

**Сценарий занятия по профилактике СНЯ в начальной школе
разработанного педагогом – психологом I квалификационной категории
муниципального общеобразовательного учреждения
«Школа № 8 им. А.С. Пушкина г. Черемхово»
Помогаевой Анастасией Владимировной.**

Тема: Полезные и вредные привычки.

Технология: мировоззренческое кино (методы и приёмы)

Цель: создание условий для формирования устойчивых положительных привычек и осознание учащимися необходимости бороться с вредными привычками.

Задачи:

1. Актуализировать знания детей о привычках (вредных и полезных)
2. Учить анализировать мультфильм и отвечать на вопросы по содержанию.
3. Воспитывать сознательное желание бороться с вредными привычками.
4. Формировать чёткие представления о том, что плохие привычки мешают активно жить и учиться, отнимают время, приносят вред здоровью.

Материалы: ручки, карандаши или фломастеры, два ватмана (А3).

Ход занятия

1 этап. Вводный.

1. Настрой на занятие.

Чтобы занятие было интересным, и все были услышаны, что можно сделать, давайте договоримся о том, какие правила мы будем использовать для этого

1. Говорить по очереди, не перебивать.
2. Поднимать руку, если хочешь сказать.
3. Дослушивать ответ товарища до конца.

Выслушиваются ответы всех детей, ответы обсуждаются и резюмируются.

— Предлагаю настроиться на занятие и провести следующее упражнение.

Упражнение «Я рад общаться с тобой»

— Выполните такое задание: протяните рядом стоящему руку со словами: «Я рад общаться с тобой», а тот, кому вы протянули руку, протянет ее следующему с этими же словами.

Так «по цепочке» все берутся за руки и образуют круг.

— Как вы считаете, можно ли изменить мнение одноклассников?

Выслушиваются высказывания каждого ребенка.

— Как это сделать?

Выслушиваются ответы детей.

— Вы замечали, что с разными людьми вы ведете себя по-разному?

Выслушиваются ответы детей.

— А кто знает себя очень хорошо?

Выслушиваются ответы детей.

— Все ли в себе вам нравится?

Выслушиваются ответы детей.

— Чем мы отличаемся от других?

Выслушиваются ответы детей.

— Нужно ли знать себя?

Выслушиваются ответы детей.

2 Этап. Основной.

– Сегодня мы поговорим о том, чем люди еще отличаются друг от друга. Это привычки. Вы скажете, что привычки могут быть одинаковыми у разных людей, но у кого – то они развиты больше, у кого – то меньше.

Предлагаю пословицу: Посеешь поступок – пожнёшь привычку. Что пословица означает, кто знает продолжение (...пожнёшь характер).

Выслушиваются ответы детей.

– Достаточно ли один раз сделать что-то один раз, чтобы это стало привычкой?

Выслушиваются ответы детей.

– Что привычка значит в нашей жизни? (то, что удобно делать, не задумываясь)

Выслушиваются ответы детей.

– Как вы думаете, а откуда берутся привычки, кто учит ребёнка привычкам? (учатся у сверстников, учат родители и т.д.)

Выслушиваются ответы детей.

– Какие бывают привычки (плохие и хорошие)?

Выслушиваются ответы детей.

Для продолжения темы просмотр мультфильма: «Сестрички - привычки»

Обсуждение (Выслушиваются ответы всех детей):

– Понравился ли мультфильм?

– С какими привычками познакомился Андрюша? (Варианты ответов детей: Канителька, Неряшка и Капризулька). А это хорошие привычки или плохие? (плохие). Какие ещё плохие привычки вы знаете?

Выслушиваются ответы детей.

– Чему научили привычки Андрюшу? (лениться, быть неряшливым, перебивать аппетит сладким, долго собираться, есть вредную еду, капризничать)

Выслушиваются ответы детей.

– Осталась ли мама довольной поведением сына? Что она почувствовала? (расстроилась)

Выслушиваются ответы детей.

– Что почувствовал Андрюша, когда мама его ругала?

Выслушиваются ответы детей.

– Какие выводы сделал? (Вариант ответа детей: «Это мои привычки», стало стыдно.)

– Представим ситуацию, что случилось, если бы Андрюша пошёл в школу, имея такие привычки? (Выслушиваются ответы детей.)

– Хотите помочь таким ребятам, как Андрюша исправиться?

Выслушиваются ответы детей.

3 Этап. Работа в группах.

Разделение детей на группы: «Фрукты - цветы»

Детям даны ватманы - заготовки и фломастеры (карандаши)

Задание. Придумать и нарисовать сестричек – привычек, которые помогали бы Андрюше не лениться, делать всё вовремя и не капризничать, быть здоровым.

- Что Андрюша должен делать, чтобы быть здоровым, иметь хорошее настроение у себя и у мамы.
- Придумайте, с какими привычками Андрюша должен познакомиться (придумать привычку для подъёма, умывания, завтрака, сборы в школу, одевания и так далее).

На работу не более 10 минут.

4 Этап. Защита плакатов.

Затем участники групп по очереди представляют свои плакаты и объясняют привычки, которые нужно сформировать у себя, чтобы не быть как Андрюша.

Группам рекомендуется продумать, как будут защищать свой плакат (кто-то один или все по очереди).

Обсуждение:

- Повторите, какие советы вы дадите Андрюше, чтобы помочь ему исправиться и прогнать плохие привычки? (Выслушиваются ответы детей, подводим итог сказанного детьми).

Выводы: Чтобы не болеть, не лениться, иметь хорошее настроение, всё успевать надо выработать следующие привычки:

1. Вставать по будильнику.
2. Обязательно чистить зубы.
3. Правильно и быстро одеваться.
4. Обязательно завтракать (какие есть альтернативы каше, если вы её не любите: творог, запеканка, йогурт, омлет, варёные яйца и т.д.).
5. Собираться в школу с вечера.
6. Делать уроки после школы.
7. Ложиться спать вовремя и т.д.

- Если человек познакомится с хорошими привычками, как изменится его жизнь? (Выслушиваются все ответы детей.)

Выводы по ответам детей:

1. Человек будет всё успевать.
2. Будет здоровым.
3. Не будет опаздывать в школу или на работу.
4. Будет собран
5. Улучшатся взаимоотношения с людьми
6. Всё будет делать легче.

- Готовы ли вы подружиться с хорошими привычками?
- Что интересного было на занятии?

Выслушиваются все ответы детей.

5 этап. Обратная связь.

Благодарю вас за активность на занятии. Предлагаю в окончании занятия ответить на анкету и оценить предложенные варианты ответов.

















Анкета.



- «Да»



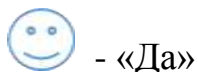
- «Нет»

Утром я подольше полежу в кровати, потом встану и буду медленно одеваться	 	Утром я быстро встану по будильнику, сделаю зарядку и сам оденусь	 
В ванной я умоюсь, приму душ, почищу зубы в течение двух минут	 	В ванной быстро умою лицо, а почищу зубы вечером.	 
Утром я не буду завтракать, поем что –нибудь в школе.	 	Утром я поем кашу (омлет, творог) и попью чай.	 
Соберу учебники с утра и не страшно, что опоздаю в школу.	 	На завтрак я съем чипсы, шоколадку и выпью лимонад.	 

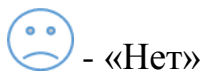
НАСТРОЕНИЕ НА ЗАНЯТИИ



Анкета.



- «Да»



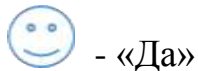
- «Нет»

Утром я подольше полежу в кровати, потом встану и буду медленно одеваться		Утром я быстро встану по будильнику, сделаю зарядку и сам оденусь	
В ванной я умоюсь, приму душ. почищу зубы в течение двух минут		В ванной быстро умою лицо, а почищу зубы вечером	
Утром я не буду завтракать, поем что –нибудь в школе		Утром я поем кашу (омлет, творог) и попью чай.	
Соберу учебники с утра и не страшно, что опоздаю в школу.		На завтрак я съем чипсы, шоколадку и выпью лимонад.	

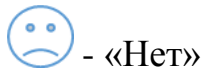
НАСТРОЕНИЕ НА ЗАНЯТИИ



Анкета.



- «Да»



- «Нет»

Утром я подольше полежу в кровати, потом встану и буду медленно одеваться		Утром я быстро встану по будильнику, сделаю зарядку и сам оденусь	
В ванной я умоюсь, приму душ. почищу зубы в течение двух минут		В ванной быстро умою лицо, а почищу зубы вечером	
Утром я не буду завтракать, поем что –нибудь в школе		Утром я поем кашу (омлет, творог) и попью чай.	
Соберу учебники с утра и не страшно, что опоздаю в школу.		На завтрак я съем чипсы, шоколадку и выпью лимонад.	

НАСТРОЕНИЕ НА ЗАНЯТИИ

