

Круглый стол

«За здоровый образ жизни»

Бледных Д.

Цель: актуализация ценности здоровья у детей.

Оснащение: ватман, чистые листы, ручки, маркер.

Организация рабочего места:

– название «За здоровый образ жизни», под ним крепится лист ватмана;

– по центру помещения ставится большой стол, за которым смогли бы уместиться все дети.

Сценарий

1-й в е д у щ и й . Добрый вечер, дорогие друзья! Предлагаю вам поговорить на тему здорового образа жизни, а точнее, обсудить проблемы, с этим связанные.

2-й в е д у щ и й . Каждый человек стремится к успеху. Как вы думаете, что является основным слагаемым успеха? Без чего невозможно быть счастливым человеком? Что не купишь за деньги?

Выслушиваются варианты ответов детей.

1-й в е д у щ и й . Конечно, это здоровье!

2-й в е д у щ и й . Итак, здоровье – это состояние полного физического, психического, эмоционального благополучия.

1-й в е д у щ и й . Как вы думаете, от чего зависит здоровье человека? Ученые подсчитали, что на 20% здоровье зависит от наследственности, на 20% – от окружающей среды, на 10% – от медицинского обслуживания и на 50% – от образа жизни. Если считать наследственность образом жизни родителей, то роль образа жизни увеличивается до 70%. Таким образом, можно сказать, что здоровым может быть только тот человек, который ведёт здоровый образ жизни.

2-й в е д у щ и й . А что значит вести здоровый образ жизни?

Выслушиваются варианты ответов детей.

2-й в е д у щ и й . Итак, здоровый образ жизни – это сумма следующих компонентов: двигательная активность, режим дня, положительные эмоции, личная гигиена, правильное питание, закаливание, трезвость.

1-й в е д у щ и й . Кто может сказать, что ведет здоровый образ жизни, то есть соответствует всем названным пунктам? (*Дети поднимают руки*). Отлично, что у нас есть такие люди, значит, они помогут разобраться в понятиях и смыслах здорового образа жизни. Итак, что же такое трезвость?

Выслушиваются варианты ответов детей.

1-й в е д у щ и й . Это естественное, крайне престижное и единственно разумное состояние человека, семьи, общества, свободного от алкогольной, табачной и наркотической зависимостей.

2-й в е д у щ и й . Может ли человек, занимающийся спортом, но употребляющий алкоголь, говорить о том, что он ведёт здоровый образ жизни? Нередки случаи, когда спортсмены, уйдя из большого спорта, становились алкоголиками (например, фильм «Москва слезам не верит»). Значит, алкоголь и спорт несовместимы.

1-й в е д у щ и й . Действительно, трезвость является основой здоровья, потому что человек, находясь под влиянием наркотиков, становится ленивым, ему проще посидеть перед телевизором за бутылкой пива, чем отправиться на стадион, пойти в спортивную секцию. Почему я называю наркотиками и алкоголь, и табак? Может быть, кто-то даст ответ на этот вопрос?

Выслушиваются варианты ответов детей.

1-й в е д у щ и й . ГОСТ 18300-72 (п.5.1.): «Этиловый спирт – легковоспламеняющаяся бесцветная жидкость с характерным запахом, относится к сильнодействующим наркотикам, вызывающим сначала возбуждение, а затем паралич нервной системы».

ГОСТ 5964-82 (п.4.1.): «Этиловый спирт – легковоспламеняющаяся бесцветная жидкость, относится к сильнодействующим наркотикам».

ГОСТ 5964-93 (п.7.1.): «Этиловый спирт – легковоспламеняющаяся бесцветная жидкость с характерным запахом».

Вот так, за 20 лет полностью исчезли из первоначального определения слова «относится к сильнодействующим наркотикам, вызывающим сначала возбуждение, а затем паралич нервной системы».

2-й в е д у щ и й . Какие причины употребления наркотиков молодёжью вы можете назвать?

Выслушиваются варианты ответов детей и фиксируются на ватмане.

2-й в е д у щ и й . Мы обозначили причины, а теперь давайте выясним, что может изменить ситуацию к лучшему. Какие пути решения данной проблемы вы видите?

Выслушиваются варианты ответов детей и фиксируются на ватмане. Проводится голосование за самый эффективный путь решения.

1-й в е д у щ и й . Одним из способов решения проблемы является запрет на рекламу пива, табака во всех её формах и видах. И мы с вами можем повлиять на то, чтобы рекламу, действительно, запретили. Для этого необходимо собрать подписи и отправить их в Государственную Думу. Такая работа проводилась в городе Тюмени, было собрано 6 тысяч подписей, и теперь в городе нет наружной рекламы пива и табака.

Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации», принятый 3 июля 1998 года, гласит: «Органы государственной власти Российской Федерации принимают меры по защите ребёнка от информации, пропаганды и агитации, наносящих вред его здоровью, нравственному и духовному развитию, в том числе от национальной, классовой, социальной нетерпимости, от рекламы алкогольной продукции и табачных изделий...». Таким образом, наружная городская реклама табачных изделий, реклама пива – это нарушение Федерального закона РФ. А дело властей – контролировать выполнение закона.

2-й в е д у щ и й . Мы предлагаем вам здесь и сейчас оставить свои подписи против всем надоевшей и очень опасной рекламы.

Проводится сбор подписей.

1-й в е д у щ и й . Большое спасибо за поддержку и интересное общение! Нам бы очень хотелось узнать, насколько интересной и полезной была эта встреча для вас. Мы предлагаем оценить круглый стол по важности полученной информации и её полезности. Для этого мы будем использовать лист бумаги, который есть у каждого из вас. Если встреча была полезной и вы сможете использовать ту информацию, которую получили, то не сгибайте лист. Если встреча была полезной, но вы хотели бы изменить форму подачи материала, то согните лист вдвое. Если вы пожалели, что пришли сюда, то согните лист вчетверо. Спасибо!

Дети выполняют задание.