

Сценарии тренингов и занятий для обучающихся.

I. Организация работы с детьми.

Цель: развитие эмоционально-волевых качеств личности, поведенческих и социальных навыков детей.

Задачи:

- сформировать представление о полезных и вредных для здоровья веществах;
- сформировать понятие о здоровом образе жизни и его преимуществах;
- помочь приобрести навыки, соответствующие обязанностям развития, в том числе: умение справляться с мелкими неудачами и разрешать конфликты, умение выражать свои чувства и устанавливать межличностные контакты, умение сказать «нет».

Ожидаемые результаты: - знания о вредном влиянии некоторых веществ на организм человека; - осознание приоритета здорового образа жизни; - приобретение навыков, способствующих формированию четких антидевиантных установок.

Методы работы - сказкотерапия, ролевые игры, песни, рисунки, книги, мультфильмы, содержание которых ассоциируется с проблемами поведения в различных ситуациях, позитивными и негативными образцами их разрешения.

План и содержание занятий.

Занятие 1. Познай себя.

Цель: формирование у младших школьников представления о себе.

Задачи: расширение у учащихся представлений о себе, о своих слабых и сильных сторонах, особенностях собственного поведения и т.д.

Форма: творческое задание.

Продолжительность: 30-35 мин.

УПРАЖНЕНИЕ 1. Подумай и напиши 5 описаний самого (самой) себя.

УПРАЖНЕНИЕ 2. Напиши, что ты делаешь хорошо.

УПРАЖНЕНИЕ 3. «Мои особенности и преимущества» - рисунок на чистом листе на данную тему или рисунок или надписи на бланках (например, на листе нарисованы пустые шарики, звездочки и т.д., которые надо заполнить информацией о себе на заданную тему).

По желанию можно показать рисунок группе и рассказать о нем.

Занятие 2. Мое здоровье.

Цель: формирование представлений у учащихся о здоровье и здоровом образе жизни.

Задачи: помочь младшим школьникам осознать значимость здоровья, ценность здорового образа жизни, показать, что здоровье человека находится в его руках.

Форма: игра.

Продолжительность: 30-35 мин.

Информация для учащихся: Физическое здоровье – это сильное, крепкое тело человека.

Умственное здоровье – это ум и сила духа человека.

Социальное здоровье – это благополучие человека и умение ладить с окружающими.

Наркоман – человек, больной наркоманией.

Хорошее здоровье — это образ жизни. Это стиль жизни, который человек выбирает для себя, если хочет достичь наивысшего благополучия. Считается, что все, что ни делает человек, так или иначе отражается на состоянии его здоровья. Хорошее здоровье — это не фиксированное состояние, а непрерывно протекающий процесс.

Человек может двигаться к доброму здоровью, будучи практически здоровым или даже инвалидом. Доброе здоровье включает в себя все цели в жизни человека, его интересы и привычки.

В нем всему есть место. Это чувство любви к самому себе с достоинством и уважением.

ИГРА "ОСТРОВ МЕЧТЫ"

Объясните учащимся, что они будут играть в "Остров Мечты". Скажите им, что это игра, в которой сбывается мечта любого человека. Однако каждый ученик должен выбрать только одну мечту из предлагаемого списка: Здоровье, Богатство, Славу, Любовь, Дружбу и Семью. Напишите эти слова в виде заголовков колонок на доске.

Работа должна проходить в быстром темпе. Спросите ученика "Твоя мечта?".

Дайте ему всего лишь несколько секунд на ответ и спрашивайте следующего.

Помечайте ответы школьников в соответствующих колонках на доске.

После того, как будут все опрошены, попросите некоторых из них объяснить свой выбор.

Спросите, почему они не выбрали что-либо другое, в частности, здоровье.

Пусть ученики обсудят, как те решения, которые касаются их здоровья, скажутся в ближайшем и отдаленном будущем, отразятся в большой степени на их мечтах и жизненных целях.

УПРАЖНЕНИЕ 1. Вставь пропущенные слова в предложения.

Здоровье – это когда ты чувствуешь себя

_____, а не только когда ты не болеешь.

Здоровье зависит от многого, а также от принимаемых тобой решений и твоих _____

Чтобы расти и учиться, тебе надо заботиться о своем _____

Полезные умения и увлечения укрепляют _____ **УПРАЖНЕНИЕ 2.** Нарисуй здорового человека. Подумай и запиши ответ на вопрос – что делает его здоровым?

Нарисуй больного человека. Почему он болен?

Занятие 3. Как мы общаемся?

Цель: формирование у младших школьников коммуникативных навыков.

Задачи: сформировать у учащихся знания о принятых нормах и правилах общения, научить детей находить общий язык со сверстниками, сформировать коммуникативные умения и навыки.

Форма: игра.

Продолжительность: 30-35 мин.

Игры, способствующие развитию коммуникативных навыков: 1. «Невербальное знакомство» Цель - получение опыта преодоления барьеров в общении, осознание собственных сложностей.

Участникам предлагается молча знакомиться друг с другом руками, глазами и т.д.

2. «Зеркало».

Цель - межличностное взаимодействие.

В парах один человек повторяет движения другого. Вариант - вся группа повторяет движения одного.

3. «Два паровозика».

Цель - сплочение, опыт ответственности и беспомощности, доверия к другим участникам.

Участники разбиваются на команды по 5-6 человек и встают «паровозиком». Голова паровозика зрячая, все остальные слепые. Паровозики двигаются, не задевая друг друга. Ведущий дотрагивается до последнего «вагона», и он переходит на место паровоза.

Информация для учащихся.

Общение – это когда разные люди обсуждают что-то их всех интересующее; – это когда люди что-то сообщают друг другу с помощью выразительных движений (позы, жесты и мимика).

Как первому начать разговор и познакомиться?

Обратись к дружелюбному мальчику/девочке, который улыбнулся тебе и/или один и ничем не занят.

Поздоровайся и/или представься. Например: «Здравствуй, меня зовут...» или «Привет! Я – Я тут живу неподалеку и учусь в школе №...».

Начни с того, что у тебя с этим человеком общего. Например, ты пришел/ла в кружок. Скажи человеку, стоящему рядом с тобой: «Как тут интересно!» Скажи комплимент, если он к месту. Например, похвали его/ее: «Ты очень хорошо рисуешь».

Задай вопрос. «Как ты учишься рисовать животных?» Попроси помочь. «Покажи мне, как ты это делаешь».

Правила общения:

Будь приветливым/ой.

Расскажи о себе.

Дай собеседнику/це возможность тоже рассказать о себе.

Дай собеседнику/це понять, что тебе интересно то, о чем он/она говорит.

Покажи собеседнику/це, что ты слушаешь его/ее внимательно. Задавай собеседнику/це вопросы.

Как завершать разговор:

Завершение разговора должно быть естественным.

Не прерывай собеседника/цу на середине фразы, дай ему/ей договорить.

Покажи собеседнику/це с помощью выразительных движений, что хотел/а бы завершить разговор.

Скажи собеседнику/це, что: (а) Тебе надо уходить («К сожалению, мне надо идти») (б)

Разговор доставил тебе удовольствие («Очень приятно было поговорить!») (в) Ты надеешься на новую встречу («Надеюсь, мы скоро встретимся»).

УПРАЖНЕНИЕ 1. Напиши несколько словесных приветствий.

Опиши несколько приветствий без слов.

УПРАЖНЕНИЕ 2. Опиши, какими выразительными движениями ты показываешь собеседнику/це, что ты его/ее слушаешь. Напиши, какие фразы помогут поддержать разговор.

Занятие 4. Что скажет доктор Айболит?

Цель: формирование навыков преодоления любопытства..

Задачи: усвоение школьниками правил обращения с медицинскими препаратами, знакомство с некоторыми их фармакологическими свойствами, активизация здорового чувства опасности, носящего защитный характер. Формирование адекватных установок дозирования и персонального медицинского назначения лекарственных, витаминных, тонизирующих, успокаивающих и иных медикаментозных препаратов.

Форма: театрализованная игра.

Продолжительность: 30-40 минут.

Организация игры.

Игра рассчитана на учащихся 1-2 классов. В ней участвуют 2 команды. Численность каждой может колебаться от 5-7 до 30-35 человек.

Ведущий предлагает командам придумать себе название и подготовиться к встрече с доктором Айболитом и разбойником Бармалеем. Эти роли могут принять на себя ребята из старших классов, надев на себя шапочку с красным крестом, взяв в руки такую же сумку, нацепив усы и засунув за пояс пистолет и кинжал.

После процедуры приветствия начинается собственно игра.

Бармалей вдруг хватается за щеку и за живот, изображая сильную боль.

Бармалей (Б): Ой-ой-ой, как болит, и дергает, и стреляет, и ломит, и крутит. (Обращается к игрокам) Добренький хорошенький мальчик, помоги мне. Эй ты, девчонка, говори, что надо делать, а то пристрелю. (Наставляет пистолет. Он продолжает приставать к детям до тех пор, пока кто-нибудь не говорит, что нужно принять лекарство). Вот, вот хорошие детки! Где-то у меня тут были разные таблетки, пилюльки. (Достает из кармана муляжи, изображающие таблетки). Надо съесть вот эту самую большую или вот эти две розовенькие, нет, лучше проглочу голубые, их тут много, надолго хватит.

Ведущий: Ребята, как Бармалею выбрать нужную таблетку?

Дети дают разные варианты ответов. Ведущий фиксирует их на доске, подбадривает ребят, требует еще ответов, пока их не окажется 10-12.

10

Ведущий: А теперь что скажет доктор Айболит по поводу ваших советов и ответов? Если они окажутся правильными, то команда получит за них медаль, а если неправильными, то отвечающий попадает в заложники к Бармалею.

Смысл этой части игры - напомнить школьникам основные правила приема и использования лекарственных препаратов в лечебных целях. (Обращаясь к ребятам, давшим неверные, вредные ответы).

Это будут мои подопытные кролики. Я стану кормить их таблетками и пилюлями.

Доктор Айболит (Д.А.): Чтобы спасти заложников, придется выполнить задания и правильно ответить на вопросы.

Д.А. 1. Найдите среди этих коробочек с лекарством те, которые можно оставить в походной аптечке, и те, которые надо сразу выбросить, поясняя, почему вы это делаете. (Выбрасываются коробочки без названия, лекарства просроченные, без упаковки).

Б.: 2. Ответьте, бывают лекарства - от насморка (+) - для глаз (+) - от вредности (-) - для храбрости (-) - в баночках(+), - в бутылочках (+), в коробочках (+), - в компьютере (а как же компьютерный вирус?) Д.А. 3. Что бывает, если выпить лекарство или витамины все сразу, полную упаковку или даже две?

Б. 4. У меня есть одна замечательная волшебная вещь, между прочим, контрабандный товар. Вот написано «Волшебное средство для того, чтобы стать невидимкой. Фирма «Гарри Поттер и Ко» (Делает глоток из бутылочки). Теперь меня никто не видит... А вы почему видите? (Обращается к детям).

Д.А.: Точно, ребята, волшебных таблеток не бывает, поэтому нельзя верить всему, что написано или что говорят. Принимать можно только то, что выписал врач. А теперь еще одно задание.

Б. 5. Ну уж нет, мои заложники, и вопросы буду задавать я!

Вот! Взрослые прячут лекарства от детей: почему? – Потому, что они сладкие и очень вкусные? – Чтобы дети не росли слишком быстро, а то взрослым некого будет ругать и наказывать? – Чтобы самим их съесть потихоньку, когда дети спят?

Для чего ж тогда?

Д.А. 6. Ребята, а скажите, может ли лекарство вместо пользы принести вред? – А почему? А когда?

Ведущий: Все, Бармалей, большие заложников у тебя не осталось. Лучшие обратись за помощью к настоящему врачу. Только он знает, что вредно, что полезно, что можно принимать, а что нет, а то как бы самому не стать заложником болезней и вредных советов людей, которые ничего не понимают в лечении. А пока давай вместе с доктором Айболитом поздравим команду - победительницу и еще раз послушаем, что он скажет.

Д.А. Будьте здоровы, закаляйтесь, и тогда никакие лекарства вам не потребуются. А уж если случилась беда, обращайтесь за помощью ко мне и моим коллегам – врачам. Ни в коем случае не берите у других ребят или посторонних их таблетки, пилюльки, порошки. В неумелых руках – это яд!

Игра заканчивается награждением, поздравлениями и пожеланиями здоровья и успехов в учебе.