Реферат

по теме : Современный урок в коррекционном классе.

Содержание

1.Введение.

2.Особенности организации учебного процесса в коррекционных классах (по программе VIII вида)

3.Специфика методической работы в коррекционной школе по программе VIII вида.

4.Работа психолого-медико-педагогического консилиума (ПМПК).

5.Типы уроков в практике специальных школ VIII вида.

6.Урок математики. 1 класс.

7. Литература.

Введение

Существенные изменения в общем образовании России затрагивают и специальную (коррекционную) школу, которая также изменяется, чтобы удовлетворять как требования общества, так и потребностям ребёнка с ограниченными возможностями здоровья. Процесс обновления содержания специального образования ставит перед методической службой новые задачи, решение которых – одно из важнейших условий совершенствования учебно-воспитательного процесса в специальном учреждении. С одной стороны, специальная (коррекционная) школа не должна быть вне единого методического пространства; с другой стороны, все изменения в методической службе должны прежде всего отражать специфику изменений, происходящих в данный момент в специальном образовании. Цели и задачи методической службы должны быть тесно связаны с системой внутришкольного управления, с жизнедеятельностью всего организма школы. Главное её назначение – корректировка учебно-воспитательной работы в русле перспективного развития процесса обучения, его постоянного самосовершенствования. Методическая работа в образовательном учреждении – это специальный комплекс мероприятий, базирующийся на достижениях науки, передового опыта, направленный на всестороннее повышение компетенции и профессионального мастерства педагогов.

К современным тенденциям развития специального образования прежде всего необходимо отнести следующие: изменение и обновление его содержания; вариативность; гуманизация; укрепление правовых основ; более интенсивный процесс технического оснащения; системный подход к работе учителя в специальных (коррекционных) классах.

Цели и задачи методической службы реализуются в её содержании и находятся в прямой зависимости от её форм. Для того чтобы реализовать заявленные цели и задачи, методическая служба школы должна совершенствоваться, во многом изменяться в соответствии с современными тенденциями развития форм, моделей и направлений методической работы.

Можно использовать разные формы методической работы (коллективные, групповые, индивидуальные). Формы определяются структурой методической сети, взаимосвязью всех её звеньев, но обладают при этом некоторой самостоятельностью. Огромный арсенал форм методической работы создаёт возможность оптимального выбора нужной формы, в зависимости от потребностей, которые выявляются диагностически.

Одна из современных тенденций – использование преимуществ микрогрупповой работы. Объединение учителей в проблемные группы на определённый срок помогает им решать пусть небольшие, но конкретные задачи, то есть в данном случае происходит отказ от решения глобальных отвлечённых педагогических проблем в пользу реальных затруднений. Эти затруднения могут подразумевать : а) решение общепедагогических проблем, разъяснение общепедагогических вопросов; б) решение актуальных вопросов. Определяемых современной проблематикой специальной педагогики; в) вопросы частных специальных методик.

В основе планирования методической работы должен лежать проблемно-диагностический подход. Диагностика направлена на выявление личностных и профессиональных проблем педагога. Использование разных форм диагностики высвечивает проблемы, помогает отойти от малоэффективных форм методической работы и в то же время не переносить в собственную практику многочисленные структурные нововведения из арсенала общеобразовательных школ базового уровня.

Ведущая роль в профессиональном обучении должна принадлежать самому учителю: нужно, чтобы оно проходило в совместной с педагогом деятельности; чтобы учитель знал его цели, имел возможность влиять на них, участвовал в разработке программ повышения своей квалификации. Одним из связующих звеньев между методической проблемой школы и учителя является работа педагога по теме самообразования. Тема самообразования выбирается на основе анализа работы учителя, в соответствии с методической проблемой школы, и определяется интересами и проблемами педагогического и детского коллективов, актуальностью в современных условиях, региональными и национальными особенностями, степенью разработанности данной проблемы в теории и методике обучения и воспитания.

Одной из важнейших задач методической работы является не просто поиск наилучших образцов педагогического опыта, но сознательное постоянное выращивание педагогов, способных и желающих познать интерес и радость от поисковой, исследовательской работы.

Особенности организации учебного процесса в

коррекционных классах .

Учащиеся коррекционных классов (по программе VIII вида) – это дети, для которых характерен основной общий недостаток – нарушение сложных форм познавательной деятельности. Эмоционально-волевая сфера этих учащихся тоже в ряде случаев нарушена и проявляется в примитивности чувствии интересов, недостаточной выразительности и адекватности эмоциональных реакций, слабости побуждений их к деятельности, особенно к познанию окружающего. Во многом дефектна и моторно-двигательная сфера учащихся с ограниченными возможностями здоровья, у всех без исключения наблюдаются более или менее выраженные отклонения в речевом развитии. К положительным характеристикам можно отнести то, что у данной категории детей сохранены слуховое внимание и зрительное восприятие.

Особенности учащихся коррекционных классов отражены в отличительных особенностях организации учебного процесса:

1.Введение специализированной части учебного плана – коррекционно-адаптированного блока, состоящего из ряда предметов, обеспечивающих коррекцию недостатков психической, двигательной, речевой, эмоционально-волевой сферы.

Коррекционно-адаптированный блок представлен предметами:

\*Логопедия.

\*Развитие психомоторных и сенсорных процессов.

\*СБО (социально-бытовая ориентировка).

\*ОППТ (общественно полезный производительный труд).

\*ЛФК (лечебная физкультура).

\*Ритмика

\*Психологическое сопровождение учебно-воспитательного процесса.

2.Введение в учебный план раздела «Трудовая подготовка», который обеспечивает подготовку учащихся к самостоятельному труду по полученной специальности в условиях обычных предприятий и сферы обслуживания.

Комплексная диагностика уровня сформированности моторных и сенсорных процессов у детей.

1.Оценка состояния общей моторики.

2.Оценка ручной моторики.

3.оцекап тактильных ощущений.

4.Оценка владения сенсорными эталонами.

5.Оценка зрительного восприятия.

6.Оценка слухового восприятия.

7.Оценка пространственного восприятия

8.Оцека восприятия времени.

Выполнение каждого задания оценивается по трём качественным критериям:

«хорошо» - ребёнок выполняет задание самостоятельно и правильно, объясняя его, полностью следуя инструкции, допуская иногда незначительные ошибки;

«удовлетворительно» - имеются умеренные трудности, ребёнок самостоятельно выполняет только лёгкий вариант задания, ему требуется помощь разного объёма при выполнении основного задания и комментировании своих действий;

«неудовлетворительно» - задание выполняется с ошибками при оказании помощи или учащийся совсем не справляется с заданием, испытывает значительные затруднения в комментировании своих действий.

Специфика методической работы в коррекционной школе.

Основная задача, решаемая в ходе методической работы педагогического коллектива, работающего в специальных (коррекционных) классах по программе VIII вида, - создание коррекционно-развивающей среды как формы активной медико-психолого-педагогической помощи детям с ограниченными возможностями здоровья, направленной на формирование социально успешной личности.

Основные цели методической работы.

1.Создание системы методической работы в соответствии с проблемами подготовки выпускника специальных (коррекционных) классов.

Примерные задачи:

-организация информационного обеспечения педагогов

-внедрение в учебно-воспитательный процесс современных методик, средств

-освоение и внедрение новых технологий обучения

-корректировка учебных планов в процессе введения новых учебных дисциплин

-внедрение, совершенствование, корректировка технологий проверки знаний, умений, навыков

-изучение и использование на практике современных способов диагностирования успешности ребёнка

-организация практической деятельности психологической службы и ПМПК

-выявление и предупреждение недостатков, затруднений в работе педколлектива.

2.Создание педагогам условий для практической работы по инновационной деятельности в специальных классах.

Примерные задачи:

-выбор, освоение, апробация, корректировка, поэтапное внедрение авторских программ

-организационная, педагогическая и содержательная поддержка инновационной деятельности педагогов специальных (коррекционных) классов.

3.Развитие педагогического творчества и методическое обеспечение повышения квалификации педагогов

Примерные задачи:

-обучение педкадров, повышение их квалификации

-стимулирование инициативы и творчества членов педагогического коллектива

-повышение уровня психологической оснащённости и готовности учителя

-развитие взаимодействия с вузами, родителями, общественностью.

4.Трансляция педагогического опыта в практику работы специальных (коррекционных) классов: выявление, изучение и распространение наиболее ценного педагогической, инновационной и другой деятельности членов педагогического коллектива.

Особенности профессиональной подготовки учителя,

работающего с детьми с ограниченными возможностями

здоровья.

В специальных (коррекционных) классах необходимо следовать тем же дидактическим принципам педагогики, что и в общем образовании, активно используя дифференцированные методы обучения. Учителю коррекционных классов необходимо:

-владеть градацией методических приёмов в системе определённого метода

-владеть системой дополнительных средств и приёмов

-уметь пользоваться разнообразными методами работы

-уметь максимально конкретизировать предлагаемый обучающимся учебный материал

-активно использовать методы, вызывающие положительные эмоции у обучающихся.

Содержательная основа методической работы

в коррекционных классах по программе VIII вида.

1-й блок. Ведущие проблемы развития современной специальной педагогики в целом и в той или иной образовательной области в частности. Совершенствование и обоснование содержания специального образования. Новые образовательные технологии, тенденции в развитии специального образования, новые концепции. Новое учебно-методическое обеспечение в соответствии с обновлёнием содержания специального образования (учебные планы, программы, пособия и др.)

2- блок. Овладение современным педагогическим опытом, который может проявляться в методах и формах обучения, в новых аспектах воспитательной работы, в психологической подготовке.

3-й блок. Учёт индивидуальных информационных потребностей учителя. Усиление внимания к инновационной деятельности.

Структура методической работы

\*Постановка основной проблемы, над которой работает школа;

\*работа над методической темой школы, цели и задачи, ьстоящие перед коллективом;

\*деятельность методического совета;

\*работа методических объединений;

\*работа творческих групп;

\*самообразование учителей;

\*повышение квалификации учителей;

\*проведение предметных декад, методических семинаров, практикумов, педагогических советов;

\*аттестация учителей;

\*формирование и использование передового педагогического опыта (ППО)

Организация внеурочной деятельности учащихся.

Предметные недели.

Правильная организация внеурочной деятельности учащихся в рамках предметных недель способствует активизации их познавательной деятельности, прививает интерес к изучаемой науке, развивает регулятивные универсальные учебные действия, развивает умение находить и применять нужную информацию, отбирать, редактировать, сравнивать факты, теорию и практику, способствует достижению личностных результатов и развитию коммуникативных навыков, воспитывает умение достигать намеченной цели, уважать чужое мнение, радоваться победам одноклассников, друзей, адекватно реагировать на критику.

Работа психолого-медико-педагогического консилиума (ПМПК)

Под психолого-медико-педагогическим консилиумом мы понимаем постоянно действующий, скоординированный и объединённый общими целями коллектив специалистов, реализующий ту или иную стратегию сопровождения ребёнка. В подобном коллективе необходимы понимание всеми специалистами стратегии и задач развивающей и коррекционной работы и чёткая согласованность действий всех участвующих в этой работе.

В состав школьного ПМПК входят логопед, медицинский работник, школьный психолог, заместитель директора по УВР, учителя школы. Возглавляет работу консилиума заместитель директора по учебно-воспитательной работе.

ПМПК выполняет 3 основные функции : воспитательную, реабилитирующую, диагностическую.

Школьный ПМПК решает следующие задачи:

-выявление характера и причин отклонений в поведении и обучении школьников

-разработка программы воспитательных и коррекционных мер для учащихся

-определение путей и средств коррекционно-развивающей работы для педагогов и родителей.

Вся работа школьного ПМПК строится с учётом следующих принципов:

-комплексность изучения

-динамичность

-соблюдение интересов ребёнка.

По результатам консилиума разрабатывается система коррекционной работы как с учениками, так и с учителем и родителями учащихся. Данные диагностики регистрируются в картах обследования ребёнка.

Виды ПМПК: первичный, плановый, внеплановый, заключительный.

Типы уроков в практике специальных школ VIII вида.

1.Пропедевтический урок – используется для подготовки учащихся к усвоению новых знаний, для улучшения уровня познавательных возможностей детей.

2.Урок изучения нового материала. Изучение нового материала в коррекционных классах – процесс длительный. Овладение чтением, письмом осуществляется месяцами.

3.Урок закрепления знаний.

4.Урок обобщения и систематизации знаний.

В целях предупреждения забывания проводятся уроки обобщения и систематизации знаний. На этих уроках фрагменты знаний объединяются в единую систему, восстанавливаются связи между фактами. Такие уроки используются для повторения. На этих уроках осуществляется коррекция сниженного уровня отвлечения и обобщения.

5.Урок проверки и оценки знаний.

Урок применяется для уяснения уровня знаний и выявления эффективности применения методов обучения. Урок может быть построен в форме беседы, письменной работы, практических заданий.

6.Коррекционный урок.

Применяется для практической реализации коррекции речи, понятий, координации, действий письма. На этих уроках осуществляется исправление, уточнение, перестройка действий, реализуемые в наблюдении объектов или явлений, узнавание, называние, сравнение, описание, выделение главного, обобщение.

7.Комбинированный урок.

Этот тип урока пользуется у педагогов большой популярностью благодаря возможности подачи малыми порциями новых знаний, наличию времени для решения дидактических задач на закрепление, повторение и уточнение знаний, а также благодаря разнообразию приёмов учебного процесса.

Примерная структура комбинированного урока:

-организационный момент и подготовка к уроку

-организация учебной деятельности

-проверка домашнего задания

-повторение ранее изученного материала

-подготовка к восприятию нового материалу

-изучение новых знаний

-коррекция в процессе получения новых знаний

-закрепление нового материала

-подведение итогов

-объявление домашнего задания.

8.Нетрадиционные уроки.

Урок математики в 1 классе .

### Тема урока: Ломаная. Замкнутая ломаная. Треугольник

**Цели и задачи:**

Основные предметные цели:

Помочь детям уяснить:

– понятие ломаной линии, дав определение ломаной;

– понятие треугольника как замкнутой ломаной, имеющей три вершины и три звена – стороны треугольника;

– состав чисел 2 и 3, написание цифр 1, 2 и 3.

**Тип урока**: Урок изучения нового материала.

**Оборудование:**

Карточки с геометрическими фигурами;

Числовые модели, счётные палочки, слайды с  фигурками сказочных героев, волшебная иголочка.

Нетбуки

Проектор

**Ход урока:**

**Организационный момент.**

Дыхательная гимнастика

«Вырасти большой»

Встать прямо, ноги вместе, поднять руки вверх, хорошо потянуться, подняться на носки—вдох, опустить руки вниз, опуститься на всю ступню — выдох. Выдыхая, произносить «у-х-х-х-х».

Повторить 4—5 раз.

«Петух»

Встать прямо, ноги врозь, руки опустить. Поднять руки в стороны, а затем хлопать ими по бедрам. Выдыхая, произносить «ку-ка-ре-ку».

Повторить 5—6 раз.

**Актуализация знаний.**

1.Вводная беседа

- Ребята вы любите сказки?

А вот сегодня на уроке мы с вами побываем в одной сказке. Итак слушайте. Жила – была девочка Машенька. Была у неё волшебная иголочка которая творила чудеса: одевала и кормила свою хозяйку: то платье сошьёт, то скатерть – самобранку. Выверите? Сейчас проверим её волшебную силу.

- Соедините рисунок  с нужной карточкой (дети иголочкой показывают )

**2. Фронтальная работа**

И вот однажды иголочка пропала. Машенька с ног сбилась никак на может найти. Собралась она в путь  дороженьку за иголочкой, а дорога дальняя, трудная, со счётом. А Машенька и в школе никогда  не училась. Ребята, вы хотите ей помочь в пути?

(Дети читают пословицы на слайде)

«Нет друга ищи, а нашёл береги»

«Друг познаётся в беде»

- Давайте проверим настоящие ли мы помощники. Отгадайте загадки. (на слайдах)

1. Сидят три белки на ветках, против каждой белки по белке. Сколько всего белок?

2. Сколько крыльев у котенка,

3. Какое количество дней в неделе?

- И вот подошла Машенька к лесу в котором живёт злой волшебник Числоед. Он заточил в заколдованном замке некоторых жителей этой страны и лишил памяти. Если мы их найдём и поможем им вспомнить их имена, они снова будут свободны.

– К вершине горы, где стоит замок, ведут ступени.

 – Посмотрите на них и скажите, можно ли по ним подняться. (Нет. Ступени перепутаны.)

– Найдите ошибку и исправьте. Объясните своё решение. (После числа 1 стоит число 2, после числа 2 стоит число 3, оно последующее для двух.)

– Как получить последующее число? На сколько последующее число больше предыдущего?

– Как получить предыдущее число?

– Пройдите по ступеням вперёд и назад (прямой и обратный счёт).

– Сосчитайте от 2 до 8, от 10 до 3.

– Назовите соседей числа 3.

– Какое из них предыдущее число, а какое – последующее? Почему?

– Какое число стоит между 8 и 9, справа от 6, слева от 7? Как их можно назвать? (Последующее и предыдущее.)

– Молодцы. Ворота замка открываются. Перед нами несчастные узники:

1 + 1 + 1 =

– А на какие части можно разбить эти кривые? (На замкнутые и незамкнутые.)

– Сколько замкнутых? (2) А незамкнутых кривых? (1)

– А всего кривых? (3). Запишем это:

2 + 1 =

– А если вначале мы посчитаем незамкнутые кривые, сколько их?(1) А замкнутых? (2) Запишем это:

1+     =

**II. Открытие нового знания и формулирование темы урока.**

1) – Слышите, из ворот замка доносится тихий плач. Наверное, мы нашли не все фигуры.

– Кто там, выходи! (Учитель извлекает из ворот ещё одну фигуру)

– Кто знает, как её зовут? (В классе могут найтись дети, которые знают ответ – это ломаная)

- Обратиться к учебнику и проверьте свои предположения с помощью учебника.

2) Задание № 1 учебника на с. 36. (Обсуждение в парах)

– Что мы видим на рисунке? (Отрезки, фигуры из отрезков.)

– Какие из этих фигур похожи на ту, что вышла к ним из замка последней? (Первая, вторая и третья.)

– Чем они похожи? Чем эти фигуры отличаются от других? (Состоят из нескольких отрезков, отрезки не лежат на одной прямой, расположены под углом и т.д.)

3) Задание № 2 учебника на с. 36.Совместная работа в парах.

- Неожиданно Машенька увидела  иголочку, схватила её и укололась. Кто это? ( Появляется на слайде ёж).

Попросила Машенька иголочку, и ёжик согласился, если поможет ему найти на рисунке Пети «лишнюю» фигуру. (Дети определяют  «лишнюю» фигуру, разбивая все фигуры на группы по цвету. Под руководством учителя дети выделяют «лишнюю» фигуру – ломаную)

- Что вы можете рассказать об этой фигуре Машеньке и Ёжику, которые ещё не учатся в школе?

\_ Прочитайте , что пишут авторы учебника про эту фигуру. (Это- ломаная линия. Отрезки – звенья ломаной. Концы отрезков – вершины ломаной.)

- Сколько звеньев у ломаной на картинке?

- Сколько вершин в данной ломаной?

- Сложите из палочек ломаную.

- Сколько звеньев в вашей ломаной?

- Положите столько кружочков , сколько вершин в вашей ломаной.

**Физминутка**

Взяла Машенька иголочку, а она обыкновенная. Побежала она дальше. Что здесь спряталось? Она зашифрована.  Выполним физминутку и угадаем тайну леса.

С О С Н А

4) Выполняем задание № 4 на с. 37 учебника.

Просит Машенька у неё иголочку , а сосна в ответ выполни задание № 4 тогда и дам иголочку.

- Попробуйте  разбить ломаные на группы. Объясните свой выбор. (Дети разбивают все ломаные по цвету)

\_Расскажите Машеньке, как можно назвать синие фигуры?

- Прочитайте выводы учёных. (Это – замкнутые ломаные)

- Какую форму имеет крыша сказочного замка? (Форму ломаной).

**IV. Первичное закрепление**. (Работают в  нетбуках)

Фронтальная работа

-Взяла иголочку Машенька , а она не волшебная. Совсем было отчаялась , но вдруг поднялся сильный ветер, разметал по дороге листочки, необходимо заселить их  в»окошки».

Увидел Машеньку Жук- Шелкопряд, дал её клубочек и сказал : «Беги за ним!»

Работа в паре.

Прибежала к избушке Бабы- Яги, а дом охраняет Сова – умная голова, дверь на 3-х замках , а  пока бежит мы работаем,  выложите на парте треугольник из палочек. Сравните свою работу с работой соседа по парте. Покажите друг другу звенья треугольников и вершины. (убирается 1-ый замок)

**V. Тренировочные упражнения и задания на повторение.**

1) Задание № 6 учебника и задание № 1 рабочей тетради (ур. 18, с. 19).

- Много приключений происходит в сказочном лесу! Но Машенька очень проголодалась. Угостите её фруктами. (убирается 2-ой замок)

2) Задание № 2 рабочей тетради 9 (убирается 3-ий замок)

**VI. Итог урока.**

Двери отворились. Вошла Машеньку в избушку и увидела свою иголочку. Вышила она ковёр – самолёт и полетела, пока Бабы- Яги дома не было. Летит, а сосенка кричит: «С какими новыми фигурами вы встретились? «

А Ёжик просит: «На какие группы можно разделить все ломаные?»

И Жук - Шелкопряд не остался в стороне спрашивает у вас: «Чем отличается треугольник от остальных замкнутых ломаных?»

Машенька прилетела домой и очень вам благодарна. А за что?

Литература.

1.В помощь методическому работнику профессионального образования (справочные материалы). –М., 2010

2.Интеграционные модели специального образования. –М., :Эврика, 2008.

3.Как создать эффективную методическую службу : методические рекомендации/ Т.А.Сергеева . –М.,: Интеллектуальный центр, 2003.

4.Коррекционная педагогика и специальная психология: актуальные проблемы, основные направления развития и перспективы научного поиска :сб. науч. трудов. – М.: АПК и ПРО, 2008.

5.Лизинский В.М. «О педагогической работе в школе» -М., Центр «Педагогический поиск», 2006.

6.Макарова Т.Н. «Планирование и организация методической работы в школе» -М., Центр «Педагогический поиск», 2007.

7.Моисеев А.М. «Заместитель директора школы по научно-методической работе : пособие для руководителей образовательных учреждений» -М.,: Педагогическое общество России, 2001.

8.Новая модель обучения в С(К)ОуУ VIII вида : новые учебные программы и методические материалы . Кн.1/ под ред. А.М.Щербаковой.- М., Изд-во НЦЭНАС, 2001.

9.Образование детей с проблемами в здоровье и развитии/ авт.-сост. Г.П.Буданова, Л.Н.Буйлова. –М., :АПК и ПРО, 2009.

10.Прфессионализм методиста : методическое пособие/ Г.А.Сергеева –М.,: ИРПО, 2002.

11.Ромадина Л.П. «Справочник завуча. Организационно-методические и психолого-педагогические материалы» -М.,: Центр «Педагогический поиск», 2006.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Школьники 5 -8 классы | «Райский уголок» Платонова Елена Николаевна, 14 лет (ребёнок обучается по программе коррекционной школы VIII вида), р.п.Майна, Ульяновская область, МБОУ «Майнский многопрофильный лицей». Учитель Унисьева Ирина Анатольевна | 20 | I место |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | «Розы», Антонова Елена Александровна, 10 лет (ребёнок с ДЦП), р.п. Майна Ульяновская область, МБОУ «Майнский многопрофильный лицей»,учитель Грошева Вера Геннадьевна. | 19 | II место |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 58 |  | «Парус». Брынский Андрей 9 лет. (ребёнок с заболеванием РДА) Ульяновская область р.п. Майна , МБОУ «Майнский многопрофильный лицей» 2 класс, педагог Унисьева Ирина Анатольевна | 17 | III место |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 59 |  | «Мы служим ночью, мы служим днём» Архипов Николай 7 лет. Ульяновская область р.п. Майна. МБОУ «Майнский многопрофильный лицей».Педагог Грошева Вера Геннадьевна | 16 | III место |

**Беседа: “**Здоровый образ жизни и привычки человека”

**Цели:**

* Уточнить полезные и вредные привычки человека.
* Осознать влияние привычек на общее состояние здоровья человека.
* Определить соотношение понятий “здоровый образ жизни” и “привычки человека”

**1. Давайте обсудим и найдем ответы на следующие вопросы:**

* Что такое привычка?
* Какие бывают привычки?
* Какие ценностные установки человека, его воля, разум способствуют укоренению в человеке потребности в полезных привычках и способности отказаться от вредных?
* Каким образом могут повлиять привычки на судьбу человека?

**2. Рассмотрим факторы,** негативно влияющие на здоровье человека:

Привычка – это склонности, ставшие для кого-нибудь в жизни обычным, постоянным, стилем поведения.

* К каким последствиям могут привести полезные и вредные привычки?

|  |  |
| --- | --- |
| Факторы | Последствия |
| 1. Курение, употребление алкоголя, неправильное питание, стрессовые ситуации 2. Загрязнение воздуха, воды, почвы, магнитные и другие излучения | 1. Предрасположенность к наследственным болезням, быстрое старение организма болезненность. 2. Отсутствие профилактических мероприятий, низкое качество медицинской помощи, несвоевременность ее оказания. |

**Последствия полезных и вредных привычек**

|  |  |
| --- | --- |
| Последствия полезных привычек | Последствия вредных привычек |
| Жизнь без болезней  Активный отдых  Труд в удовольствие  Умение стойко выносить любые трудности  Доброе отношение окружающих  Свободное время, увлечения | Болезни  Отдых – пустая трата времени  Труд воспринимается как вынужденное занятие  Неумение отражать стресс  Раздражительность  Кажущееся отсутствие свободного времени (пребывание к различных компаниях) |

**3.** Сейчас я раздам вам напечатанные фразы. В них пропущены некоторые слова. Вы должны эти слова вставить в соответствии со смыслом этой фразы:

* Привычка – это…., ставшее для кого-то…. действием.

(постоянное, склонность, поведение)

* Полезные привычки – образ действия, который…. здоровье человека

(сохраняет, укрепляет, ухудшает)

* Вредные привычки – образ действия, который … здоровье человека.

(сохраняет, разрушает)

Наполеон I по поводу привычек сказал следующее:

- Привычка принуждает нас ко многим глупостям; самая большая глупость – стать ее рабом привычки.

- Люди никогда не испытывают угрызений совести от поступков, ставших у них обычаем. (Вольтер)

- Человек определяется не только врожденными качествами, но и приобретенными.

(И.Гете)

**4. Теперь давайте поговорим о ваших привычках:**

* Какие у вас есть вредные и полезные привычки?
* Что повлияло на формирование ваших привычек?
* В чем мешают вам вредные привычки?
* Каковы последствия ваших вредных привычек?
* От каких привычек вы хотели бы избавиться?
* Что для этого необходимо?

В настоящее время многие ученые признают, что курение – это медленное самоубийство. Медики установили, что каждая выкуренная сигарета стоит курящему 15 минут жизни. Эти минуты постепенно складываются в годы. Курящий живет на 5-7 лет меньше, чем ему отведено природой.

Перечень приносимых курением бед длинный и устрашающий: рак, пептическая язва желудка, коронарная болезнь сердца, хронический бронхит, Эмфизема легких и другие.

Некоторые курящие надеются на фильтр, которых по их мнению предупреждает поступление в организм канцерогенных веществ и никотина. Однако отравляющие вещества проходят этот барьер и попадают в легкие.

При курении стенки сосудов спазмируются и это вызывает коронарную недостаточность. Статистика свидетельствует, что курящие в 13 раз больше страдают стенокардией, чем некурящие.

В сигарете содержатся также и радиоактивный элемент – полоний 210.

Никотин разрушает деятельность нервной системы, сердца, легких, печени, органов пищеварения, от табака желтеют зубы.

**5. Сформулировать выводы:**

* Привычка – поведение, ставшее для кого-то постоянным.
* Привычки бывают полезные и вредные.
* Власть привычки над человеком состоит в том, что человек от природы стремится к комфорту, удовлетворению своих потребностей, удовольствию
* Привычки меняют характер и судьбу человека.
* Удовольствия и комфорт могут приносить пользу и вред.

**6. Итог занятия.**



