Тема урока: Вредные привычки, их влияние на организм человека.

Тип урока: обобщающий урок.

Структура урока: урок-конференция.

Задача урока: Доказать пагубность вредной привычки, страшного порока-пьянство. Вывести формулы здоровья.

Цели урока:

. Обучающие:

- расширить знания учащихся о воздействии алкоголя на отдельные органы и системы человеческого организма;

- отрабатывать умение формировать свое суждение на проблему, умение обосновывать свою точку зрения;

- развивать навыки работы с дополнительной литературой, умение выбирать главное и конспектировать.

. Коррекционно-развивающие:

- развитие у обучающихся навыка анализа различных ситуаций;

- активизация внимания учащихся к проблеме, показав ее значимость;

- развитие навыка публичных выступлений;

- формирование творческого отношения к выполняемой работе.

.Воспитательные:

-воспитание нравственности, понимания несовместимости принятия алкоголя и здорового образа жизни;

- профилактика принятия спиртных напитков;

- заставить задуматься тех, кто уже пробует алкогольные напитки, о последствиях этой пагубной привычки;

- проведение антиалкогольной пропаганды.

Оборудование урока:

- таблицы «Сердце», «Печень»;

- таблички для действующих лиц «специалистов»

- компьютер;

- экран;

- видеофильмы «В чем опасность алкоголя?»; «В семье растет подросток»;

- плакат «Пьянство есть упражнение в безумии» Пифагор;

- газеты, выпущенные учащимися 8-9 классов на тему урока.

- презентация к уроку.

**План урока:**

1.      Организационный момент.

2.      Объявление темы урока и задачи урока.

3.      Ход урока по теме.

4.      Итог урока.

5.      Рефлексия.

**Ход урока**:

**1.      Организационный момент. Приветствие.**

Учитель:

- Приветствую всех, собравшихся в этом зале. Сегодня у нас необычный урок. На нем много гостей: учащиеся 8-9 классов, уважаемые учителя. Урок пройдет в виде конференции, чтобы с разных точек зрения обсудить известную всем проблему вредной привычки к напиткам, содержащим алкоголь. Перед вами выступят специалисты из разных областей знаний: историк, философ, социолог, медик, воспитатель, психолог. Выступающие поднимитесь, пожалуйста, на сцену и займите свои почетные места (специалисты – подготовленные ученики 9 класса).

***2.* Объявление темы урока и задачи урока *(слайд 1).***

Учитель:

Итак, начинаем нашу конференцию по теме: «Вредные привычки, их влияние на организм человека». Задача урока: « Доказать пагубность страшного порока-пьянство. Вывести формулы здоровья».

**3.      Ход урока по теме.**

-Вступительное слово учителя.

Здоровый образ жизни принято считать показателем уровня культуры человека и государства в целом. Развитие вредных привычек у людей является фактором риска. С каждым годом ухудшается здоровье детей и это проблема государства. Следует помнить, что каждый взрослый человек «родом из детства». Именно в детстве человек приобретает свойство, необходимое ему в будущем. К настоящему времени установлено, что негативные изменения у школьников возникают постепенно. С возрастом здоровье ребенка все больше становится социально зависимым. Сегодня мы поговорим о том: «В чем опасность алкоголя?». Послушаем специалистов и зададим им вопросы.

-Выступления специалистов:

Учитель: «Итак, что касается истории…»

*Историк*-выступление *(слайд 2)*

Учитель: «Есть вопросы к выступающему?»

-О чем размышляют философы?

*Философ*-выступление *(слайд 3)*

Учитель: «Есть вопросы?»

-Что беспокоит социологов?

*Социолог*-выступление *(слайд 4)*

Учитель: «Есть вопросы?»

-Что о вреде здоровью и болезнях из-за алкоголя говорят медики…

*Медик*-выступление (*слайд 5*), показ фрагмента из видеофильма «В чем опасность алкоголя».

Учитель: «Есть вопросы?»

-Счастливы ли дети в семьях, где пьющие родители…

-Об этом нам расскажет воспитатель.

*Воспитатель*-выступление (*слайд 6*), стихотворение «Крик души»

Учитель: «Есть вопросы?»

-О сложном процессе воспитания ребенка расскажет нам психолог.

*Психолог*-выступление *(слайд 7)*, показ фрагмента из видеофильма «В семье растет подросток»

Учитель: «Есть вопросы?» Перед нами выступили все представители.

А теперь вернемся к началу урока, вспомним какая задача была поставлена и выполнили ли мы ее? *(слайд 1*)-обращение в зал. Попробуем вывести формулы здоровья. А сейчас посмотрим на экран и увидим призыв участников конференции ко всем присутствующим.

«Обращение всех участников конференции по теме «Вредные привычки и их влияние на организм человека» *(слайд 8).*

**4.Итог урока.**

Заключительное слово учителя.

-Сегодня мы выполнили один из советов «8 врачей», которые призывают всех следовать здоровому образу жизни. Мы провели антиалкогольную пропаганду среди учащихся нашей школы. Вы, юное поколение, живете в 21 веке, и вы должны избежать вредных привычек. Ведь пьяницами не рождаются - ими становятся.

**5.Рефлексия.**

Учитель.

Можно считать, что цель нашей встречи достигнута?

Спасибо за внимание! Давайте вынесем приговор вредной привычке – пьянство: «Казнить! Нельзя помиловать!» (выступающие бросают банки из-под пива в ведро.) «Наш выбор – здоровый образ жизни. Желаем всем крепкого здоровья!» (*слайд 9).* Читают хором.

(Примечание: все выступления специалистов прилагаются).

**(Приложение к уроку):**

**1. Выступление историка:**

Дата рождения этилового спирта точно не установлена. Известно, что он появился на свет очень давно. О нем узнали примерно за 8 тысяч лет до нашей эры, когда с появлением керамической посуды возникла возможность изготовления слабых алкогольных напитков из меда и плодовых соков. Люди научились получать спиртные напитки из дикорастущего винограда, еще в те далекие времена, когда не существовало земледелия. Благодаря одурманивающему свойству, вино распространилось по всей планете, оно не обошло ни одной нации, ни одного социального класса, ни одной возрастной группы*. В России до 16 века пили преимущественно медовуху, пиво, иногда привозили вино.* При царе Иване lV были учреждены « Царевы кабаки», в которых продавались различные хмельные напитки. Вначале эти кабаки существовали только для придворной знати, затем их стали вводить повсеместно.

**2. Выступление философа.**

Наша страна славится своими винами. Вам известно, что небольшое количество вина влияет на настроение, на аппетит, помогает забыть невзгоды, и этого мы не можем отрицать. А при постоянном употреблении даже малых количеств неизбежно приведет к серьезному трудноизлечимому заболеванию. Когда человек принимает много спиртного, то им управляет не ум, не воля, не душевные качества, а спиртное. Этих людей называют поклонниками « зеленого змия». Если мы говорим, что *каждый человек – кузнец своего счастья,* то вправе сказать, что человек может быть кузнецом своего несчастья. *Мы сами являемся хозяевами своей судьбы.* Каждый человек распоряжается своей судьбой по- своему. Вот и получается, что в одном и том же городе, по одним и тем же улицам ходят очень разные люди. Перед одними открыт весь мир, перед другими – только двери закусочных и пивных. Очень точно это отразил в своих стихах *английский поэт Роберт Бернс: Для пьянства есть любые поводы:*

*Поминки, праздник, встреча, проводы,*

*Крестины, свадьба и развод,*

*Мороз, охота, Новый год,*

*Выздоровленье, новоселье,*

*Печаль, раскаянье, веселье,*

*Успех, награда, новый чин,*

*И просто пьянство без причин!*

Есть люди искренне убежденные в том, что надо «обмыть» обязательно любую встречу, не угости приятеля, которого неделю не видел – может обидеться. Раз ты в гостях – пей! Но так говорят - пьяницы. Наоборот, если ты отказываешься, находишь в себе силы противостоять рюмке – ты настоящий мужчина.

**3. Выступление социолога.**

*«Было ремесло – да хмелем поросло»* - гласит народная мудрость, свидетельствуя о пагубном влиянии алкогольных напитков на человека - труженика, человека творца». *После приема даже небольшого количества спиртного работоспособность человека снижается.* Нетрезвый работник у станка ломает инструмент и машину, нередко калечит себя. Значительно возрастает и процент брака там, где трудится человек в нетрезвом состоянии. Самые маленькие дозы спиртного снижают производительность труда на 5 –15%.Когда человек приходит на работу с похмелья, у него: болит голова, снижается внимание, замедлена реакция, человек плохо соображает. Вследствие этого могут возникнуть несчастные случаи. Установлено, что *несчастных случаев бывает больше после праздничных и выходных дней.* И конечно нельзя умолчать, что *с не трезвым человеком чаще происходят несчастные случаи*:смерть от общего охлаждения тела,смерть от ожогов (причины: небрежное обращение с бытовыми приборами, невнимательность при приготовлении пищи, не выключенный газ, электронагревательные приборы, брошенный окурок). Вы не будете спорить со мной, если я скажу, что человек живет в обществе, в коллективе. И от того какой вы, каково ваше здоровье, настроение, зависит здоровье, настроение и благополучие знакомых и незнакомых для вас людей.

**4. Выступление медика**.

Помимо многих бед и несчастий, которые приносит *спирт* в быту и на производстве, он *губительно действует на здоровье человека. Алкоголь действует на нервную систему* человека, как удар хлыста на усталую лошадь: она бежит быстрее, но сил у нее не прибавляется*. Алкоголь ослабляет процессы торможения*;заметно *снижает умственную и физическую работоспособность; координацию движений* и точность различных операций.Поэтому бытующее представление о том, что принятые внутрь спиртные напитки, якобы « дезинфицируют» организм, крайне наивно. У людей, принимающих спиртные напитки, *усиливается восприимчивость организма к ряду тяжелых заболеваний.* При употреблении больших доз – печень не успевает обезвреживать весь алкоголь. Это вызывает заболевание*: цирроз печени*. Смертность от этого заболевания высока.В результате приема больших доз спиртных напитков возникают заболевания:желудочно- кишечного тракта ( гастриты , язва желудка или двенадцатиперстной кишки); болезни сердца. При гипертонической болезни особенно опасно принимать алкоголь. В начале давление крови уменьшается, затем резко повышается. В этот период возможно кровоизлияние в мозг, инфаркты миокарда. К сожалению, пьянство остается большим злом. Это проявление безволия, эгоизма, бездушного отношения к себе, к людям. Борьба с пьянством должна быть всеобщей постоянной и упорной. *Помните пословицу: «Водка сильна, но сильней воля своя».*

**5. Выступление воспитателя**

Я думаю, что многие столкнулись с проблемой семейного счастья и знаете как все это нелегко. Стоит ли мечтать о любви и счастье на всю жизнь, если в вашу семью поселился « зеленый змий». Украшение нашей семейной жизни - дети. В них мы видим свое продолжение и смысл жизни: хотим их видеть счастливыми и здоровыми. Представьте, что прошло время и у вас есть семья. Скажите, чему вы станете учить свою дочь? Наверное, сначала говорить, ходить, петь, танцевать, рисовать. Но будут ли здоровыми и счастливыми те дети, родители которых зачастую пьяны? Детская психика отличается неустойчивостью, малой выносливостью. Конфликтные ситуации в семье травмируют психику ребенка, это приводит к нервно - психическим расстройствам. Из- за родителей, страдают дети. Послушайте стихотворение о своем папе, которое написал один мальчик в газету. *« Крик души»*

 *Почему мой папа такой? Вечно пьяный и вечно злой. Никогда за собой не следит и на всех почему-то сердит. Открывает пинком он дверь и врывается в дом, как зверь. Нас обзывает плохими словами, все в доме пинает ногами. Мама шепчет мне тихо: «Беги». А мне слышится крик: «Помоги!». Я-мужчина, ноя еще мал, а то папе я твердо б сказал:*

 *«Мне стыдно, что ты папа мой. Уходи! Нам не нужен такой.*

**6. Выступление психолога.**

*Воспитание ребенка – это сложный процесс*. Воспитать ребенка правильно легче, чем его перевоспитать. Воспитание ребенка - дело приятное, радостное, доступное каждому человеку*. Перевоспитание - трудная и сложная работа*. Исправить человека удается очень дорогой ценой. Почему? Потому что: психическая деятельность осуществляется при помощи механизма условных рефлексов. *Условный рефлекс* – это ответная реакция организма на воздействие раздражителя. Под влиянием систематически повторяющихся раздражений и ответной реакции организма принимает характер устойчивой системы, которая называется динамическим стереотипом. Динамический стереотип отличается такой прочностью, что его ломка или изменение представляет трудный и болезненный процесс. Поэтому *воспитание начинается с рождения ребенка, особенно важны первые 5-6 лет его жизни.* В эти годы закладываются основы характера человека и надо успеть выработать у ребенка те нравственные представления и привычки, те волевые качества, которые определят дальнейшее развитие его личности. Педагог *Василий Александрович Сухомлинский* сказал: *«Самое важное в воспитании – это прекрасный воспитатель. И от того, как прошло детство, кто вел ребенка за руку в детские годы, что вошло в его разум и сердце из окружающего мира – от этого в решающей степени зависит, каким человеком станет сегодняшний малыш».*

**Обращение участников конференции.**

Мы, участники конференции, обращаемся ко всем учащимся школы с призывом следовать здоровому образу жизни. Для этого в вашем распоряжении всегда *есть 8 врачей, готовых помочь в создании стопроцентного здоровья*. Это - солнечный свет, свежий воздух, чистая вода, естественное питание, физические упражнения, активный отдых, хорошая осанка, разум. Следуйте их советам:

- чаще бывайте на свежем воздухе, летом обязательно загорайте;

- ешьте больше овощей и фруктов, выращенных на солнце;

- не курите, не употребляйте алкоголь, ведите антиникотиновую, антиалкогольную, антинаркотическую пропаганду;

- ешьте только при ощущении голода, не переедайте;

 -ежедневно выполняйте утреннюю зарядку;

- следите за осанкой;

- не позволяйте отрицательным мыслям взять верх в разуме;

- общайтесь с людьми добрыми, жизнерадостными, оптимистичными, мудрыми.

Придерживайтесь этих советов! Они помогут вам сохранить ваше здоровье.

Литература:

Александров А. А. « Алкоголь и его профилактика в школе».

Хрипкова А.Г. « Мальчик, подросток, юноша».

Ягодинский В.Н.« Школьнику о вреде никотина и алкоголя».

Коростелев А. А. « От А до Я».

Научно - популярная медицинская литература.