

*Государственное автономное общеобразовательное учреждение
Амурской области «Специальная (коррекционная) общеобразовательная
школа-интернат № 9, с. Ивановка»*

Цикл групповых занятий по профилактике вредных привычек:

Занятие № 1 «Отправляемся в путь на волшебном поезде»

Занятие № 2 «Полезные и вредные привычки»

Занятие № 3 «Что такое алкоголь?»

Занятие № 4 «Здоровье»



**Выполнила: М.В. Кирей,
социальный педагог**

2017 г.

Цикл групповых занятий по профилактике вредных привычек

Направленность: Профилактическая

Уровень: учащиеся 5 класса коррекционной школы-интерната № 9

Продолжительность каждого занятия -40 минут

Форма работы – групповая

Возраст учащихся 5 класса – учащиеся 2004 и 2005 г.р.

Тематика занятий:

Занятие № 1 «Отправляемся в путь на волшебном поезде»

Занятие № 2 «Полезные и вредные привычки»

Занятие № 3 «Что такое алкоголь?»

Занятие № 4 «Здоровье»

Цель занятий по профилактике вредных привычек : формирование у детей навыков эффективной адаптации в обществе, позволяющей в дальнейшем предупредить вредные привычки: курение, употребления алкоголя и наркотиков.

Задачи:

- 1.Формирование у детей представления о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему.
- 2.Формирования умения оценивать себя (своё состояние, поступки, поведение) и других людей
- 3.Формирование умения противостоять негативному давлению со стороны окружающих.
- 4.Создание условий, способствующих приобретению детьми нового позитивного опыта для личностного развития.
- 5.Формирование у детей навыков конструктивного способа удовлетворения потребностей

Занятие № 1 «Отправляемся в путь на волшебном поезде»

Звучит песенка «Голубой вагон»

-Ребята, мы сегодня поедem в интересное путешествие на волшебном поезде. По дороге мы будем останавливаться на разных станциях, знакомиться с ними, иногда нам будут встречаться испытания. Преодолевая их, мы сможем ехать дальше. Путешествие наше будет долгим, в конце мы вернемся домой и обсудим, где нам понравилось больше всего.

Вы готовы отправиться в путь? Тогда поехали! И чтобы нам было весело и дружно, давайте с вами лучше познакомимся.

Игра «Знакомство»

Цель игры; Знакомство, сплочение.

Инвентарь: мяч.

Ход игры:

Это упражнение поможет нам познакомиться и потренироваться в запоминании имен друг друга. Встаньте в круг. Тот, у кого оказался мяч, называет своё имя и заканчивает предложение «Я люблю...», а затем кидает мяч другому. Например, меня зовут Женя, я люблю рисовать» Мяч должен побывать у каждого участника.

Любое путешествие начинается с вокзала. Представьте себе, что мы с вами на вокзале. Что нас окружает? (Шум, люди, суета и т.д.). Давайте поиграем в игру, которая напоминает нам вокзал.

Игра «Молекулы и атомы»

Цель игры: разрядка, сплочение.

Ход игры:

Сейчас заиграет музыка, и мы все начнем свободно двигаться, стараясь ни с кем не столкнуться. При этом необходимо слушать ведущего. Как только прозвучит моя команда, нужно быстро объединиться в группу, состоящих из стольких человек, какое число я назвала, и взяться за руки. Включить музыку!

-А теперь внимание! Необходимо приобрести билет, подойдите к кассе.

Игра «Заветный Билетик»

Цель игры: Дать возможность задуматься над жизненно важными качествами.

Инвентарь: «билеты» по количеству участников.

Ход игры:

Для того, чтобы получить билет, необходимо назвать какое-то важное качество характера, которое помогает идти по жизни, добиваться того, чего ты хочешь. Качество, которое помогает быть здоровым, красивым, счастливым.

Теперь мы можем отправляться в путь!

Игра «Поменяйтесь местами»

Цель игры: разрядка, возможность увидеть различное и общее.

Ход игры:

Ребята, давайте встанем в круг. Кто из вас уже ездил на поезде или междугороднем автобусе? Вспомните, как пассажиры меняются местами. Сейчас мы поиграем в игру, которая так и называется «Поменяйтесь местами». Внимательно слушайте команды ведущего. Поменяйтесь местами те, у кого белая обувь. А теперь поменяйтесь местами

Смелый

Не помогает маме

Любит мороженое

Грызёт ногти

Умеет дружить и т.д.

-Вы заметили, некоторые качества встречались у всех, другие лишь у немногих, а некоторых не было ни у кого. Посмотрите, мы все разные, но есть многое, что нас объединяет.

-А сейчас, ребята, в наш поезд вошёл кондуктор, будет проверка билетов. Пусть каждый достанет свой билетик и вспомнит, какое качество он называл. Это те качества, которые помогают преодолевать трудности в дороге и в жизни, расти здоровыми, красивыми и счастливыми. Запомнить эти качества нам поможет следующая игра.

Игра «Воздушные шарики»

Цель: актуализация знаний

Ход игры: Вешаются два плаката с нарисованными воздушными шариками.

-Напишите, пожалуйста, каждый в один шарик хорошее качество, в другой – вредное, которое может привести к болезням, заставляет волноваться.

-Сегодня мы собрались в путешествие, взяли те качества, которые нам пригодятся в пути, подружился, приобрели хорошее настроение. Давайте поделимся всем этим с другом.

Ритуал прощания. Игра «Поезд отходит»

Для этого мы встанем в круг и возьмёмся за руки. Я пожимаю руку тому, Кто стоит со мной по правую сторону от меня. Этот человек передаёт пожатие руки следующему по кругу, пока оно не вернётся к ведущему: так как вагончики бегут за паровозом.

.

..

Занятие № 2 «Полезные и вредные привычки»

1. Ритуал приветствия. Игра «Комплимент»

Цель игры: приветствие, сплочение, возможность сказать друг другу приятное.

Инвентарь: Мяч.

Ход игры:

Давайте друг друга поприветствуем. Для этого встанем в круг и тот, у кого оказался мяч, должен будет сказать что-то приятное тому, кому он хочет передать мяч. Мяч должен побывать у каждого участника. Например: «Здравствуй, Маша, тебе очень идёт эта кофточка!»

2. Давайте вспомним, что мы узнали на прошлом занятии. Для этого посмотрим на шарики, в которых мы вчера записывали хорошие и плохие качества. Какие же бывают хорошие качества, которые помогают вести здоровый образ жизни? А что же вредит здоровью? (Ответы детей)

-Сегодня мы приехали на станцию «Полезные и вредные привычки» для того, чтобы приобрести полезные привычки и узнать, как бороться с вредными.

3. Игра «Рыбак и рыбка»

Цель игры: показать детям, что есть вещества, которые иногда предлагают попробовать бесплатно (чтобы испытать на себе их действие) Но, если человек попробует, то ему придётся расплачиваться всю оставшуюся жизнь.

Инвентарь: палка с верёвкой на конце, сладости

Ход игры:

Сейчас мы будем играть в рыбака и рыбку. Кто из вас был на рыбалке? Кто хочет быть сегодня рыбаком? (выбирается один ребёнок) Вот тебе удочка. Все остальные будут «рыбами». Давайте встанем в круг.

По кругу стоят дети(рыбы). В центре круга ребёнок с удочкой (рыбак). Рыбак закидывает пустую удочку в центр круга и начинает ловить рыбу, но рыба не ловится (Ведущий напоминает детям, что они рыбы и не хотят быть пойманными.

-Почему рыба не клюёт?

-Нужна приманка

-Что является приманкой для рыбы?

-Хлеб, червяк, каша

-У нас приманкой будет конфета

Рыбак насаживает на крючок приманку и начинает снова ловить рыбу. Дети стоящие в кругу стараются поймать и удержать наживку. Как только кто-то из детей поймает наживку, рыбак тянет его к себе и вытаскивает рыбку (Игра заканчивается)

Вопросы для обсуждения:

-как вы думаете, кто победил в этой игре?

-Как вы думаете, с какой целью рыбак даёт приманку рыбе?

-Что выгадала рыба, схватив приманку?

(в процессе обсуждения надо помочь детям сделать вывод , что ребёнок, который первым вытаскивает приманку, может оставить её себе, и, казалось бы, он выигрывает! Но, на самом деле, выигрывает рыбак. Он ловит рыбку, а рыбка проигрывает: её поймали! Тех ребят, кто приманку не схватил, рыбак поймать не сможет!

Вывод: За бесплатную приманку рыба расплачивается жизнью.

-Главная цель продавца наркотиков заключается в том, чтобы у человека появилось желание принимать наркотик, а потом на этом желании продавец будет зарабатывать. И его прибыль будет тем больше, чем больше людей будет хотеть принимать наркотики. Человек ,начавший употреблять наркотики, подобен рыбе, которая попала на крючок. И пойманный на наркотический крючок человек постоянно будет расплачиваться не только деньгами, но и свободой, здоровьем, семьёй, а, в конце концов и жизнью. –Ребята, какой же выход из этой ситуации? Правильно, никогда не пробовать наркотик. А для этого очень важно научиться говорить «Нет!»

4. Игра «Умей сказать-НЕТ!»

Цель игры: сформировать навыки противостояния негативному давлению со стороны окружающих

Инвентарь: карточки с написанными эмоциями («вежливо», «сердито», «неуверенно», «твёрдо»)

Ход игры:

-Сейчас мне нужно 2 человека. Кто хочет принять участие в игре? Один из вас должен предложить другому сбежать с уроков, а другой – отказаться. Но отказаться не просто так, а определённым образом. Отказавшийся вытягивает одну карточку и отказывается так, как там написано. Цель предлагающего – уговорить.

Потом приглашается другая пара, с другим предложением. Мотивы для предложений: зять книгу, лежащую без присмотра, попробовать покурить, забраться на стройку, и т.д.

Вопросы для обсуждения: Кому удалось и кому не удалось отказаться? Чей отказ был удачнее всего?

-А сейчас мы все хором откажемся от всего вредного. (Дети скандируют хором за ведущим: «Я занимаюсь спортом», «Не хочу быть больным», «НЕТ-НЕТ-НЕТ!»).

5. Игра «Большая клякса»

Цель игры: метафорическое избавление от вредных привычек

Инвентарь: большая бумажная клякса, маркер, мусорная корзина.

Ход игры:

Ребята, а какие ещё бывают вредные привычки?

(Ответы детей записываются на большую бумажную кляксу)

Затем кляксу пускают по кругу и дети разрывают её на мелкие кусочки и выбрасывают в корзину.

-Теперь мы знаем врага, знаем, как с ним бороться, и поэтому никогда не попадём в его плен.

6. Игра «Ручеёк».

Цель игры: разрядка, сплочение.

Ход игры:

Как вы думаете, что же нужно делать, чтобы не попадать в плен к вредным привычкам, оставаться здоровыми, сильными, красивыми?

Ответы детей: (читать книги, общаться с друзьями, заниматься спортом)

Дети становятся парами друг за другом, подняв руки вверх(образуют тоннель) Один участник должен быть свободен. Он называет своё любимое занятие и пробегая через тоннель, выбирает себе пару, как бы делясь своим увлечением с другом. Освободившийся участник повторяет те же действия.

7. Ритуал прощания. Игра «Поезд отходит»

Для этого мы встанем в круг и возьмёмся за руки. Я пожимаю руку тому, кто стоит со мной по правую сторону от меня. Этот человек передаёт пожатие руки следующему по кругу, пока оно не вернётся к ведущему: так как вагончики бегут за паровозом.

Занятие № 3 «Что такое алкоголь?»

1. Ритуал приветствия Игра «Комплимент»

Цель игры» приветствие, сплочение, возможность сказать друг другу приятное.

Инвентарь; Мяч

Ход игры:

- Давайте друг друга поприветствуем. Для этого встанем в круг и тот, у кого оказался мяч, должен будет сказать что-то приятное тому, кому он хочет передать мяч. Мяч должен побывать у каждого участника. Например: Здравствуй, Катя, у тебя очень красивая причёска!» 2. Рефлексия

- Давайте вспомним, что мы узнали на прошлом занятии. Как бороться с вредными привычками? Какие полезные занятия и увлечения вы знаете?

- А сегодня мы продолжим наше путешествие на волшебном поезде, узнаем об алкогольных напитках и о том, как отличить их от других напитков. Материалы для занятия:

1. Карточки с изображением различных напитков.

2. Раздаточный материал –карточки с изображением этикеток алкогольных и безалкогольных напитков.

3. Изображения «Этанола и «Солнышка».

4. Канцелярские скрепки

5. Доска

6. Фломастер.

Ход занятия:

1. Какие напитки принято называть алкогольными?

2. _ Часто от взрослых дети слышат такие слова, как «алкоголь, алкогольные напитки»
А какие напитки называют алкогольными? Для того. Чтобы разобраться в этом, рассмотрим несколько рисунков

- 12 карточек с изображением различных напитков: молоко, простокваша, газированная вода, кола, минеральная вода, квас, сок, пиво, водка, вино, шампанское, алкогольный коктейль.

1. Какие из изображённых на рисунке напитков являются алкогольными, а какие нет?
2. На основании какого признака можно сделать заключение о том, алкогольный это напиток или нет?
3. _ Алкогольные напитки – это те, в состав которых входит алкоголь.
4. Что такое алкоголь? Давайте попробуем разобраться: Независимо от того, пьёт ли человек шампанское, вино, водку или другие алкогольные напитки, он вводит в организм этиловый спирт. Этиловый и он же винный спирт или этанол, входит в состав всех без исключения спиртных напитков. Он представляет собой бесцветную, прозрачную, летучую, воспламеняющуюся жидкость, которая легко смешивается с водой. В разных напитках содержится различное количество этанола. Для того, чтобы выяснить количественное содержание алкоголя в любом виде спиртного, достаточно изучить этикетку бутылки.
5. –Теперь, когда мы знаем, что принадлежность к спиртным напиткам определяется содержанием в них этанола, давайте рассмотрим этикетки различных напитков. Которые мы не знали, куда отнести. Теперь, уже на основании полученных знаний. Решим вопрос об их принадлежности. Дети разбиваются на 2 подгруппы. Каждая получает одинаковые карточки – шесть этикеток различных алкогольных и безалкогольных напитков. Алкогольные напитки дети прикрепляют к «Этанолу», безалкогольные к «Солнышку»

–Ведущий: Обратите внимание на пиво. Это тоже алкогольный напиток и далеко не безвредный, как думают многие дети и подростки.

Таким образом, алкогольными напитками являются все те, в состав которых входит даже незначительное количество алкоголя (этилового спирта, этанола).

3. Ритуал прощания Игра «Поезд отходит»
Для этого мы встанем в круг и возьмёмся за руки. Я пожимаю руку тому, кто стоит по правую руку от меня. Этот человек передаёт пожатие руки следующему по кругу, пока оно не вернётся к ведущему: так как вагончики бегут за паровозом.

Занятие № 4 «Здоровье»

1. Приветствие. Игра «Комплимент»

Ход игры:

-Давайте друг друга поприветствуем. Для этого встанем в круг и тот, у кого оказался мяч, должен будет сказать что-то приятное тому, кому он хочет передать мяч. Мяч должен побывать у каждого участника. Например: Здравствуй, Катя, у тебя очень красивое платье!»

2.Рефлексия. – Давайте вспомним, что мы узнали на прошлом занятии. Какие напитки называют алкогольными и как их отличить от других напитков ?

-Сегодня мы приехали на станцию «Здоровье» для того, чтобы быть здоровыми, нам понадобятся все знания. Которые мы получили на предыдущей станции. И сейчас мы посмотрим, как вы их усвоили. А для начала –разминка.

3. Игра «дракон»

Цель: разрядка. сплочение.

Ход игры:

Сейчас мы будем изображать дракона. Для этого все должны выстроиться в цепочку. Первый –голова дракона, последний –хвост –дракона. Голова должна поймать хвост.

Ребята делятся на две команды. Все игры проходят в виде соревнования.

4.Игра «Умные и быстрые»

Цель: развитие интеллекта , умение работать в группе, соревнование.

Материал: карточки с пословицами и карточки с буквами.

Ход игры:

Каждая команда получает карточку с пословицами, последнее слово в которых пропущено. На противоположной стороне лежат карточки с буквами. По очереди участники перебегают на другую сторону, каждый может открыть только одну карточку. Ваша задача – как можно быстрее открыть и составить угаданное слово.

Задания «Здоровье сгубишь –новое не (купишь)»

«Здоровье всего (дороже)»

«Скучен день до вечера, коли делать (ничего)»

5.Игра «Сделаем вместе»

Цель: учит преодолевать трудности вместе.

Инвентарь: игрушки, 2 платка, 4 обруча.

Ход игры:

От каждой команды по 2 игрока. Одному завязать глаза и подвести к обручу, где лежат игрушки. Его задача переложить игрушки из этого обруча в другой –пустой.

Задача второго –руководить его действиями, направлять, подбадривать. Выигрывает та команда, которая это сделает быстрее.

6. Игра «Без слов»

Цель: развитие невербальных средств общения.

Ход игры:

По 1 человеку от команды. Им на ухо ведущий говорит одну профессию. Затем они поворачиваются к своим командам и изображают человека этой профессии. Задача команды быстрее и точнее угадать, кого изображает их представитель. Затем выбирается еще по одному человеку от своей команды. Правила те же , но нужно угадать человеческое чувство (весёлый –грустный, трусливый-смелый, злой-добрый.)

7. Игра «Два друга»

Цель: Игра на сопоставление различных черт характера , развитие способности понимать эмоциональное состояние другого человека и умение выразить своё, коррекция эмоциональной сферы ребёнка.

Ход игры:

Ребята, послушайте внимательно стихотворение Т.Волиной «Два друга»:

Пришли два юных друга на речку загорать.
Один решил купаться –стал плавать и нырять.
Другой сидит на камушке и смотрит на волну.
И плавать опасается: «А вдруг я утону?»

Пошли зимой два друга кататься на коньках.
Один стрелою мчится –румянец на щеках!
Другой стоит растерянный у друга на виду
«Тут место очень скользкое, а вдруг я упаду?»

Гроза дружков застала однажды на лугу.
Один пробежку сделал –согрелся на бегу.
Другой дрожал под кустиком, и вот дела плохи:
Лежит под одеялами «КХА-КХА-АПЧХИ-АПЧХИ!»

-А теперь я снова буду читать это стихотворение, а вы будете изображать то, что делают герои. Выиграет та команда, которая будет изображать лучше всех. Вы готовы? Тогда начинаем!

Пришли два юных друга на речку загорать. (процесс загорания)
Один решил купаться – стал плавать и нырять.(гребки)
Другой сидит на камушке и смотрит на волну.(присел)
И плавать опасается: «А вдруг я утону?»(боится)

Пошли зимой два друга кататься на коньках.
Один стрелою мчится – румянец на щеках! (конькобежец)
Другой стоит растерянный у друга на виду (растерянность)

«Гут место очень скользкое, а вдруг я упаду?» (Скользит)

Гроза дружков застала однажды на лугу.

Один пробежку сделал – согрелся на бегу. (Бег на месте)

Другой дрожал под кустиком, и вот дела плохи:

Лежит под одеялами «КХА-КХА-АПЧХИ-АПЧХИ!» (хором)

8. Игра «Аплодисменты»

Цель: Каждый показывает свои способности, дети учатся хвалить другого и испытывают это на себе.

Ход игры:

По очереди от каждой команды выходит по одному человеку, который рассказывает стихотворение или четверостишие. Все слушатели дружно аплодируют, говорят что-то хорошее, приятное. Выигрывает та команда, которая дружнее поддерживала своих участников.

9. Игра « Кто быстрее?»

Цель: сплочение, умение работать в группах.

Задание «Сказки»

Материал: листы с надписями привычек, с именами сказочных героев.

Ход игры:

Сейчас каждой команде будут розданы листы. На одном написаны привычки, на другом перечислены сказочные герои. Нужно будет ответить на вопрос:» Кому из сказочных героев соответствуют эти привычки?

Оценивается, какая группа быстрее и правильнее ответит.

1.Лень

1.Золушка

2.Трудолюбие

2.Пеппи-Длинный чулок

3.Фантазирование

3.Иванушка-дурачок

4.Хвастовство

4.Карлсон

Вопрос:

1.В каких литературных произведениях рассказывается о том, как дружба помогает героям справиться с бедой?

10. Рефлексия путешествия.

- Какие же бывают хорошие качества, которые помогают вести здоровый образ жизни?

-А что же вредит здоровью?

-Как бороться с вредными привычками?

-Какие полезные занятия и увлечения вы знаете?

-Какие напитки называют алкогольными и как отличить их от других напитков?

11. Ритуал прощания. Игра «Поезд отдохнёт»

Для этого, мы встанем в круг и возьмёмся за руки. Я пожимаю руку тому, кто стоит со мной по правую сторону от меня. Этот человек передаёт пожатие руки следующему по кругу, пока оно не вернётся к ведущему так, как вагончики бегут за паровозом.