Міністерство освіти та науки України

Відділ освіти

Теребовлянської районної державної адміністрації

Районний методичний кабінет

**Сценарій виховного заходу у формі радіопередачі**

**«Твоє життя – твій вибір»**

Учитель Теребовлянської №1 загальноосвітньої школи I-III ступенів Мисліва Г.А.

Теребовля – 2015

***Сценарій радіопередачі***

**Мета**: озброєння учнів знанням про шкідливість тютюнопалінням, алкоголю, наркотиків. Формування у них правильних поглядів на соціальне зло.

Лунає сигнал радіопередачі.

**Ведуча 1**. Доброго дня любі друзі! З вами ведучі(імена ведучих дітей), і ви слухаєте радіопередачу «Твоє життя – твій вибір», присвячену темі, яка на сьогодні вважається однією із найактуальніших у суспільстві. Це шкідливі звички серед молоді

**Ведуча 2**. Чи знаєш ти, що нині у твоєму житті триває один із найцікавіших і найважливіших періодів – час дорослішання? Жодна сила не захистить тебе, якщо ти цього не хочеш, тому не забувай: ти з’явився на світ не для того, щоб марнувати своє життя і життя рідних, ти – неповторна особистість, у тебе є вище призначення, мрії, які маєш здійснити. Тебе оточують люди, яким ти безмірно дорогий і які близькі тобі.

Людині, на жаль, не дано знати свого майбутнього, щоб успішно обминути всі небезпеки. Але вона завжди має свій вибір: вести здоровий спосіб життя чи занапастити його наркотиками, алкоголем або нікотином; вічно тремтіти від страху чи наполегливо гартувати волю, набувати відповідних знань та вмінь, щоб з гідністю долати життєві труднощі.

Але, щоб мати змогу зробити правильний і свідомий вибір, тобі, насамперед, слід дістати правдиву інформацію про тютюн, алкоголь, наркотики. І наша передача допоможе тобі в цьому.

**Зроби свій вибір, вибери здоров’я – обери життя!**

**Ведуча 1**. Пропонуємо взяти участь в інтерактивному опитуванні, яке триватиме до кінця ефіру. Ви маєте допомогти лікарям визначити діагноз пацієнта.

Чоловіка доставили в лікарню в тяжкому стані. Спостерігалося різке збліднення, неглибоке і рідке дихання, слабкий пульс, відсутності реакції на зовнішні подразники, блювання.

**Ведуча 2.** До нас у гості завітали учні-науковці, які досліджували вплив наркотичних речовин на організм людини. Запрошуємо їх до розмови.

**1-а учениця.** Любий старшокласнику, ПЕРЕД ТИМ ЯК ЗАПАЛИТИ – ПОДУМАЙ!

Перш ніж взяти в руки цигарку, згадай, що нікотин досягає клітин мозку за 7с, збуджуючи нервову систему. Він діє на організм так:

* мозок знаходиться у стані підвищеного збудження;
* прискорюється серцебиття і підвищується кров’яний тиск;
* послаблюється м’язова діяльність і знижується потрапляння в кров органічних речовин, які нейтралізують стреси;
* погано циркулює кров у капілярах;
* зменшується апетиті порушується баланс вуглеводів.

Цигарковий дим містить тисячі хімічних елементів, але найшкідливішим є нікотин. Нікотин – одна із найнебезпечніших отрут рослинного походження. Пташки (голуби та горобці) помирають, якщо до їхнього дзьоба піднести скляну паличку, кінець якої змочений нікотином. Для людини смертельною дозою є від 50 до 100 мг – це дві – три краплі. Саме така доза потрапляє в організм після викурювання 20-25 сигарет (в одній сигареті міститься приблизно 6 – 8 мг нікотину, 3 – 4 з яких потрапляє у кров). Ви, напевно, поцікавитесь, чому людина не помирає від такої дози, адже вона є смертельною? Тому, що доза вводиться не одразу, а поступово.

**Ведуча1.** Напевно, кожному цікаво знати, що:

* в одній цигарці міститься більше двохсот хімічних шкідливих для здоров’я людини сполук;
* коли людина палить за день від однієї до дев’яти цигарок, вона скорочує своє життя на 4,6 року порівняно з людиною, що не вживає тютюнових виробів; від 10 до 19 сигарет – на 6,2 року;
* люди, які почали курити до 15-літнього віку, помирають від раку легенів у 5 разів частіше, ніж ті, що почали курити в 25;
* люди, які довго і багато курять, у 10 разів частіше хворіють на виразку шлунку, в 13 разів – на інфаркт міокарда, у 30 разів – на рак легень;
* немає такого органа, якого б не зачепив тютюн;
* смертельна доза дорослого організму міститься в 1 пачці цигарок, якщо її викурити одразу, а підліткам досить півпачки.

Нікотин за своєю отрутою можна порівняти зі синильною кислотою. До складу тютюну входить більш, ніж 1200 шкідливих речовин.

За останнє десятиліття вчені з’ясували, що у людей, які не курять, починають з’являтися хвороби, притаманні курцям. Чому? Люди, які не палять, перебувають в одному приміщенні з курцями. Підчас паління до організму потрапляє 20 – 25% шкідливих речовин, а 50 відсотків – у повітря, яким дихають оточуючі.

**2-а учениця.** А тепер хочу зосередити вашу увагу на такій хворобі, як алкоголізм. Алкоголь – отрута для будь-якої живої клітини. Саме він є початком сп’яніння. Через 5 – 10 хв після прийняття етилового спирту або винного спирту кров всмоктує його і розносить по всьому організму. Під дією алкоголю порушується майже всі фізіологічні процеси в організмів, а це може призвести до дуже тяжких захворювань. У стані алкогольного сп’яніння людина може розказати будь-яку таємницю; вона перестає бути обережною, тому недарма кажуть: «Що у тверезого в голові, те у п’яного на язиці». Під дією алкоголю активізуються інстинкти, послаблюються воля і самоконтроль, підвищується агресивність, роздратованість, збудження, порушується опорно-рухова система, у такому стані люди роблять вчинки і помилки, про які згодом жалкують усе життя.

Якщо пияцтво – результат неправильного виховування, слабкої волі, наслідуванням шкідливим звичкам, то алкоголізм – це серйозна хвороба, яка потребує спеціального лікування.

А що ж спонукає до вживання першої чарки?

Причин дуже багато, хоча жодну з низ не можна вважати важливою. Це і звичка в сім’ї, свято і горе, знаменита дата чи збіг обставин, досягнення чи невдача, традиція чи випадок.

Алкоголь – це теж наркотик, оскільки наркотичними називають речовини, які зумовлюють токсичне отруєння, психічну і фізичну залежність.

За умови тривалого вживання алкоголю організм звикає до постійного отруєння, і людина починає відчувати позитивні емоції, ейфорію – піднесений настрій. Настрій здається, що після чарки стаєш сильнішим, сміливішим і красивішим, словом, усе навколишнє постає у рожевому кольорі, А насправді це все самообман. Бо людина в стані алкогольного сп’яніння слабкіша, менш спритна та нерозсудлива, тому не розуміє справжньої небезпеки і переоцінює свої можливості.

**Ведуча 2.** Брайан Джонс – гітарист групи Rolling Stones; Курт Кобейн – вокаліст групи Nirvana; Елвіс Преслі – король рок-н-ролу; Крістін Пфаф – бас гітаристка групи Hole; Сід Вішес, Джимі Хендрікс –це дуже короткий перелік з дуже довгого списку всесвітньо відомих музикантів – молодих жертв наркотиків. Ці люди, безумовно, мали і розум, і великийй талант, і волю, а крім того, гроші, найкращих лікарів, найсучасні ліки , та це їм не допомогло…

Наркотики – особливо найнебезпечніші психоактивні речовини, вживання їх змінює здатність людини адекватно сприймати й оцінювати навколишній світ, тверезо мислити, приймати відповідальні рішення, руйнує її соціальне середовище, ставить у залежність від злочинів, сприяє залученню до протизаконних дій. Вони загрожують серцевим нападом, отруєння, передозуванням, зараженням небезпечними хворобами. Більшість наркотиків з часом породжують залежність: фізичну і психічну. Фізична залежність характеризується виникненням толерантності до наркотиків і абстинентним синдромом («ломки») у разі відсутності чергової дози. Абстинентний сидром – це період адаптації організму до життя без наркотиків. Він триває близько тижня. За кожен день «ломки» людина втрачає кілька кілограмів, вона не може спати і їсти. Чому ж деякі, переживши пекельні муки, знову беруться з старе? Бо на відміну від фізичної психічна залежність переслідує людину довгі роки. Саме вона може змусити її повернутися до згубної пристрасті, тому що виникає на рівні почуттів і підсвідомих стереотипів.

Найпоширеніші наркотики:

1. Галюциногени (марихуана, ЛСД ).
2. Психостимулятори (кокаїн, екстазі ).
3. Знеболювані та депресанти (героїн, морфій, опіум ).

**Ведуча 2.** На перший погляд здається, наркоманія – це проблема лише тих, хто вживає наркотики, але це не так. Вона стосується кожного із нас. Деякі, пов’язані з нею втрати можна перерахувати. Це, наприклад, втрачені доходи через непрацездатність наркоманів, витрати на їхнє лікування, кошти не утримання правоохоронних органів. Але як оцінити збитки від злочинів, скоєних під впливом наркотиків, як порахувати страждання самих наркоманів та їхніх родин…

**Ведуча 2.** Сучасна молодь не може від запропонованих друзями чи знайомими наркотичних речовин. Тому ми запросили психолога, який дасть кілька порад щодо набуття впевненості у ситуаціях, де потрібна відмова.

**Психолог.** Якщо ти опинився у ситуації, де потрібно відмовити, спробуй діяти так:

Усвідом суть проблеми. Подумай, що тобі не подобається в ситуації, яка склалася, і що ти хочеш змінити насправді. З’ясуй, що для тебе є пріоритетом у житті? Що має справжню цінність?

* Поясни своє ставлення до ситуації, повідом, що тебе хвилює (наприклад: «Я не люблю, коли…», «Мені не подобається…» ).
* Сформулюй свою відповідь, чітко сформулюй, якою ти хочеш бачити ситуацію (наприклад: «Я б хотів, щоб ти …» ).
* З’ясуй, як ставиться співрозмовник до твого висловлювання, попроси його розказати про це.
* Уважно вислухай співрозмовника, нехай він висловить свої думки і почуття.
* Подякуй, незважаючи на реакцію співрозмовника, закінчи розмову словами подяки.

**Ведуча 1.** Тема шкідливості вживання наркотичних речовин дуже схвилювала нашого наступного гостя, учня 9-го класу, і надихнула його на написання власного вірша. Надаємо йому слово.

Учень. Ваше здоров’я – у ваших руках.

Наш клас – за здоровий спосіб життя,

Іде в світле, прекрасне, нове майбуття.

Ми хочем жити найкращим життям,

Тому кожен учень у школі затям:

Пияцтво згубне, до добра не веде,

Тягне в болото, підніжку дає.

Розум забирає, на «подвиги» пхає,

А п’яниця після тяжко зітхає.

Куріння – не стиль, не мода, не клас.

Куріння – лише заборона для нас.

І що ж ти такого в палінні знайдеш,

Нічого. Лиш сам себе ти уб’єш.

Як хочеш сховатись, втекти від сім’ї,

Забути всі біди й проблеми свої –

В наркотиках відповідь ти не шукай,

А краще сідай і книги читай.

Спокуса це справді велика для нас,

Але краще думай про нинішній час:

Про школу, сім’ю та про цінність життя.

Не бійся дивитись в своє майбуття!

**Ведуча 2.** Ось і наша радіопередача завершується. Прийшов час підбити підсумки інтерактивного опитування,

За нашими підрахунками, більша частина дала правильну відповідь, стверджуючи, що це було передозування наркотиками.

А тепер прослухайте оголошення. На цьому тижні в школі відбувається акція «Майбутні педагоги за здоровий спосіб життя». У програмі:

* конкурс на найкращий плакат, листівку на тему «Твоє здоров’я в твоїх руках»;
* проведення ігрових програм, настільних ігор з цієї теми;
* учні 11-х класів запрошуються взяти участь у педагогічних марафонах, симпозіумах, ток-шоу;
* у 7-8-х класах провести брейн-ринг;
* у 8–11-х класах відбудеться захист проектів, курсових робіт з теми «Превентивне виховання».

**Ведуча 1.** Зрозуміло, кожен у реальних життєвих ситуаціях знаходить відповіді і приймає рішення самостійно, отже і відповідальність за власні вчинки - перш за все на тобі.

**Ведуча 2**. Дякуємо всім гостям студії. До нових зустрічей!

Ти пам’ятай:

Це новий день,

Це нове життя,

І це те, що вибираю саме я.

Це новий крок,

У здоровий світ –

Це вибір мій.