План - конспект урока

**Предмет:** основы безопасности жизнедеятельности 10 класс

**Тема урока:** Вредные привычки, их влияние на здоровье человека.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Этапы работы | Ход урока |
| 1. | **Вступительная часть урока**  **5 минут.**  Организационный момент, включающий:   * постановку цели, которая должна быть достигнута учащимися на данном этапе урока (что должно быть сделано учащимися, чтобы их дальнейшая работа на уроке была эффективна) * определение целей и задач, которых учитель хочет достичь на данном этапе урока * описание методов организации работы учащихся на начальном этапе урока, настроя учеников на учебную деятельность, предмет и тему урока (с учетом реальных особенностей класса, с которым работает педагог) | Приветствие, проверка наличия обучающихся в классе.  Подготовка к активной учебно-познавательной деятельности на основном этапе урока.  Доведения темы, постановка цели, задач урока до обучающихся.  **Цели урока:** Изучить вредные привычки как социальное явление. Задачи: изучить влияние табака и алкоголя на органы человека; изучить влияние наркотиков на основные системы жизнеобеспечения организма человека; рассказать о профилактики вредных привычек.Методы проведения: рассказ, беседа, объяснение.Место проведения: кабинет ОБЖ.Время проведения урока: 40 мин. |
| 2. | **Основная часть урока**  **30 минут**  Опрос учащихся по заданному на дом материалу(5 минут), включающий:   * определение целей, которые учитель ставит перед учениками на данном этапе урока (какой результат должен быть достигнут учащимися); * определение целей и задач, которых учитель хочет достичь на данном этапе урока * определение методов способствующих решению поставленных целей и задач; * описание критериев достижения целей и задач на данном этапе урока; * определение возможных действий педагога в случае, если ему или учащимся не удаётся достичь поставленных целей * описание методов организации методов совместной деятельности учащихся с учетом особенностей класса, с которыми работает педагог; | Опрос обучающихся по заданному на дом материалу(5минут)  Изучение нового учебного материала(15 минут).  Закрепление учебного материала (10 минут).  **Проверка домашнего задания.**  Ответьте на вопросы:   * Что такое двигательная активность? * На какие системы организма она влияет? * Как двигательная активность влияет на дыхательную систему? * Как двигательная активность влияет на мышечную систему? * Как двигательная активность влияет на кровеносную систему? * Как двигательная активность влияет на восприимчивость организма к инфекционным заболеваниям? * В чем заключается особенное значение двигательной активности для школьников? * Каковы основные проблемы, порождаемые гиподинамией учащихся?   —Каковы основные виды двигательной активности учащихся? |
|  | Изучение нового учебного материала(15 минут). Данный этап предполагает:   * Постановку конкретной учебной цели перед учащимися (какой результат должен быть достигнут учащимися на данном этапе урока); * определение целей и задач, которые ставит перед собой учитель на данном этапе урока; * изложение основных положений нового учебного материала; который должен быть освоены учащимися (на основе содержания данного пункта эксперт выносит суждение об уровне владения педагогом предметным материалом); * описание форм и методов изложения (представления) нового учебного материала; * описание основных форм и методов организации индивидуальной и групповой деятельности учащихся с учетом особенностей класса, с которыми работает педагог; | **Изучение нового материала. Вводное слово учителя.**  Историческое развитие человечества в целом прогрессив­но, однако в частностях оно порой создает смертельную угрозу  существованию цивилизации. Это связано не только с война­ми, созданием оружия массового поражения и разрушением  природ­ной среды. Одна из таких угроз — возникновение, а главное — гло­бальное распространение вредных привычек.  Некоторые из них очень древние — пьянство, например, по мнению некоторых уче­ных, древнее египетской цивилизации  (а урон от него больше, чем от всех войн, которые произошли в историческое время), некоторые — появились совсем недавно.  Это, прежде всего, относится к глобальной наркомании, которая, именно как социальное явление, сформирова­лась  во второй половине XX века.  Всем ясно, что вредные привычки несовместимы со здоровым об­разом жизни. Сейчас в России их рассматривают как одну  из угроз безопасности страны. Вредные привычки как социальное явление и будут темой сегодняшнего урока.  **Вредные привычки человека**   |  |  | | --- | --- | | **Краткая характеристика** | **К чему приводит** | | Пьянство и алкоголизм | | | Психологическая (пьянство) и  фи­зиологическая (алкоголизм) зависи­мость  организма человека от приема этилового спирта | Приводит к деградации личности,  по­тере трудоспособности, разрушению организма  и часто — к смерти | | Курение табака | | | Зависимость организма от поступле­ния  в него никотина | Приводит к серьезным заболеваниям,  включая онкологические, общему  ос­лаблению организма, что усугубляет течение  многих заболеваний, особен­но сердечно-сосудистой  и дыхатель­ной систем. В мире ежегодно  от по­следствий табакокурения умирает  не­сколько миллионов человек | | Наркомания | | | Физиологическая зависимость орга­низма  от наркотиков — веществ ес­тественного  и искусственного проис­хождения,  оказывающих одурмани­вающее  и галлюциногенное действие за счет  химического воздействия на центральную  нервную систему | Приводит к полному разрушению личности,  потере физического и пси­хического здоровья,  абсолютно анти­социальному поведению,  включая со­вершение преступлений, смерти.  Не излечивается. Средний срок жизни наркомана  после начала систематиче­ского приема  наркотиков — 5—7, иногда до 9 лет | |
|  | Закрепление учебного материала (10 минут), предполагающее:   * Постановку конкретной учебной цели перед учащимися (какой результат должен быть достигнут учащимися на данном этапе урока); * определение целей и задач, которые ставит перед собой учитель на данном этапе урока; * описание форм и методов достижения поставленных целей в ходе закрепления нового учебного материала с учетом индивидуальных особенностей учащихся с которыми работает педагог; * описание критериев, позволяющих определить степень усвоения учащимися нового учебного материала * описание возможных путей и методов реагирования на ситуации, когда учитель определяет, что часть учащихся не освоила новый учебный материал. | *Вопросы для фронтальной беседы.*   * Дайте определение вредным привычкам. Какие привычки oтносятся к этой категории? * Дайте характеристику табакокурению как вредной привычке. * Дайте характеристику алкоголизму как вредной привычке. Чем алкоголизм отличается от пьянства? * Дайте характеристику наркомании как вредной привычке. * Назовите социальные причины вредных привычек и их последствия. Ощущаем ли мы эти последствия   в повседневной жизни?   * Как ты сам борешься с вредными привычками?   *Учитель предлагает обсудить проблему таких вредных привычек, как пьянство и алкоголизм, табакокурение и наркомания.*  *Вредная привычка* — закрепленный в личности способ антиобщественного поведения, проявляющийся в систематическом  употреблении вредных веществ, ведущих к саморазрушению индивида, выпадению его из общественной деятельности,  нанесению непоправимого вреда здоровью, приобретший характер зависимости.  *Учащиеся дают определение вредным привычкам (могут использовать материал учебника). Далее переходят к обсуждению*  *социальных причин и последствий вредных привычек*  —Каковы причины столь широкого распространения алкогольных напитков?  Одна из них — свойства самого алкоголя, его способность оказывав эйфорическое действие, создавать  настроение удовольствия.  Именно поэтому алкогольные напитки были непременным атрибутом различных праздников и обрядов.  Другая — его свойство ослаблять напряжение, создавать иллюзию благополучия.  —Каковы причины столь широкого распространения табакокурения?  Возможно, подростки видят в курении признак самостоятельности, взрослости. Курение в компании становится своего рода  обязанностью, ритуалом, средством к сплочению.  —В чем конкретно заключается социальная опасность, вред наркомании?  Наркоманы, деградируя физически и морально, становятся опасны для общества: втягивают в этот порок других людей,  в первую очередь молодежь, входят в группу риска распространения СПИДа и т.д. |
| **3.** | **Заключительная часть урока 5 минут.**  Задание на дом, включающее:   * постановку целей самостоятельной работы для учащихся (что должны сделать учащиеся в ходе выполнения домашнего задания) * определения целей, которые хочет достичь учитель, задавая задания на дом; * определение и разъяснение учащимся критериев успешного выполнения домашнего задания. | **Подведение итогов урока.**  Выставление оценок.  Отмечаю лучших и худших.  Даю задание на дом (что должны сделать обучающиеся в ходе выполнения домашнего задания)    *Вопросы для закрепления знаний.*  — Дайте определение понятия «вредная привычка», назовите их и дайте каждой краткую характеристику.  — В чем состоит социальная опасность вредных привычек?  –– На какие стороны жизни и деятельности человека влияют вредные привычки?  –– Что ты знаешь о политике государства по профилактике вредных привычек?  –– Почему курение, пьянство и употребление наркотиков особенно опасны в подростковом возрасте? |