вредных.

Исходя из целей, вытекают следующие **задачи:**

1. Выработать у учащихся негативное отношение к курению, алкоголизму, табакокурению, токсикомании;
2. Дать понятие о последствиях употребления психоактивных веществ;
3. Выработать умение прогнозировать результаты своего выбора;
4. Донести мысль о вреде зависимости в доступной наглядной форме; Развивать умение делать самостоятельные выводы, принимать правильные решения;
5. Формировать отрицательное отношение к вредным привычкам.

**Целевая аудитория:**

**-** учащиеся 3-4 классов образовательного учреждения;

-возраст 9-10 лет;

**Форма проведения:** внеклассное мероприятие.

**Время проведения:** 45 минут

**Численность обучающихся:** 15-20человек

**Помещение:** актовый зал, классная комната.

**Материально-техническое обеспечение:** стулья и столы по количеству учащихся, плакаты с надписью « никотин», « наркотики», « алкоголь», макеты двух деревьев, вырезанные из бумаги листья зелёного и чёрного цвета.

**Ведущий:** учитель начальных классов. Образование: средне-специальное или высшее.

**Ожидаемые результаты:**

Профилактическая работа направлена на уменьшение факторов риска, приводящих к правонарушению и злоупотреблению ПАВ в детской среде:

1. формирование у детей нравственных качеств, силы воли, представлений об общечеловеческих ценностях, здоровом образе жизни;
2. формирование навыков поведения в семье и во взаимоотношениях со сверстниками.

**Этапы подготовки и проведения:**

**I** **этап- подготовительный:**

изучение материала для мероприятия, работа с учащимися по подготовке докладов, тиражирование памяток для учащихся, оформление плакатов и изготовление макетов деревьев.

**II** **этап – составление плана мероприятия:**

1. Вступление.
2. Ход мероприятия.
3. Подведение итогов.

**Результативность представленного материала:**

Проведено одно мероприятие, с участием 17 человек. По результатам опроса участников мероприятия цель и задачи были достигнуты в полном объёме.

**Ход мероприятия.**

Здравствуйте, ребята. Сегодня мы с вами встретились, чтобы поговорить о привычках и определить, какие привычки нужны человеку, а какие нет.

Девизом нашего занятия будут слова:

*« Я умею думать, умею рассуждать,*

*Что полезно для здоровья буду выбирать».*

Ребята, а что такое привычка? Я предлагаю вам закончить предложение. Привычка-это………… (ответы детей)

А вот точное определение слова «привычка» можно узнать в толковом словаре Даля:

*Привычка-это поведение, действие, склонность, ставшие в жизни обычными и постоянными. А какими бывают привычки? (ответы детей)*

*(Привычки бывают полезными и вредными).*

Мы с вами уже ответили, что привычки бывают полезные и вредные. У нас есть корзина, в ней листочки, но листья разного цвета и на каждом название привычки. Есть два дерева, на одно дерево нужно поместить листочки с вредными привычками, а на второе листочки с полезными. ( в завершении работы дети видят, что дерево с полезными привычками получилось зелёного, а дерево с вредными чёрного цвета)

Дети распределяют названия привычек.

-делать по утрам зарядку

-чистить зубы

-мыть руки перед едой

-заниматься спортом

-закаливание

-соблюдать режим дня

-курить

-употреблять алкоголь

-принимать наркотики

-ссориться

-выражаться нехорошими словами

-не соблюдать режим дня.

- Как вы думаете, какое влияние оказывают на здоровье полезные привычки, а какое вредные?

Ответы детей: полезные – укрепляют здоровье, вредные – разрушают.

Мы отправимся в Страну вредных привычек, где творят свои коварные дела Злые волшебники. Посмотрите, как они называются.

- О том, как разрушают здоровье вредные привычки, вы узнаете чуть позже.

На доске прикреплены таблички:

Наркотик

Алкоголь

Никотин

- С каким из этих злых волшебников вы сейчас встретитесь, попробуйте догадаться сами.

- Послушайте сказку, которую подготовил учащийся \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(читает подготовленный ученик)

«В одной сказочной стране 3 мальчика хотели быть волшебниками и стали учиться этому сложному делу. Они изучили много волшебных книг, выучили волшебные слова и с их помощью могли перемещаться из города в город, наблюдая жизнь людей, постигая тайны волшебного мастерства и оказывая помощь нуждающимся.

В один чудесный летний день они приземлились в очень странном задымленном городе: их встречали маленькие желтые человечки с желтыми зубами и ногтями, дурным запахом изо рта, к тому же они не выпускали изо рта дымящиеся трубки, т.е. все курили. Люди в этом городе никогда не видели голубого неба и яркого солнца, их закрывал густой табачный дым, они рано умирали и выглядели как маленькие старички. Через две минуты пребывания в этом городе волшебники почувствовали, что задыхаются от дыма, появились кашель, насморк и слезы. Они быстро произнесли волшебные слова и улетели из города с твердым намерением узнать все о курении и табачном дыме и помочь жителям этого города избавиться от вредной для здоровья привычки.»

Вопросы учащимся по сказке:

- Какой же волшебник творит свои коварные дела в этом городе?

- Что стало с людьми?

- Многое ребята начинают курить и думают, что об этом никто не узнает, однако долго скрывать это не удается. Послушайте стихотворение и скажите, как можно догадаться, что человек начал курить? (Чтение стихотворения учащимся)

Разве что-то есть на свете,

Что надолго можно скрыть?

Пятиклассник Рыбкин Петя

Потихоньку стал курить.

У парнишки к сигаретам

Так и тянется рука.

Отстает по всем предметам,

Не узнать ученика!

Начал кашлять дурачок,

Вот что значит табачок!

(С.Михалков)

- Как подействовал никотин на ученика? Полезное или вредное влияние оказал на здоровье? (ответы детей)

- Курильщик не замечает, как он отравляет свой организм. Ведь в табаке сильнейший яд – никотин. Он легко проникает в кровь, накапливается во внутренних органах и постепенно разрушает их.

У человека, который начинает курить, появляется серьезная зависимость от сигарет, точнее от веществ, содержащихся в табаке. Он теряет власть над собой и своим постоянным желанием закурить, отвлекается от других дел, не может сосредоточиться, резко изменяет образ жизни.

В легких при курении скапливается табачный дым и сажа. Кашель травмирует легкие, в которых накапливается слизь, дыхание становится слабым. Спортивные и учебные показатели снижаются.

Слово ведущего:

-Мальчишки хотят казаться взрослее, чтобы выглядеть современными, нравиться девчонкам. Поэтому, каждый старается добиться этого по-своему. Послушайте рассказ и скажите, как же поступить мальчику? (Сообщение учащегося \_\_\_\_\_\_\_\_\_)

«У меня есть два друга: Коля и Толя. Коля очень самостоятельный. Он в последнее время стал курить и теперь выглядит как взрослый. Девчонки обращают на него внимание. Но я слышал, очень эточто вредно: в сигаретах есть яд, он организм Курящие. отравляет люди чаще болеют и умирают Толя.

А чаще не выглядит так модно, Коля сигаретой с как. Но Толя зато всегда веселый, сильный и бодрый. Он занимается спортом.

А я все что, мне думаю делать: закурить, как или, спортом Коля заняться, как Толя?»

Где:

-место Ведущий ребятам, которые хотят страну в Здоровячков попасть: рядом с Толей или с Какое место Колей? выберите вы? (Ответы Вот)

- решили вы и учащихся, что же лучше: курить заниматься спортом? или

- Выберите утверждения, которые последствием следующих являются поступков:

Я решил курить:

Я курить не надо:

Не решил обманывать

Желтые зубы

Не брать без надо разрешения сигареты или Запах

изо деньги рта

Замедление роста и Красивые

белые развития зубы

болезни

Хорошая Ссоры

родителями с память

Вывод учащихся: Курение – привычка Хором.

вредная: Мы говорим курению- НЕТ!

Наше:

- путешествие Ведущий продолжается. И вы должны после следующим со Злым встречи чародеем высказать свое Отрывок.

басни из мнение С.Михалкова «Непьющий воробей» ученик

Случилось

«читает это

Во время птичьего Заметил:

Дятел банкета-тамада,

Когда бокалы поднимали Что,

гости у воробушка в бокале –

Вода! вода Подняли!!!

Фруктовая гости шум,

Все стали Штрафной,

«возмущаться» налили воробью.

А он твердит пью: «Не пью! Не свое! Не пью!»

«Не поддержать друзей?

Уж я на больная Вопит, -

что сова, а все же пью до Где я!»

«это ж дна видано, не выпить за леса

И за небеса? всех!» -

Со родные сторон стола несутся Что.

делать? голоса Воробей приклювил полбокала

«Нет! ему! – Нет кричат. – Не выйдет! Мало! Раз!

взялся Мало пить, так пей до налить!

А ну ему дна еще бокал вина!»

скромный трезвенник Наш недолго продержался –

Все под, а он столом разошлись остался…

Обсуждение ситуации:

- Волшебник встретился Какой воробью?

- Почему воробей такой в ситуации? оказался

- Каким должен быть человека чтобы, характер с ним не произошел подобный Ведущий

Алкоголь: случай? опасен в любом возрасте, детском в подростковом и особенно. Он делает человека зависимым, к быстро привыкают нему. Организм постепенно разрушается. ошибку исправить Такую трудно. Лучше ее не делать

- вывод можно Какой сделать о влиянии алкоголя здоровья? Вывод

для учащихся: Алкоголь опасен здоровья Хором!

для: Мы говорим алкоголю – НЕТ!

Алкоголь:

- арабского с Ведущий в переводе означает одурманивающий. другие и одурманивающие Есть вещества, которые могут привлекательно виде в выглядеть жвачек, таблеток, витаминов, приятно, пахнущих сигарет веществ. Это очень вещества Эти. опасные вещества называются наркотиками. очень опасны Они для здоровья, от наркотической очень трудно зависимости вылечиться. Чтобы избежать важно, соблюдать беды правила безопасного поведения общении посторонними с при людьми. Помните, наркотики - болезнь гибель и это человека. Тот, кто наркотики совершает, распространяет преступление.

- Попробовать наркотик легко чтобы, но очень отказаться нужны сила и Сообщение.

учащегося воля .

- Наркотики часто называют «смертью Чем». белой раньше человек привыкает к тем, быстрее ним он умирает.. Хронические наркоманы очень мало живут. Наркотики полностью высасывают из все его человека силы. Нет никакой том в чтобы, смелости попробовать наркотик. А вот человек сумел если в компании отказаться, значит у действительно есть него смелость и воля.

- Вспомните царевне о которая, сказку откусила яблоко, взяв незнакомой у женщины его. Что с ней произошло?

- скажем же мы наркотикам? Что

Хором: Мы говорим наркотикам – Итог!

занятия НЕТ.

Сегодня мы много говорили о вредных привычках самых, которые могут быть у теперь. И знаем человека, что спорт, зарядка, это – ХОРОШО здоровье, а курение, алкоголь, наркотики – ПЛОХО Чем.

- это можно заняться, чтобы не власти во вредных оказаться привычек?

(Найти себе душе по спорт: занятие, танцы, чтение и др.)

Дети круг в берутся, встают за руки и произносят слова:

привычки всем Вредные мешают жить.

С ними надо не никогда нам дружить.