## **Конспекты занятий по программе профилактики вредных привычек для обучающихся**

## **6-х классов**

Цель: формирование представлений об опасности и последствиях употребления ПАВ.

#### Ход занятия

##### 1. Приветствие

##### 2. Упражнение «Новое, хорошее»

Инструкция. Участникам предлагается по кругу ответить на вопрос: «Что нового, что хорошего произошло у вас за последние дни? Что красивого, радостного вы видели?»

(Если кто-то из участников ответит, что у него ничего хорошего не было, следует напомнить ему, что в жизни бывают не только большие или огромные радости. Приятные эмоции может доставить любая мелочь, просто важно помнить об этом и обращать на такие мелочи внимание).

##### 3. Упражнение «Последствия»

Инструкция. Участникам предлагается ответить на вопросы: «Почему некоторые люди курят, употребляют алкоголь? Задумываются ли они о последствиях этих действий?» Учащиеся должны прийти к выводу, что многие действия и поступки человек совершает, не задумываясь о том, какие последствия они могут повлечь за собой. Далее учащиеся заполняют таблицу, записывая последствия, которыми могут обернуться те или иные их действия.

|  |  |
| --- | --- |
| (-) Невыполнение домашних заданий | (+) Выполнение домашних заданий |
|  |  |
| (-) Употребление табака | (+) Неупотребление табака |
|  |  |
| (-) Употребление алкоголя | (+) Неупотребление алкоголя |
|  |  |

По завершении работы с таблицей учащиеся зачитывают вслух свои записи, проводится обсуждение.

(Среди подростков распространено мнение о том, что курение и использование алкоголя гораздо менее опасно, а то и вовсе безопасно по сравнению с употреблением наркотиков. Свою точку зрения они объясняют тем, что все кругом курят и пьют, однако никто от этого не умер. Важно добиться понимания того, что безопасного кайфа не бывает: за каждую встречу с ним человек вынужден расплачиваться своим здоровьем, успехом, красотой).

##### 4. Факты последствий курения и употребления алкоголя

Учащимся предлагается ознакомиться с фактами последствий курения и употребления алкоголя.

1. Известный «ковбой Мальборо» Уэйн Мак Дарен умер от рака легких в 52 года. Перед смертью он признался: «Меня погубило курение, оно разрушает доброе и хорошее в человеке».  
2. Сегодня курение считается первопричиной многих болезней. В мире больше людей умирает от курения, чем от употребления алкоголя, кокаина и героина, а также от СПИДа, насильственной смерти, авто- и авиакатастроф, вместе взятых.  
3. Продолжительность жизни курильщиков на 4–8 лет меньше, чем у некурящих. Не менее опасно «пассивное» курение, т. е. пребывание в помещении, где кто-то курит. Супруги заядлых курильщиков имеют в четыре раза больше шансов умереть от рака легких, чем супруги некурящих. Пребывание в течение восьми часов в закрытом помещении, где курят, соответствует выкуриванию более чем пяти сигарет.  
4. Новорожденные дети курящих родителей имеют в 2 раза больше шансов заболеть пневмонией или бронхитом.  
5. Молодой здоровый организм более восприимчив к алкоголю, нежели взрослый, вероятность стать алкоголиком в 14 лет очень велика.  
6. Под влиянием алкоголя совершается 70% убийств, происходит 40% ДТП.  
7. Десятки тысяч детей алкоголиков рождаются с врожденными пороками развития.

Далее обучающиеся просматривают социальный видео-ролик «Спорт против наркотиков».

##### 5. Упражнение «Додумай историю»

Инструкция. Работа в группах. Каждая группа получает карточку, на которой написана история. Задача – закончить историю и сделать вывод, начиная его словами: «Я понял…», «Я хочу сказать…», «Я надеюсь…».

1. История про Мишу

Миша был единственным и долгожданным ребенком в семье. В детстве ему прощалось все. Учился Миша в школе средне, но имел много друзей, так как был веселым и компанейским. Родители постоянно давали ему деньги, которые он с удовольствием тратил с друзьями на пиво. После школы Миша поступил на коммерческое отделение престижного вуза, и родители купили ему машину. Водил Миша плохо, но очень любил одну рискованную «игру»: резко тормозить перед зазевавшимися пешеходами. Однажды, выпив много пива, он вместе с друзьями бесцельно катался по городу. Дорогу переходила молодая женщина с девочкой. Миша, как всегда, решил пошутить…

1. История про Диму

Однажды Дима позвал одноклассников к себе на день рождения. Когда родители ушли из дома, он предложил приятелям выпить водки и вина. Ребята выпили, потом прихватили пачку сигарет и отправились гулять, купив по пути еще пива и джин-тоника. Погода была теплая, все сели около воды на железобетонные плиты, стали выпивать и болтать ни о чем. Вдруг Ире стало плохо, она потеряла сознание. Все испугались. Дима вскочил, чтобы принести воды, но не удержался, упал на плиты и скатился в воду. Началась паника – подростки не знали, что делать, кому скорее оказывать помощь…

1. История про Пашу

В старшем отряде большим шиком считалось выпивать. Днем собирали деньги, и кто-то бежал в поселок за самогоном. Молодые вожатые ничего не замечали. В этот раз все шло, как обычно, только выпивки оказалось больше, так как накануне был день посещений и мальчики попросили у родителей денег, якобы на фотографии. Паша отличался бесшабашностью и был в отряде заводилой. В этот вечер он много выпил, громче всех смеялся и дурачился. Вскоре ребята почувствовали себя плохо, их стало тошнить – они отравились самогоном. Паше было хуже всех, он позеленел и начал терять сознание. Ребята пытались ему помочь, но у них ничего не получалось. Они испугались, оттащили Пашу в палату и закидали на кровати одеялами, думая, что он протрезвеет...

##### 6. Завершение занятия