

УРОК Основи здоров'я (9 клас)

ТЕМА. РИЗИКИ Й НЕБЕЗПЕКИ

Автор: Вчитель хімії, біології і основ здоров'я

Загородня Тетяна Василівна



На уроці учні ознайомилися з надзвичайними ситуаціями, ризиками та небезпеками, а також їх розрізняти.

Мета: ознайомити учнів із поняттям ризику та його видами; відпрацьовувати навички щодо алгоритму дій у разі потрапляння в екстремальну ситуацію; розвивати вміння визначати рівень ризику в повсякденному житті; виховувати впевненість у власних силах і можливостях.

Тип уроку: комбінований.

Обладнання: картки, аркуші паперу формату А4, маркери, таблиця або схема «Види ризиків», ілюстрований матеріал щодо ризикованих ситуацій, музичний супровід (аудіозапис пісні «Ризик — справа благородна»)/ зошити, підручники.

ХІД УРОКУ

І. ОРГАНІЗАЦІЙНИЙ МОМЕНТ

I. Привітання вчителя.

II. АКТИВІЗАЦІЯ ОПОРНИХ ЗНАНЬ. МОТИВАЦІЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ УЧНІВ

1. Взаємоопитування. Робота в парах

Учні ставлять запитання одне одному за матеріалом статті, опрацьованої вдома.

2. Розшифрувати формулу

Формула безпечної життєдіяльності «Передбачати, уникати, діяти». Використайте для її пояснення складені вдома пам'ятки або міні-проекти.

3. Аналіз одного дня свого життя

— Розписати, що робив удома, по дорозі до школи, у школі, після уроків, у дворі.

— Відмітити дії, які можуть бути небезпечними.

Які емоції виникають під час небезпеки? (*Неспокій, тривога, страх, паніка тощо*)

Щоб уникнути їх, треба обізнано оцінювати наслідки розвитку ситуації або своєї поведінки.

III. ПОВІДОМЛЕННЯ ТЕМИ УРОКУ, МЕТИ Й ЗАВДАНЬ

— Сьогодні ми поглибимо і збагатимо свій життєвий досвід із питання «Ризики й небезпеки. Поняття про ризик. Виправдані й невиправдані ризики. Оцінка ризиків у щоденному житті. Екстремальні й надзвичайні ситуації».

IV. ВИВЧЕННЯ НОВОГО МАТЕРІАЛУ

1. Вправа «Мозковий штурм»

Назвати приклади «ризикована ситуація».

2. Керована дискусія «Види ризику. Виправдані та невиправдані ризики»

— Згадаймо, що здоров'я — це фізичне, психологічне й соціальне благополуччя.

- Які з ризиків загрожують фізичному, психологічному чи соціальному благополуччю?
- Які ризики виправдані, а які — ні? Чому?

3. Робота за таблицею (можна доповнити своїми прикладами)

Види ризиків

Вид ризику	Напрямок загрози	Приклади
Фізичний	Життя і здоров'я	Ходити у вологому взутті, займатися екстремальними видами спорту, перебігати дорогу перед автомобілем тощо
Психологічний	Самоповага, упевненість	Злякатися, пережити стрес, сваритись, із друзями, відмовитися від пропозиції, першим підійти, щоб познайомитися тощо
Соціальний	Авторитет дорослих, популярність серед однолітків, успіх	Порушувати шкільні правила, вести себе агресивно, іти проти всіх у компанії тощо

4. Моделювання ситуації

Тобі пропонують закурити. Які види ризику для тебе?

- *Фізичний*: якщо погодишся, то ризикуєш нашкодити здоров'ю.
- *Психологічний*: якщо погодишся, то можеш відчувати страх викриття, якщо відмовишся — тривогу, що тебе виженуть із компанії.
- *Соціальний*: якщо погодишся, то про це можуть дізнатися батьки, якщо відмовишся — ризикуєш залишитися без приятелів. Учні пропонують свої ситуації, які вони в них мають ризики.

Інші визначають види ризиків.

5. Вправа «Доповнення»

Навести приклади виправданого ризику: відмовився від небезпечної пропозиції, виступив перед усією школою, захистив того, над ким насміхаються однокласники. Такі ситуації потребують сміливості, ти набуваєш упевненості, розвиваєшся як особистість.

Діти доповнюють — участь у змаганнях", урятувати життя, загасити невелику пожежу тощо.

Навести приклади невиправданих ризиків (діти) — залишити менших без догляду, запливати на глибину, грати з вибуховими речовинами, ходити по тонкій кризі, перебігати перед автомобілем, що рухається.

Висновок. Деякі люди мають схильність до нерозумних ризиків — палять, уживають алкоголь, наркотики, агресивно поведуться. Таку поведінку називають ризикованою. Зазвичай одні види ризикованої поведінки тягнуть за собою інші. Більшість кримінальних злочинів, ДТП, нещасних випадків у побуті пов'язані з уживанням алкоголю й наркотиків.

6. Оздоровлювальна вправа. Руханка

Учасники стають у коло одне за одним. Учитель промовляє слова, які супроводжують певними рухами, а всі повторюють за ним:

- «Ми йдемо! (*Упевнений хід по колу.*)
- Не боїмося нікого! (*Заперечувальні рухи руками.*) ,
- Ой, а це що? Це болото! Чав! Чав! Чав! (*Хід, високо піднімаючи коліна.*)
- Ой, а це що? Це море! Буль! Буль! Буль! (*Імітація плавання.*)
- Ой, а це що? Це поле! Туп! Туп! Туп! (*Гучне тупотіння.*)
- Ой, а це що? Такий великий, такий пухнастий, такий м'якенький (*Показують, який.*)
- Ой, так це ж лев! (*Показують, як злякалися, далі рухи повторюються.*)
- Побігли додому! Через, поля! Туп! Туп! Туп!
- Через моря! Буль! Буль! Буль!
- Через болото! Чав! Чав! Чав!
- Побігли додому! Двері зачинили! Які ми молодці! Які ми хоробрі! (*Показують мімікою.*)

V. ЗАКРІПЛЕННЯ ВИВЧЕНОГО МАТЕРІАЛУ

1. Вправа «Оцінюємо ризики»



- На якому малюнку показана екстремальна ситуація?

2. Інформація для учнів

Надзвичайна ситуація — стан, за якого в результаті виникнення джерела ситуації порушені нормальні умови життя й діяльності) людей, виникає загроза їхньому життю і здоров'ю, нанесено збиток майну населення, навколишньому середовищу.

Екстремальна ситуація — це таке ускладнення умов життя й діяльності, що носить особисту значимість. Це ситуація, яка виходить за рамки звичайних.

1. Відпрацювання алгоритму дій у разі потрапляння в екстремальну ситуацію. Розігрування сценки

4. Відпрацювання прийому запобігання паніки в екстремальних ситуаціях

Робота за блок-схемою (Діти згадують знання із 5-го класу, дають відповіді:)

Існує безпосередня
пригоді
загроза життю

так

Часу на роздуми немає. Дій негайно. Тобі в
стане все, що ти знаєш і вмієш.

ні

У першу чергу заспокойся,
Реально оціни ситуацію. Чи
Зможеш сам упоратися з нею
виконуй

так

Скажи собі «Я це знаю, умію, у мене все вийде, я
впораюся».
Подумай, що ще можеш зробити. Склади план дій і

Ні

Чи є можливість
трапилося.
Звернутися за
рятувальники,
допомогою?

Подзвони до рятувальної служби

Хтось відповів?

Коротко поясни, що

Коли прибули

виконуй їхні вказівки

ні

ні

ні

Не втрачай надії. Допомога може прийти у будь-яку хвилину або ситуація зміниться на краще.

Висновок. У будь-якій складній ситуації слід боротися до кінця. Той, хто здається, завжди програє. Той, хто продовжує боротися, має шанс.

VI ДОМАШНЄ ЗАВДАННЯ (РІЗНОРІВНЕВЕ)

Опрацювати статтю в підручнику.

Дати усні відповіді на запитання.

.

VII. ПІДСУМОК УРОКУ

То чому ризики можуть бути виправдані?