УРОК ЗДОРОВЬЯ

НАРКОТИКАМ -НЕТ!

Проведен 01.12.2004. в 3-"В" классе МБОУ"СОШ№18" Грушиной Светланой Леонидовной.

ЦЕЛЬ: ФОРМИРОВАНИЕ АНТИНАРКОГЕННЫХ УСТАНОВ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ.

ЗАДАЧИ:РАСШИРЕНИЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О ФАКТОРАХ РИСКА ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ -ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧКАХ.

ФОРМИРОВАНИЕ УМЕНИЙ ДЕЛАТЬ ПРАВИЛЬНЫЙ ВЫБОР.

ЗАКРЕПЛЕНИЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ ДЕТЕЙ О ЦЕЛОСТНОСТИ ЗДОРОВЬЯ, ВЗАИМОСВЯЗИ ФИЗИЧЕСКОГО , ПСИХИЧЕСКОГО И НРАВСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ.

РАЗВИТИЕ ТВОРЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ, РАСШИРЕНИЕ ЛИЧНОСТНОГО ОПЫТА В ВЫБОРЕ СПОСОБОВ ОТКАЗА ОТ НАРКОТИКОВ.

ХОД УРОКА

1.Вводная часть:

Музыка ( "Если хочешь быть здоров…")

Дети входят в класс и садятся на свои места.

Учитель: Наш урок я начну с рассказа о спортсмене по подводному плаванию Шаварше Карапетяне.(его портрет) Это случилось в Армении. С моста в Ереванское озеро упал троллейбус с детьми и взрослыми людьми. Рядом оказался Карапетян. Он бросился в воду и вытащил одного за другим более 10 пассажиров. Подумайте, благодаря каким качествам этот человек совершил такой геройский поступок?(дети называют)

На доске:

1.Физическое здоровье:

-спортсмен,

-закаленный подводник,

-тренированный,

-выносливый,

-сильный.

 2.Нравственное здоровье:

-любовь к людям,

-сострадание.

3.Душевное (психическое):

-уверенность,

-сила воли,

-бесстрашие,

-мужество.

А еще этот человек не курит, не пьет, правильно питается, ведет здоровый образ жизни .И так, мы создали портрет здорового человека.

Основная часть:

-А сейчас я опишу портрет совсем другого человека:

1.У него мутные глаза.

2.Отрешенный вид.

3.Истощенное тело.

4.Не очень связная речь.

5.Безразличие к окружающим людям.

6.Дрожащие руки.

7.На руках исколотые вены.

-О ком идет речь?(о наркомане)

Какова тема нашего урока здоровья? Что вы можете рассказать о наркотиках, о людях, которые их употребляют? Послушаем, что подготовили наши ученые.

1ученик: Наркотики известны с очень давних пор. В древности люди использовали их для проведения заклинаний, магических ритуалов. Применяли в виде оружия .С развитием медицины наркотики стали использовать для лечения некоторых заболеваний, для обезболивания. Некоторые спортсмены так же используют наркотики для увеличения мышечной массы, но применение наркотиков на соревнованиях строго запрещено.

2 ученик: Различают 2 группы наркотиков: 1-я - это природные наркотики, к которым относятся некоторые растения (мак, конопля …).2-я- синтетические, т.е. созданные химическим путем(различные таблетки, напитки…).

3 ученик: В словаре Ожегова дано следующее определение наркотика:"Наркотики- это природные или синтетические вещества ,вызывающие наркоманию".

Врач: Наркомания- это болезнь, которая развивается в процессе употребления тех или иных наркотиков, приводящая к тяжелым нарушениям функций организма. Это страшная и коварная болезнь, которая постепенно разрушает тело, душу человека, забирает красоту, отнимает силу, ломает волю, меняет характер человека. Приятные ощущения испытывает наркоман и ему хочется снова испытать это состояние(эйфория).Однако, для повторения ощущения наркотик нужен все чаще и чаще. У человека возникает зависимость от наркотика . Без него человек не в состоянии учиться, работать. Постоянно его мысли заняты "Где достать деньги, наркотики?"Постепенно человек становится неузнаваем:

1.Разрушается нервная система.

2.Ухудшается память, внимание.

3.Болят мышцы спины, шеи; тускнеют глаза , волосы; слабеет иммунитет.

Учитель: Печальна судьба тех людей, кто связал свою жизнь с наркотиками. Они теряют друзей и близких.

(чтение стих.А.Башлачева"Вишня")

А.Башлачев - наш земляк, череповчанин .Он был поэтом и исполнителем песен на свои стихи .Его трагический "полет"(род.27 .05.1960,умер 17.02.1988) закончился в 28 лет.

-А сейчас вы увидите портрет другого талантливого исполнителя, которого знает весь мир -это рок -музыкант ,лидер группы "Квинт" Фредди Меркюри. Он погиб в 45 лет от наркотиков. Жертвами наркотиков стали такие талантливые люди- актриса М.Монро, певец Пресли и др. известные люди)

Родительница Ирина Юрьевна: С наркотиками ,их торговлей, их изготовлением борются полиция, социальная организация госнаркоконтроль, но бороться очень трудно, т. к. люди ,которые изготавливают и продают наркотики , получают за это огромные деньги. Причем эти люди сами не употребляют наркотики, а наживают свое богатство на чужой беде.1 декабря- День борьбы со СПИДом, а его получают через наркоманию.

Практическая часть:

-Самое главное научиться отказываться от предложения попробовать наркотики, кто бы вам их не предлагал. Что бы вы ответили на предложение попробовать наркотики?(работа в парах, советуются)

Ответы детей:

-Я обойдусь без этого.

-Я не хочу отравлять свой организм.

-Эта дрянь не для меня.

-Я берегу свое здоровье и тебе советую.

-Я занимаюсь спортом ,а спорт и наркотики несовместимы.

-В моей жизни много других удовольствий.

-Я хочу прожить долгую и счастливую жизнь.

\_Я не хочу страдать сам и доставлять горе родителям.

Учитель: Самое ценное у человека-это жизнь и здоровье. Наркотики, как коварные враги, потихоньку, сначала-

1.Отравляют организм.

2.Потом разрушают душу.

3 .Отбирают сначала ум ,а потом и жизнь.

Те, кто употребляет наркотики, совершают полет не в небо ,а в пропасть. Умей сказать : наркотикам- НЕТ!

Веселая речевка: (дети говорят "да" или "нет" или "мы")

1.Солнце- яркая звезда?(да) .Наркоте мы скажем(нет).

Можно жить без сигарет(да). А без радостного дня?(нет).

2.Другу нужно помогать?(да).Про наркотик рассказать?(да).

Малышам подать совет?(да).Про беду раскрыть секрет?(да).

3.Кто желает сильным стать?(мы).Миром мудро управлять?(мы).

Дом, природу сберегать?(мы).И здоровье охранять?(мы).

4.Солнце - яркая звезда?(да).Мы в ответе за тебя?(да).

А наркотикам в ответ ?(НЕТ!НЕТ!НЕТ!)

СПАСИБО ЗА УРОК!!!