Бесіда для учнів 8 класу "Чому вейп – це не круто?"

Мета

Ознайомити учнів із шкідливим впливом куріння (особливо вейпів) на організм.

Розвінчати міфи про «безпечність» електронних сигарет.

Розвинути критичне мислення щодо аргументів на користь куріння.

Допомогти учням виробити власну позицію щодо відмови від шкідливих звичок.

Завдання

Пояснити, чому аргумент «всі курять» не є виправданням.

Показати, що дорослі курять не тому, що їм «нормально», а через залежність.

Продемонструвати, як вейпи шкодять організму, зокрема мозку та легеням.

Дати учням алгоритм дій у ситуації, коли їм пропонують спробувати вейп.

Методи проведення

* Розмова-дискусія – активне обговорення з учнями.
* Наочні експерименти – прості демонстрації для кращого розуміння.
* Гумористичні приклади – для підвищення залученості та інтересу.
* Інтерактивні питання – залучення учнів до обговорення.
* Ситуаційне моделювання – розігрування сценок «що сказати, якщо запропонують».

Матеріали

Склянка з чистою водою та чорнило (або чай, йод, гуаш) – демонстрація забруднення легенів.

Дві пляшки води (чиста і брудна) – порівняння здорового та залежного організму.

Аркуші з написами "Я керую собою" і "Мною керує вейп" – наочне питання вибору.

Картки з поширеними виправданнями («А всі курять», «А дорослі курять і нічого») – аналіз аргументів.

Очікувані результати

Учні розуміють, що вейпи – це небезпечно.

Вони знають, як відмовитися від пропозиції спробувати.

У них формується критичне мислення щодо куріння.

Вони усвідомлюють, що вибір – за ними.

Хід бесіди

1. Вступ (1-2 хвилини)

(Учитель ставить перед учнями склянку з чистою водою.)

— Ось уявіть, що це ваші легені. Чисті, здорові, працюють ідеально.

(Додає чорнило або фарбу, вода мутніє.

— А тепер уявіть, що ви почали «тільки спробувати» вейп. Що сталося?

(Учні: «Вода стала брудною».)

— Правильно! І як тепер її очистити?

(Учні: «Ніяк, тільки замінити».)

— Ось так само і з вашими легенями – вони не фільтрують усе назад.

2. Обговорення міфів про куріння (5-6 хвилин)

Міф 1: «Всі курять – і нічого»

(Учитель бере телефон і удавано читає.)

— Ого, знайшов у новинах: якщо всі щось роблять, значить, це точно правильно! Ну що, давайте тоді всі будемо пити воду з калюжі?

(Учні сміються.)

— Жарти жартами, але це серйозно. «Всі курять» – це брехня. Насправді більшість підлітків НЕ курить, а ті, хто почав, часто шкодують.

Міф 2: «А дорослі курять і нічого»

(Учитель ставить дві пляшки: одна з чистою водою, інша – з брудною.)

— Ось перед вами дві людини: одна без залежності, інша курить 10 років.

(Трясемо брудну пляшку.)

— Що буде, якщо її ще потрясти?

(Учні: «Буде так само брудною».)

— Ось так само і з курцями: вони не продовжують, бо їм подобається – вони просто не можуть кинути.

(Учитель бере картку з написом «Я керую собою» і картку «Мною керує вейп».)

— А хто хоче, щоб його контролювала ось ця пластмасова штука?

(Учні: «Ніхто».)

Міф 3: «Вейп не шкідливий, це ж просто пар»

(Учитель ставить каструлю з водою або уявно описує.)

— Уявіть, що ви варите борщ. У ньому є буряк, картопля, м’ясо… Якщо підігріти борщ, що буде?

(Учні: «Пар».)

— Але якщо вдихнути пар – це означає, що ти поїв?

(Учні сміються: «Ні».)

— Ось так само і у вейпі: він містить купу шкідливих речовин, які ви вдихаєте прямо в легені!

3. Що сказати, якщо запропонують? (2-3 хвилини)

(Учитель викликає двох учнів для сценки.)

Учень 1 (друзі, які пропонують вейп): «Та спробуй, разок можна!»

Учень 2 (той, кому пропонують): може розгубитися або відповісти.

(Обговорюємо різні варіанти відповідей.)

— Хтось може сказати: «Та я краще шоколадку куплю, ніж гроші на отруту витрачати».

— Або: «Чувак, ти серйозно? Не хочу залежати від цієї фігні».

(Підсумовуємо: головне – впевнено відмовитися, бо це ваш вибір.

4. Висновок (1-2 хвилини)

(Учитель піднімає дві картки: "Я керую собою" і "Мною керує вейп".)

— У житті завжди є вибір. Ви можете керувати собою, або дозволити звичкам керувати вами.

(Учитель показує чисту і брудну пляшки.)

— У кого буде більше енергії, більше можливостей, краще здоров’я?

(Учні: «У того, хто не курить».)

— Ось і відповідь! Ви – молоді, розумні, у вас все попереду. І точно немає сенсу псувати здоров’я заради того, щоб комусь здаватися «крутим».

(Дякуємо учням за увагу, даємо можливість поставити запитання.)