

Цикл занятий с детьми старшего дошкольного возраста о профилактике вредных привычек



Обоснования проведения занятий

Семья как общественный институт, в силу различных причин, стала существенно изменяться. Одним из неблагоприятных факторов, разрушающих душевное равновесие ребенка, является пьянство, а вместе с ним и аморальное поведение родителей. У детей, к тому же, интерес к курению и выпивке связан с подражанием взрослым, киногероям, кумирам... Кто-то может возразить: мол, об этом говорить с дошкольниками еще рано. Но ведь профилактику нужно проводить с детства. Наши наблюдения показывают: большинство детей старшей группы пробовали вино и пиво, о чем и рассказывают своим сверстникам.

Поскольку дети живут в среде, в которой нередко можно встретить пьяного взрослого, они очень хорошо ориентируются в том, кто пьян, а кто нет, какие алкогольные напитки существуют. Когда на занятиях по формированию здорового образа жизни у ребят как-то спросили об их отношении к пьянству взрослых, то в отношении пап дети были настроены более миролюбиво, а к пьянству мам отнеслись отрицательно. Чего можно ожидать от детей, если они раньше, чем научатся читать и писать, учатся у взрослых ориентироваться в том, что можно выпить?

И тогда на родительском собрании, проанализировав ситуации по поводу пьянства некоторых родителей, проведя рейд-проверку по детскому саду, отметив, в каком состоянии приходят за детьми родители, мы предложили провести с детьми старшего дошкольного возраста цикл бесед по профилактике социальных вредностей. Возражений со стороны родителей и педагогов не было — ведь это нам, взрослым, решать, как жить, как воспитывать своих детей. Нельзя забывать, что уже своим существованием, своим поведением мы являемся примером для подражания, и воспитание детей нужно начинать с себя.

Цель занятий: формировать у детей старшего дошкольного возраста представление о здоровье человека как самом ценном и дорогом; формировать представление о пагубном влиянии курения, алкоголя на организм человека; воспитывать умение противостоять дурному влиянию окружающих.

Рекомендации по проведению занятий

Проведение таких занятий зависит от контингента семей (полные, неблагополучные, проблемные, неполные) и от подбора детей в группе. Если у детей старшего дошкольного возраста хорошо развито умение выразить собственные мысли («Я думаю...», «Мне кажется...», «Я заметила...»), то наши беседы идут хорошо. Им чаще надо задавать вопрос: «А как вы думаете?»

Нельзя забывать, что у дошкольников хорошо развито наглядно-образное мышление, поэтому мы используем рисунки со строением внутренних органов человека, по которым движется жидкость. Показываем, как организм человека реагирует на алкоголь и на сок, на состояние кожи здорового человека и курильщика.

Хорошо заканчивать такие беседы рефлексией: «Мне понравилось (не понравилось) занятие, потому что...», когда дети высказывают свое мнение, говорят, о чем бы они еще хотели услышать. Можно предложить им обсудить дома полученную информацию, узнать мнение родных, а затем на тренингах моделировать различные ситуации. Самое главное — понять важность и актуальность этой проблемы.

Понятие о здоровье человека

Цель: формировать у детей старшего дошкольного возраста представление о здоровье человека и путях его сохранения.

Основные понятия: здоровье, режим дня, личная гигиена, привычки (вредные, полезные).

Ход занятия

Воспитатель (В.). Ребята, сегодня с вами будем говорить о нашем здоровье. Какого человека можно назвать здоровым? (Который себя хорошо чувствует, не болеет, не нервничает по пустякам, не голодает, не нищенствует...)

Воспитатель обобщает ответы детей.

Здоровье человека зависит от многих причин:

- болезней (некоторые болезни передаются по наследству, от мамы и папы);
- профилактики, лечения (плохо, когда вовремя не началось лечение, нет рядом врача, лекарств);
- окружения (какие люди живут рядом, могут ли они прийти на помощь в трудную минуту);
- образа жизни (как человек живет, какие у него привычки, характер, режим дня, занимается ли физкультурой, закаливанием, употребляет ли алкоголь, курит).

В. У каждого человека, в зависимости от возраста, работы и рода занятий существует свой режим дня. Что же такое режим дня? (Это то, что человек постоянно делает в определенное время суток.)

Игра «Когда я это делаю».

В. Отличается ли режим дня взрослого человека от режима дня ребенка? В чем эти отличия? (Дети больше играют, спят, не так рано встают, не ходят на работу.)

Здоровье человека зависит и от пищи. Как надо питаться, чтобы быть здоровым? (Перед едой нужно тщательно вымыть руки, есть не спеша, не разговаривать во время еды.)

Правильно. Надо всегда поддерживать в чистоте свое тело, чтобы хорошо выглядеть, умываться, чистить зубы, расчесываться только своей расческой, постоянно менять свое нижнее белье перед сном.

Человек живет среди людей, все они очень разные. А что у них разное? (Цвет глаз, волос, рост, вес, у каждого свои мысли, все по-разному думают и поступают.)

Игра «Мы такие разные».

В. На счет 1, 2, 3 — все ко мне беги! Воспитатель приглашает к себе детей с определенным цветом волос, глаз, тех, кто маме помогает, никогда не дерется, не говорит бранных слов...

В. Нам надо, ребята, научиться жить среди людей и уметь жить без плохих привычек.

Игровая ситуация.

В. Ты играешь во дворе. К тебе подходит мальчик старшего возраста, предлагает закурить сигарету. Как ты поступишь? Что ты ему скажешь? А если он будет настаивать и запугивать тебя? (Ребенок отвечает.)

Правильно, никогда нельзя делать то, что считается вредной привычкой — курить, пить спиртное, драться, ругаться плохими словами. И если вас заставляют что-то делать, чего вы не хотите, то лучше об этом скажите маме или папе, старшему брату или сестре.

Игровой тренинг: «Я хочу быть здоровым, и буду заботиться о своем здоровье».

В. Ответьте, пожалуйста, что нужно делать, чтобы быть здоровым, крепким, выносливым? (Заниматься физкультурой, чистить зубы, хорошо питаться, не курить...)

Привычки и здоровье

Цель: формировать у детей старшего дошкольного возраста представление о полезных и вредных привычках; воспитывать умение противостоять дурному влиянию окружающих.

Основные понятия: привычка (полезная, вредная).

Ход занятия

Дети заходят в зал, педагог наблюдает за детьми, которые усаживаются на ковре полукругом.

В. Почему вы так разместились на ковре? Я ведь вам ничего не говорила, что вам делать? (Кто-то из детей начинает вставать, кто-то остался сидеть, кто-то начал оправдываться, что мы, мол, всегда так садимся, нам так удобно.)

Да, человек привык к тому, как он обычно располагается на своем рабочем месте. Просто мы привыкаем к каким-то постоянно повторяющимся действиям или чувствам, например, кто-то рано ложится спать, кто-то — поздно, кто-то чистит зубы перед сном, а кто и нет... (Дети называют другие привычки.) Кто-то постоянно кричит, дерется, обижает других, а кто-то и муху не обидит. Люди привыкают к любимой одежде, месту жительства, к пище...

Привычка вырабатывается в результате многократных повторений, когда человек что-то делает много-много раз, а потом уже и не думает, как это сделать по-другому, а просто выполняет привычные действия. (Например, ребенок аккуратно кушает, не опаздывает в детский сад, помогает маме...) Те привычки, которые не мешают здоровью человека, называются полезными.

Тренинг «Мои полезные привычки».

В. Я всегда при встрече со всеми здороваюсь, чищу зубы перед сном... (Каждый ребенок дополняет ответ.)

Привычки, которые наносят вред здоровью, называются вредными.

Предложить детям назвать их (есть много сладостей, долго сидеть у телевизора, разговаривать во время еды, перебивать взрослых при разговоре...)

В. Но есть очень-очень вредные привычки — курить, употреблять алкоголь, принимать наркотики. И если человек это делает (и ребенок в том числе), то портятся его внутренние органы — сердце, печень, желудок, почки, человек начинает болеть. Но страшнее всего то, что он сам об этом не догадывается, думает, что здоров, а на самом деле болеет такими болезнями, как алкоголизм, наркомания, привыкает к табакокурению.

Постепенно он начинает хуже видеть, слышать, у него теряется память, изменяется поведение — он шатается (может вообще упасть), он злой (кричит на всех). В таком состоянии он очень опасен.

Жизнь алкоголика становится неинтересной — он только и делает, что, проснувшись, ищет спиртное. К этой вредной привычке человек привыкает очень быстро, и потом сам не может остановиться.

Вам приходилось встречаться с такими людьми на улице. Они очень отличаются от остальных людей. Как они выглядят, помните? Их называют бомжами, пьяницами, вид у них всегда неприятный. А ведь когда-то они были нормальными, красивыми, аккуратными людьми. Вот что делает с человеком водка. Этим людям поможет теперь только лечение, но чаще всего они отказываются от него.

Игра «Представьте, что...»

Предложить представить детям, что чувствует сын или дочь алкоголика, почему им стыдно? А что нужно делать, чтобы не стать таким? Ведь многие пробуют водку уже в детском возрасте.

В. Кто-то из вас не привык вставать рано утром, и вас начинают будить. Как вы на это будете реагировать? (Плачем, не хотим вставать, просим чуточку поспать, обижаемся, а даже когда встаем, не можем сразу проснуться, ходим вялые, сонные.) Или наоборот. Вам говорят рано ложиться спать, а вы крутитесь, прячетесь под одеяло, капризничаете... Но вот вас просят один день, второй, третий, вы понимаете, что маму уже не изменишь, она все равно будет рано поднимать. И у вас появится привычка рано, без плача, вставать и получать удовольствие от того, что все успеваете сделать.

А вот от таких вредных привычек, как алкоголь, курение, наркотики трудно избавиться самому, без помощи близких и врачей.

Алкоголь, попав в кровь, отравляет ее, ослабляет организм. Человек так и живет — слабым, болезненным. И если алкоголик не выпьет, его «клеточки-алкоголики» требуют подкрепления — «еды» (алкоголя). И так — каждый день. Человек без спиртного обходиться уже не может. Особенно трудно избавиться от этой вредной привычки, если она сформировалась в детском возрасте. Детский организм быстрее привыкает к алкоголю, так как он еще молодой, все органы только начинают формироваться.

Давайте с вами задумаемся над тем, что вы сегодня узнали, и будем учиться только хорошему.

«А представь, что...»

Цель: формировать у детей старшего дошкольного возраста отрицательное отношение к алкоголю.

Материал: бумага, карандаши, фломастеры, картинки для рассматривания и сравнения.

Ход занятия

Занятие проходит в виде мини-беседы.

В. А представьте, дети, что вдруг, как по велению волшебной палочки, пропали вредные привычки, такие, как... (дети подсказывают). Все перестали курить, пить спиртное, принимать наркотики. Что бы было?

Рассуждения детей: «Люди бы меньше стали болеть, в магазинах продавали бы только соки, мороженое, взрослые не ругались бы в семье, не кричали на детей, не было бы детских домов, не было бы брошенных детей, деньги тратились бы на хорошее питание, конфеты, одежду...»

В. Какая бы наступила жизнь? А почему некоторым взрослым она не нравится? Почему так много пьяниц?

Потому что уже многие взрослые страдают таким заболеванием, как алкоголизм. А если бы с ними проводили такую беседу в детстве, может, многие бы и не стали алкоголиками. Все зависит от человека. Если он понимает, что это делать нельзя, и не поступает себе во вред, то ему болезнь не грозит.

А сейчас на одну минутку представьте, что все вдруг стали употреблять спиртное, курить — и мужчины, и женщины, и старики, и дети... Что бы было?

Рассуждения детей: «Вся красота пропала бы, никто бы не ходил на работу, в детский сад, магазины не работали бы, т. к. продавцы были бы пьяны, не ходили бы автобусы или были бы аварии, кругом была бы грязь»...

В. Вот вы и нарисуйте, дорогие ребята, какая вам понравилась жизнь: без вредных привычек, когда радостные мама и папа с вами отдыхают на природе, все вместе вы идете в цирк? А может, кому-то нравится такая жизнь, когда все только и думают, как добыть спиртное, сигареты и никого не видят вокруг?

Рисунки детей. По желанию они рассказывают про свой рисунок.

«Реклама и здоровье»

Цель: учить детей различать рекламу, полезную для человека, его здоровья и ту, цель которой — распродать товар и, быть может, в ущерб здоровью покупателя.

Предварительная работа: разъяснить детям такие понятия, как «реклама», «товар», «покупатель», «рекламодатель».

Реклама — это распространение информации с целью оказания влияния на людей, а попроще — это расхваливание какого-либо товара для того, чтобы его быстрее продать.

Товар — это предметы, одежда, продукты питания, которые изготавливают для продажи.

Покупатель — это мы с вами, это люди, которые приобретают товар в магазине, на рынке. Купив тот или иной товар, люди делают свои выводы о нём. Это называется отзывы покупателей. Таким образом другие смогут его прочитать и решить нужна им это вещь или нет

Рекламодатель — это люди, которые создают рекламу, снимают видеоролики о рекламируемом товаре, придумывают интересную информацию об этом товаре.

Словарная работа: реклама, товар, покупатель, рекламодатель.

Ход занятия

Дети расположились так, как им удобно: кто на стуле, кто на ковре. Звучит музыка, потом вдруг... реклама про «Алису — шоколадный крем», затем про жевательную резинку «Орбит»...

В. Что это звучит? Как вы догадались? Где вы это слышали? Как часто? (Ответы детей.)

Воспитатель предлагает назвать еще какую-нибудь рекламу. Дети называют «Доктор Дизель», «Красный Бык», пиво «Толстяк».

В. А для чего используют рекламу? (Для того, чтобы человек покупал этот товар; чтобы люди тратили деньги на что-то; чтобы у того, кто товар продает, было больше денег.)

А всегда ли правдива реклама? Как об этом узнать?

Воспитатель предлагает детям придумать рекламу напитка.

Детям дается красивая бутылка в форме виноградной грозди, золотистая наклейка на ней, необычная пробка, розовый цвет жидкости в бутылке.

«Розовый, прозрачный напиток, который так и хочется выпить весь без остатка из этой бутылки, напоминающей зрелую гроздь винограда. Пейте все на здоровье! Это вкуснейший напиток — это правда!»

С помощью педагога дети придумывают рекламу, но когда они попробовали, то ни один не стал его пить — это была подкрашенная пищевой розовой краской вода с добавлением соли.

В. Так всегда ли правдива реклама? А рекламируют ли спиртные напитки? (Дети называют рекламу про пиво.) Почему, когда рекламируют алкоголь, сигареты, хвалят только внешний вид, а не говорят о том, как они пагубно влияют на здоровье человека? (Никто бы не купил.) Какая цель стоит у рекламодателей спиртных напитков, сигарет? (Продать товар, получив большие деньги, их не интересует здоровье людей и то, что рекламу смотрят и дети.) Просто у рекламы есть свои приемы. В целях привлекательности для людей, производители рекламы алкогольных напитков прибегают к следующим приемам: выставляют алкоголь в качестве символа взросления (выпил пиво — и чувствуешь себя взрослым), демонстрируют, что люди, употребляющие алкоголь, интересные и необычные. Они никогда не упоминают о здоровье.

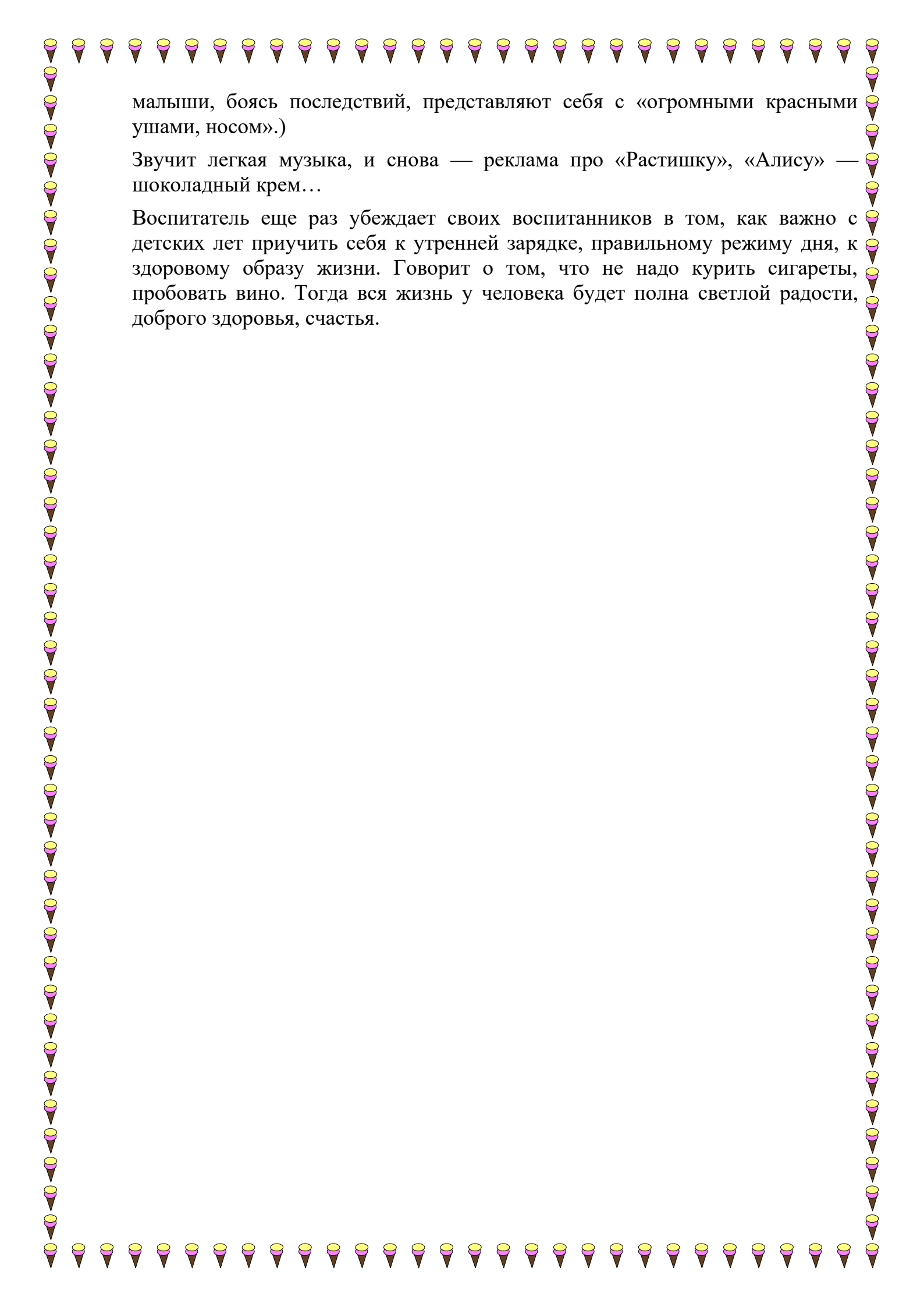
Скажите, кто обычно рекламирует товар?

Известная артистка или актер заявляют, что она (он) постоянно пользуется этим товаром. А раз они пользуются, то люди думают, что товар хорошего качества. Еще в рекламе говорится, что все люди используют этот товар и человек не хочет оставаться не таким, как все. «Рекламные» герои всегда счастливые и веселые. Они всегда добиваются успеха, и нам кажется, что мы тоже всего добьемся.

Реклама нахваливает только достоинства товаров, скрывая их недостатки.

Еще в рекламе много шуток, юмора, чтобы люди быстрее запомнили смешные картинки и фразы. Видите, сколько различных приемов надо знать, чтобы сделать рекламу. А давайте сделаем, придумаем правдивую рекламу пива, спиртного напитка.

«Не все золото, что блестит», — говорит старинная пословица. Это прозрачное, золотистое, светлое, пенистое пиво, которое с таким удовольствием сегодня пьют как мужчины, так и женщины, как парни, так и девушки, даже мальчики и девочки (и это очень плохо), но последствия употребления необратимы. (Детям показывают рисунки — мужчина с большим животом, красным носом, женщина неопрятная, с авоськой бутылок, дети (подростки) стоят у школы и пьют пиво, опоздав на урок, а

A decorative border of ice cream cones surrounds the text. The border consists of a top row of 25 cones, a bottom row of 25 cones, and two vertical columns of 25 cones each on the left and right sides. Each cone has a yellow top, a pink middle, and a brown bottom.

малыши, боясь последствий, представляют себя с «огромными красными ушами, носом».)

Звучит легкая музыка, и снова — реклама про «Растишку», «Алису» — шоколадный крем...

Воспитатель еще раз убеждает своих воспитанников в том, как важно с детских лет приучить себя к утренней зарядке, правильному режиму дня, к здоровому образу жизни. Говорит о том, что не надо курить сигареты, пробовать вино. Тогда вся жизнь у человека будет полна светлой радости, доброго здоровья, счастья.