**Урок окружающего мира на тему "Поговорим о вредных привычках".**

 **4-й класс**

**Цели:**рассказать учащимся о вреде курения, алкоголя, наркотиков и других токсических веществ; познакомить с правилами предостережения от вредных привычек, воспитывать здоровый образ жизни

**Оборудование:** название темы крупными буквами на доске; слайды: «Легкие курящего человека»; рисунок – схема «Действие алкоголя на внутренние органы человека», пословицы, фото наркоманов, изображение-макет «Солнце жизни»; памятка «Как предостеречь себя от вредных привычек».

ХОД УРОКА

**I. Повторение пройденного**

1. Перечислите названия костей скелета



2. Зачеркните лишнее слово: *носовая полость, гортань, трахея, глотка, бронхи, легкие*

3. Перечислите органы дыхательной системы



4.Запишите три основных правила ЗОЖ на Востоке

**II. Знакомство с новым материалом**

**Учитель:**Сегодня мы поговорим о вредных привычках и о том, как…

*(стук в дверь)*

1. Табакокурение

**Пилюлькин***(заходит и знакомится*). Здравствуйте, ребята! Я – доктор Пилюлькин. Мы узнали, что на уроке вы будете говорить на очень интересную и полезную тему.

**Самоделкин**Да-да, именно о вредных привычках и влиянии их на организм человека.
Вы знаете, я недавно изобрел машину времени.

**Пилюлькин.** Да что ты! Ну, и как?

**Самоделкин.** Я решил ее испытать и побывал в необыкновенной школе! Там такие дети! Они не бегают на переменах по коридору, не кричат, со всеми здороваются, на партах такой порядок… Ну, такая чудесная школа! Пилюлькин, хочешь я тебе ее покажу? А вы, ребята, хотите побывать в такой школе?

**Пилюлькин.** Успокойся, Самоделкин, и объясни все по порядку.

**Самоделкин.** Хорошо, объясню. Чтобы туда попасть, нам нужна Машина Времени и заклинание. Для этого закройте глаза и повторяйте за мной:

Эни, Бени, Мойдодыр,
Ты – пилот, я – командир.
Мы с тобою полетим
В ту страну, где все добры.

*Машина ломается, раздается грохот.*

**Пилюлькин.** Ну вот, Самоделкин, как всегда, ты что-то перепутал. Вечно у тебя все ломается! Тебе ничего нельзя доверить. Полюбуйся, куда мы теперь попали. Какая же это школа Здорового образа жизни и хороших привычек?

**Самоделкин.** Ну, я же не специально, я же не виноват.

*В этот момент появляются двое, звучит музыка.*

**Разгильдякин и Неряшкин.** О-ба! А это кто такие? Вы откуда здесь взялись? И вид у вас какой-то необычный, слишком порядочный.

**Самоделкин.** Мы? Мы из Солнечной страны.

**Разгильдякин.** А-а! Из Солнечной страны… Тогда с вами все ясно.

**Пилюлькин.** А что ясно?

**Неряшкин.** Да так, ничего! Вы там слишком правильные!

*Разгильдякин достает сигареты*.

**Пилюлькин.** Ребята, что это у вас такое? Вы курите?

**Разгильдякин.** А что тут такого? У нас все так делают.

**Самоделкин.** Как все? Вы разве не знаете, какой это вред?!

**Неряшкин.** Но ведь взрослые курят, и ничего – живы, здоровы, не болеют.

**Пилюлькин.** Но болезнь это проявляется не сразу и внешне почти не заметна, но жизнь тем не менее укорачивается на 10 и более лет.

**Разгильдякин** (*начинает кашлять*). Как же!

**Неряшкин.** (*хлопает его по спине*). Ты что, что с тобой?

**Самоделкин.** Вот-вот, это все от курения. Посмотрите на эти рисунки (*показывает рисунки: легкие здорового человека и курильщика*) и сразу все станет ясно. У каждого человека есть легкие. У здорового они вот такие (*показывает рисунок*), а у курильщика – вот такие (*показывает другой рисунок*), черные, потому что смолы, которые находятся в табаке, оседают на легких.

***Слайд 1***



**Неряшкин.** И все это происходит у нас в организме? Неужели?

**Пилюлькин**Да-да, табачный дым сужает кровеносные сосуды и препятствует поступлению кислорода к клеткам головного мозга, а ведь именно там находятся важнейшие центры жизнедеятельности.

**Самоделкин.** А если курят дети, то у них замедляются процессы роста.

**Пилюлькин**. А в моей практике был такой случай, когда заядлому курильщику пришлось ампутировать ноги, то есть никотин, находящийся в табачном дыме, отравляет клетки крови. Каждому седьмому курильщику приходится ампутировать ноги.

**Самоделкин.** Риск заболевания раком легких возрастает в 15–20 раз. Также у курильщика портится цвет лица, появляются преждевременные

морщины, зубы желтеют, а изо рта дурно пахнет. Думаю, невеселая картина! Вы же не хотите лет в 15 выглядеть на 25 или 30?

**Самоделкин.** Знаешь, Пилюлькин, я еще слышал, что вредно находиться даже в одном помещении с курильщиками.

**Пилюлькин.** Да, это называется *пассивным курением*. Человек не курит сам, но его организм поглощает больше вредных веществ, чем сам курильщик. Соседство с курильщиками очень вредно. Некурящий человек вынужден сидеть в прокуренном помещении и таким образом за 1 час «выкуривает» 4 сигареты. А дети из семей курильщиков страдают раньше, чем сами начинают курить. Если курит папа – это равносильно тому, что дети выкуривают 30 пачек в год, а если мама – 50.

**Самоделкин.** Да-да. Головокружение, головная боль, тошнота – первые признаки отравления никотином. Но это только начало. Дальше вас ждет постоянный кашель, одышка, хронический бронхит и воспаление легких. А в конце – туберкулез и рак легких. Рак – это страшная болезнь. Он развивается в легких у курильщиков и пожирает их изнутри. Затем поражает все органы. Человек быстро худеет, умирает!

**Разгильдякин и Неряшкин** (*вместе бросают сигареты*). Нет, мы больше не будем курить никогда и даже пойдем всем расскажем, как это вредно! (*Уходят.*)

**Учитель**Немного истории. Табак открыл Колумб в XV веке, с открытием Америки. Моряки тайно завезли семена табака в Европу, но сначала он применялся в качестве лекарственного средства, и лишь потом приобрел плохую славу.

* В Италии он был объявлен «забавой дьявола».
* В Риме отлучали от церкви тех, кто курил.
* 5 монахов, уличенных в курении, были заживо замурованы в монастырской стене.
* В Англии курильщиков приравнивали к ворам и водили по улицам с веревкой на шее.
* В России попавшийся на курении в первый раз наказывался 66 ударами палок по стопам, во второй раз – отрезанием носа и ушей. А тех, кто торговал этим зельем, повелевалось «пороть, ссылать в дальние города».

2. Алкоголизм

1) Чтение с доски пословиц и беседа по их содержанию

***Слайд 2***

Кто чарку допивает, тот свой век доживает
Кто вино любит, тот сам себя губит
С хмелем познаться – с честью расстаться
Пить до дна – не видать добра

2) Беседа с детьми по вопросам:

– Как алкоголизм отражается на внешнем виде человека;
– Может ли человек, больной алкоголизмом, быть президентом, спортсменом, космонавтом, кинозвездой, фотомоделью;
– Может ли человек, больной алкоголизмом, водить машину, плавать, кататься на лодке ;
– Какие органы поражаются у человека, больного алкоголизмом?

3) Рассмотрение схемы рисунка

***Слайд 3***

**Учитель**Желание пить спиртные напитки относится к числу особо опасных привычек. Пристрастие к алкоголю сокращает жизнь человека на 10-12 лет. От алкоголя разрушается печень, она перестает очищать кровь от вредных веществ. Развивается рак печени. Нарушается питание сердечной мышцы. Развиваются болезни сердца и других органов.
С давних времен алкоголь называют «похитителем рассудка».

**Физкультминутка*Слайд 4***

Дружно встали. Раз! Два! Три!
Мы теперь богатыри!  *(Руки в стороны)*
Мы ладонь к глазам приставим,
Ноги крепкие расставим.
Поворачиваясь вправо. *(Поворот в право)*
Оглядимся величаво,
И налево надо тоже *(Поворот влево)*
Поглядеть из-под ладошек.
И направо, и ещё *(Поворот вправо)*
Через левое плечо *(Поворот влево)*
Точно в танце – руки в боки.
Побежали наши ноги.
Наклонились влево, вправо.
Получается на славу.

3. Токсикомания

**Панина Т.В.** (фельдшер) Есть люди, которым нравится вдыхать пары бензина, и других средств. Они делают это намеренно, называются они ***токсикоманами.***
Токсикомана легко узнать по следующим признакам: он чрезмерно весел, ему хочется двигаться, говорить, но координация движений у него плохая. Затем наступает сон, после которого человек становится вялым, уставшим, испытывает тошноту и головные боли.
К токсикомании тоже можно быстро привыкнуть. Каждый раз организм требует все бoльшую и бoльшую дозу. Постепенно человек становится озлобленным, жестоким, раздражительным, плохо спит и ест. Затем случаются припадки, и  в конце концов наступает смерть.

4. Наркомания

**Учитель.**О самой страшной привычке, вернее, болезни наркомании расскажет нам наш фельдшер Панина Т.В.

**Панина Т.В.**Наркомания – это тяжелое отравление всего организма, тяжелые поражения печени и сердца, желудка и мозга. Можете себе представить, на кого похож такой человек? Наркоманов нельзя и людьми назвать – то, потому что их внешний облик сильно отличается от облика людей. У них неуверенная походка и стеклянный взгляд.

Наркомания – это инфекционные заболевания, это рак и СПИД – болезни, которые не лечатся. Она же – причина большинства преступлений, так как связана с большими деньгами.

***Слайд 5***



Наркоманами становятся люди, обделенные любовью, заботой и вниманием. Эти люди неуравновешенны, плохо себя контролируют и поэтому ищут утешения в наркотиках.

***Слайд 6***



***Слайд 7***

**III. Правила «Как предостеречь себя от вредных привычек»**

1. Никогда не соглашайтесь закурить первую сигарету, выпить первую рюмку, а тем более попробовать наркотики, даже если вам предлагают друзья.
2. Не старайтесь подражать взрослым, так как со стороны это выглядит смешно.
3. Займитесь любимым делом и больше времени уделяйте спорту.



**IV. «Солнце жизни»**

– Ребята! Как же можно так себя травить!?
Как же можно так себя не любить!?
Вместо вредных привычек можно так интересно жить!
Вот «солнце жизни».
Его лучи как добрые советы
Запомни, заучи!

***Слайд 8***



|  |
| --- |
| СпортБлижниеМузыкаЭкскурсииТелепередачиЧтение книгПоходы |

**Ученик**. Некоторые люди считают особым шиком курение, а также употребление алкоголя и наркотиков, однако на самом деле это очень глупо.
Никотин, алкоголь и наркотики оказывают разрушительное воздействие на мозг. Искусственно создавая усиленное ощущение возбуждения, расслабления или удовольствия, они тем самым открывают путь к болезненной зависимости: человек либо начинает верить, что ему необходим наркотик для хорошего самочувствия, либо сам организм полагает, что требуется для его правильного функционирования. Как избежать этих коварных соблазнов и не попасться им «на крючок»? Просто скажите «НЕТ!».

**V. Итог**

– Что интересного узнали на уроке?

**VI. Домашнее задание**