

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №106»

**Интегрированное занятие**  
**для учащихся**  
**3-4 классов**  
**по профилактике здорового образа жизни**  
*«Как разрушаются камни»*

**Разработано:**  
**Педагогом-психологом**  
**Бертяевой Н.Н**

На доске написано высказывание « Человек тверд, как скала...»

**Психолог:** О ком так говорят? ( о человеке мужественном, имеющим сильную волю.)

Почему его сравнивают со скалой? ( потому что камни очень прочные).

Камни очень прочные, могут ли они разрушаться? (ответы детей).

Как же это происходит, от чего разрушаются камни? ( вода может превратит камень в глину).

Человек тоже дитя природы. Ему многое подвластно в жизни. Он может управлять природой. Но и его организм может разрушаться, состарится раньше времени и из молодого превратиться в дряблого и больного.

А кто знает, какие вредные привычки разрушают организм человека? ( алкоголь , курение, наркотики). Нет человека. Который так или иначе сталкивался с пьяным. И не всех эта беда обходит стороной. От алкоголя значительная часть населения умирает в 30-35 лет.

Легче всего человек привыкает к курению. И ему трудно бороться с этой вредной привычкой. Например, на перемене курящие ученики бегут покурить на улицу, а если им это не удастся, то они следующий урок ни о чем другом думать не могут. Они думают только о табаке, а не о занятиях.

Ребята, какие органы самые важные у человека. ( сердце, легкие, мозг).

Как курение влияет на здоровье человека?( дым нарушает работу легких и сердца, у курильщиков слабая память, дым раздражает глаза).

*Ситуация* :Подумайте, что будет с человеком, если он сядет у трубы с выхлопным газом работающего автомобиля ( отравиться, потеряет сознание и самое дорогое – жизнь). Вот так при курении человек вдыхает тот же яд, что и содержится в выхлопных газах автомобиля.

Сигареты относятся к наркотикам. Наркотики очень коварны. Любопы, кто первый раз пробует что- то из-за любопытства, желания новых ощущений, стремления не отстать от товарищей, он на 100% уверен, что ему это не повредит, что в следующий раз он откажется. Так думают многие.

### **Игра «Мышки и сыр».**

Вы - мышки, которые очень любят сыр. Я – кошка. Вот для вас в мышеловке вкусный ароматный сыр, бесплатный.

- Хотите сырку?

-Бойтесь его взять?

-Возьмете? Почему?

Мышеловка захлопнулась , мышка взяла сыр, но я ее поймала. За «бесплатный» сыр она расплатилась свободой.

Если камень разрушается от природных явлений, то организм человека разрушается по его доброй воле. Это страшно.

*Составление по опорным словам правил:*

Не бери...

Не пробуй...

Избегай встреч... ( ответы детей).

- что скажем мы курению? – **НЕТ**

- что скажем мы наркотикам? – **НЕТ**

- что скажем мы вредным привычкам? – **НЕТ**

- что скажем мы здоровому образу жизни? - **Да**