Шклівський заклад загальної середньої освіти

І-ІІІ ступенів імені Мар’яна Корчака

Новояворівської міської ради

**УРОК-ТРЕНІНГ З ОСНОВ ЗДОРОВ’Я**

**В 8 КЛАСІ**

***Особливості дії тютюнового диму, алкоголю, наркотиків на розвиток репродуктивної системи підлітків***

Вчитель основ здоров’я

вищої кваліфікаційної категорії,

старший вчитель

Марків Зульфія Аслямівна

***Особливості дії тютюнового диму, алкоголю, наркотиків на розвиток репродуктивної системи підлітків***

Урок-тренінг з основ здоров'я, 8 клас

*Цілі:*

* навчити учнів аналізувати шкідливість вживання тютюну, алкоголю та наркотиків;
* формувати важливість відмови від шкідливих звичок і ведення здорового способу життя;
* з'ясувати особливості дії тютюнового диму, алкоголю і наркотиків на репродуктивне здоров'я;
* виховувати почуття відповідальності за своє життя і здоров'я майбутніх дітей.

*Основні терміни її поняття:* Репродуктивне здоров'я, психоактивні речовини.

*Епіграф уроку- тренінгу:*

Добути і зберегти здоров'я може

тільки сама людина.

М. Амосов.

*Обладнання:* підручники, картки зеленого та червоного кольору для кожного з учасників, листівки для поділу в групи, стікери, плакат для очікувань, аркуші формату А4.

**Хід уроку-тренінгу**

**I. Організаційний момент**

*1. Вправа "Знайомство"*

Продовжити речення: „Я викидаю у кошик для сміття шкідливу звичку..."

*2. Повторення правил:*

приходити вчасно;

бути позитивним;

говорити по черзі;

бути доброзичливим;

зберігати таємниці;

кожна думка має автора;

тут і тепер;

бути толерантним

*3. Зворотний зв'язок. Наші очікування.*

Учні пишуть на «стікерах-камінчиках» свої очікування від заняття і прикріплюють їх на плакаті «Гора».

**II. Повідомлення теми й цілей уроку-тренінгу**

**III.** **Мотивація навчальної діяльності**

Учитель звертає увагу учнів на діаграму „Що впливає на здоров'я?"

- Чому у вашому житті з дорослішанням виникає дедалі більше ризиків для здоров'я? Після відповідей учні з учителем доходять висновку, що відсутність шкідливих звичок, ризикованої поведінки - це ознака дорослості, здоровий спосіб життя дозволяє будувати благополучне життя.

*4. Вправа „ Мозковий штурм "*

Що можуть зробити алкоголь і наркотики, а чого - не можуть?

*5. Вправа „ Шкала "*

Позначте на шкалі, чи серйозною проблемою для вашого здоров'я може бути куріння (К), вживання алкоголю (А), вживання наркотичних речовин (Н).

**IV. Засвоєння нових знань, умінь і навичок**

*6. Робота з термінами.*

Психоактивні речовини - це речовини, що впливають на психіку (думки, почуття, поведінку) людини.

Репродуктивне здоров'я - це сформованість органів репродуктивної системи, відсутність порушень у їхньому функціонуванні, а також соціальне та психологічне благополуччя людини.

Учні опрацьовують терміни та записують визначення в зошитах.

7. *Проблемне питання:*

Чи впливають психоактивні речовини, такі як нікотин, алкоголь, наркотичні речовини на репродуктивне здоров'я підлітків?

*8. Інформаційні повідомлення учнів /за принципом випереджаючого навчання.*

1 учень. Вплив куріння на репродуктивне здоров'я підлітків.

2 учень. Вплив алкоголю на репродуктивне здоров'я підлітків.

3. учень. Вплив наркотичних речовин на репродуктивне здоров'я підлітків.

*9. Слово вчителя.*

Тепер, коли вам усе це відомо, ви можете усвідомити ціну, яку курец сплачує за сумнівне задоволення, котре отримує від нікотину. Негативний вплив нікотину на репродуктивне здоров'я підлітків проявляється не відразу, а з часом. Алкоголь справляє на організм майбутніх батьків сильну отруйну дію. Навіть дуже помірний, одноразовий прийом вина обов'язково ушкоджує статеві клітини людини. Наркотики ще більше, ніж нікотин та алкоголь, порушують генетичний апарат статевих клітин. Не випадково кажуть, що наркотики можуть стати стратегічною зброєю для знищення цілої країни. А, зараз перевіримо як ви засвоїли цей важливий матеріал.

*10. Вправа „ Так чи Ні"*

Роздати учням зелені та червоні картки. Учитель зачитує твердження, а учні піднімають зелену картку, якщо твердження правильне, червону - якщо неправильне.

1) В організмі підлітка при курінні затримується розвиток статевих залоз.

2) Швидко формується залежність від нікотину.

3) Куріння позитивно впливає на навчання.

4) Алкоголь спричиняє зміни у структурі статевих клітин.

5) Під дією алкоголю підвищується розумова й фізична працездатність.

6) Можуть народитися діти з вадами фізичного й розумового розвитку.

7) Під впливом наркотиків в організмі підлітка порушуються функції незрілих органів репродуктивної системи.

8) Якщо курити, вживати алкоголь, наркотики будеш справді дорослим.

9) В Україні з 25 жовтня 2005 року заборонено курити в громадських місцях, у транспорті.

10) Кримінальним кодексом України заборонено незаконне виробництво, виготовлення, придбання, перевезення, пересилання наркотичних речовин.

*11. Руханка „Зроби так"*

Учасники стають у коло . Учитель каже: Зроби так і показує певний рух. Решта повторюють за ним. Відтак наступний учасник показує певний рух і так по колу.

*12. Слово вчителя.*

Шкідливі звички: тютюнопаління, вживання алкоголю, наркотиків - тісно пов'язані між собою. Вони є причиною багатьох захворювань і причиною загибелі мільйонів людей. Ці звички перетворились на смертельних ворогів людства, яких потрібно зупинити, щоб не допустити самознищення людини.

Роблячи вибір між курінням, алкоголем, наркотиками й відмовою від цих шкідливих звичок, слід обов'язково отримати, проаналізувати інформацію, потрібну для прийняття рішення. В іншому разі - це буде не ваше, а чуже рішення. Вами маніпулюватимуть інші люди й будуть використовувати задля власних цілей. Потрібно в собі виробляти навички відмови від небезпечних пропозицій спробувати алкоголь чи наркотик в умовах тиску й погрози насильства.

**V. Закріплення й узагальнення вивченого**

*13. Робота в групах.*

Учні утворюють 5 груп, за допомогою листівок - пазлів. Учасникам пропонується розіграти сценку, використавши свої варіанти відповідей на пропозицію спробувати алкоголь в умовах тиску й погрози насильства.

I група: Спробуй, так роблять багато людей, і це приємно.

II група: Спробуй, ти що боїшся?

IIIгрупа: Спробуй, інакше пошкодуєш!

IV група: Спробуй, ти що малий?!

V група: Спробуй - це розвиває творчі здібності!

Представлення груп.

*14. Рефлексія. Вправа «Мікрофон»*

По черзі продовжити фразу: Я думаю, що зможу відмовитися від небезпечної пропозиції завдяки тому, що.....

VI. Домашнє завдання

Опрацювати статтю підручника.

**VII. Підсумок уроку-тренінгу**

Вправа «Віночок побажань»

Учні стають у **коло.** По черзі кладуть руку на плече сусіду справа і бажають йому здоров'ю.Руку не знімають. Коли останній учасник висловить своє побажання, утвориться своєрідний «віночок».

Разом сказати: «Будьмо здорові!» і поаплодувати один одному.