**Коррекционно- развивающее занятие на тему:**

**«Умей говорить нет»**

**Цель**: Формирование навыков здорового образа жизни.

**Задачи:**

• Предоставить учащимся объективную информацию о последствиях курения, алкоголизма.

• Коррекция и развитие речи воспитанников на основе упражнений в аргументации против вредных привычек и противостоянию давления сверстников.

• Воспитывать негативное отношение к вредным привычкам.

**Оборудование:** карточки.

**Ход занятия**

1. **Вводная часть**

**Педагог**. Добрый день, дорогие ребята! Послушайте, пожалуйста небольшой рассказ.

Старый дом пуст. Скоро его снесут. Здесь и расположились ребята: пятиклассник Миша, третьеклассник Саша и Илюша, мальчик из 4 класса. Миша – худой высокий мальчик – достал пачку сигарет. Он ловко ударил по коробочке. Выскочила одна сигарета. Сигарета смотрела в сторону Саши. Саша тремя пальцами взял сигарету. Миша щелкнул второй раз. Вторая сигарета была направлена в сторону Илюши. Илюша покачал головой:

- Не буду. Я пойду…

Миша презрительно усмехнулся.

- Эх ты, маленький, боишься, мама ремня даст. Кури. Никто не узнает.

- Меня не бьют, - тихо сказал Илюша. – Я не боюсь, не хочу. Мой дед курит, никак бросить не может, мучается. Я пойду.

- Ты не сердись, я тоже не буду, - проговорил Саша; протянул Мише сигарету и тотчас побежал догонять Илюшу…

**Педагог**. О чём, на ваш взгляд, мы будем сегодня говорить?

**Дети.** Высказывают свои мнения.

1. **Основная часть**

**Педагог**. Сегодня наше занятие посвящается борьбе с вредными привычками.

**Педагог**. А какие вредные привычки вы знаете?

**Дети**. Сквернословие, курение, наркомания, употребление спиртных напитков.

**Педагог**. Верно. Сегодня мы остановимся на двух аспектах. О вредных для здоровья факторах – о пьянстве и курении. Никотин и алкоголь называют «культурными ядами». Но именно они приносят множество бед и страданий. Скажите, ребята, кто прежде всего страдает от этих вредных привычек?

**Дети**. Те, кто находится рядом.

**Педагог**. Конечно, страдают семья, друзья и т. д. Более того, в результате вредных привычек сокращается продолжительность жизни, повышается смертность населения, рождаются неполноценные дети.

Самой распространенной и опасной привычкой является курение. Многие курильщики рассматривают свое пристрастие к табаку, как «маленькую слабость». Однако они ошибаются. Курение подрывает здоровье человека, снижает его работоспособность, является причиной многих болезней. Когда человек курит, в его организм попадает более 400 вредных веществ. А кто из вас знает, какое из них самое вредное?

**Дети**. Это никотин.

**Педагог**. Вот я тут в журнале прочитала, если к клюву птицы поднести палочку, смоченную никотином, она умрет. Собака может умереть от половины капли никотина. Для человека составляют опасность 2-3 капли никотина: столько содержится в 20 сигаретах, если человек за раз выкурит столько, то может даже расплатиться жизнью. Вы знаете, что курение сокращает жизнь. Если человек курит в день 1 - 9 сигарет, то сокращает свою жизнь на 4 года.

Посчитайте, сколько лет человек отнимет у себя, если выкуривает в два раза больше?

**Дети**. 8 лет.

**Педагог**. Курение - причина многих заболеваний, одно из них – рак легких - это очень тяжелая болезнь. Курение сильно сказывается на сердце, а это ведёт к быстрой утомляемости, невнимательности, плохому сну, неуспеваемости в школе. Если курит школьник, у него замедляется рост, он растет хилым, слабым, вялым. Постоянное курение вызывает привычку: человеку уже трудно бросить курить.

К вредным привычкам относится и употребление спиртных напитков.

Алкоголь относится к наркотическим веществам, поскольку его употребление приводит к привыканию организма, развитию различных заболеваний, сокращает жизнь на 10-12 лет. Алкоголь - яд для всех органов нашего организма. Наибольший вред он оказывает центральной нервной системе, угнетая деятельность головного мозга. Человек может быть хорошо воспитанным и скромным, а в состоянии опьянения, он совершает «дикие» поступки. Он теряет бдительность, перестает быть осторожным, может выболтать любую тайну. Существует даже такая пословица: «Что у трезвого на уме, то у пьяного на языке».

***Игра «Исключи лишнее».***

**Педагог**. У вас на столе лежат листочки: на них написано много интересных и полезных занятий, но среди них есть и вредные привычки, зачеркните их пожалуйста.

Дети работают по карточкам. (Заниматься спортом, есть много сладкого, делать утреннюю гимнастику, много смотреть телевизор, следить за одеждой, сквернословить, закаляться, долго играть в компьютерные игры, много времени проводить на воздухе, курить, умываться, чистить зубы, употреблять спиртные напитки, правильно питаться, соблюдать режим дня, вовремя учить уроки, заниматься музыкой, рисовать, читать книги, помогать маме).

**Педагог**. О вредных привычках народ сложил пословицы и поговорки. Давайте попытаемся объяснить, что они означают?

С хмелем познаться – с честью расстаться.

**Дети.** (Педагог помогает). Пьянство заглушает рассудок, совесть; пьяный легко может обмануть, не сдержать слово.

**Педагог**. Пить до дна – не видать добра. О чём эта пословица?

**Дети**. Пьяница теряет здоровье, друзей, работу, уважение, окружающих, любовь близких.

***Физминутка***

**Педагог**. А сейчас откроем форточку и продолжим борьбу с вредными привычками. Поможет нам в этом стихотворение «Со здоровьем дружен спорт» И. Семеновой.

Со здоровьем дружен спорт,

Стадион, бассейны, корт,

Зал, каток – везде вам рады.

За старания в награду

Будут кубки и рекорды,

Станут мышцы ваши тверды.

Только помните: спортсмены

Каждый день свой непременно

Начинают с физзарядки.

Не играйте с дрёмой в прятки,

Быстро сбросьте одеяло,

Встали – сна как не бывало.

Дети выполняют движения за воспитателем.

**Педагог**. Мы выяснили, что вредные привычки вредят здоровью человека. Но почему же многие наши знакомые курят и употребляют спиртное?

Дети приводят свои предположения.

**Педагог.** Когда-то они попробовали в первый раз закурить, а за первым – второй, третий и так у них сформировалась привычка. Отсюда следует: если в первый раз не откажешься, потом это сделать трудно, почти не возможно. Если вам предлагают спиртное или сигарету, то ваш ответ должен быть каким?

**Дети**. Нет!

**Педагог**. Сейчас мы потренируемся, как можно правильно отказываться от таких предложений. Я предлагаю вам игру, которая научит вас правильно вести себя сложных ситуациях, отстаивать свое мнение и не поддаваться на уговоры сверстников.

***Игра «Выбери правильный ответ»***

На столе карточки красного и зеленого цвета с вариантами предложений и ответов. Задание выбрать правильный ответ на предложение.

***Варианты предложений и ответов:***

У нас во дворе многие курят, ничего с ними не случилось! Попробуй и ты!

Хочешь пиво? Выпей, никто не заметит!

Давай закурим, от одной сигареты ничего не будет.

Почему ты не куришь: боишься, что мама заругает?

Попробуй пиво! У тебя будет хорошее настроение!

Давай покурим! Или ты трусишь?

Пошли покурим, или тебе слабо?

Давай покурим: после одной сигареты к курению не привыкнешь.

Нет! Мне этого не нужно, я хочу быть здоровым!

Нет! Пойдем лучше погуляем с моей собакой!

Нет! Я не буду и тебе не советую!

Нет! Вредные привычки не приводят к добру!

Нет, я лучше поиграю в любимую игру!

Нет! У меня есть более интересные занятия!

Нет! Я не хочу подражать тем, кто не бережет свое здоровье! Нет! Я спешу в кино! Хочешь, пойдем со мной!

Нет! Я спешу в кино! Хочешь, пойдем со мной!

Нет! Мама меня просила сходить в магазин! Пошли со мной, может твоей маме тоже нужно что-нибудь купить?

Нет! Лучше пойдем ко мне: вчера мой старший брат принес новые интересные компьютерные игры, поиграем.

**Педагог**. Ребята, скажите, пожалуйста, а в чьей роли быть легче: предлагать или отказываться?

**Дети**. Предлагать вроде бы легче.

**Педагог**. Верно, легче предлагать. Отказаться бывает не совсем легко, но этому нужно научиться.

**Педагог**. А сейчас, я вам предлагаю обсудить ситуации, которые могут произойти с каждым из вас.

***Игра «Ситуация»***

**Педагог**. Ваш старший товарищ предлагает вам попробовать пиво, при этом, он демонстративно отпивает из банки и говорит, как это легко и просто, какое приятное состояние вызывает пиво. Говорит, что никто ничего не узнает: родители на работе, а учителя далеко. Как вы поступите?

**Дети**. Предлагают свои варианты ответов.

**Педагог**. На улице к тебе подходит старшеклассник и, протянув сигарету, предлагает закурить; ты отказываешься, он начинает смеяться над тобой, говоря, что ты «маменькин сыночек». Что ты будешь делать?

**Дети.** Предлагают свои варианты ответов.

**Педагог**. Молодцы! Вы справились с заданием, и теперь я уверенна, что в подобных ситуациях вы не растеряетесь, и примите правильное решение!

1. **Заключительная часть**

Много несчастий и болезней могут принести курение, алкоголь и наркотики. Помните, ребята, что здоровье – это главная ценность человека. Здоровье не купишь ни за какие деньги. Будучи больным, вы не сможете воплотить в жизнь свои мечты.