«ОБЖ небесполезный предмет»

Полтора месяца назад мне было необходимо определиться с темой проекта. Не задумываясь , выбор пал на освещение проблемы ОБЖ. Среди своих одноклассников и учеников других классов я заметила такую тенденцию ,как нежелание посещать урок ОБЖ, для многих это просто время чтобы послушать музыку в наушниках, пообщаться с друзьями ,слушать учителя зачастую никто не хочет. Ребята относятся к этому уроку очень поверхностно, считают бесполезным читать дома учебник, мол «Я и так все знаю…», а так же «Со мной это точно не случится».Но ведь никто из нас не может знать на сто процентов, произойдет ли это с нами или обойдет стороной, в любом случае, нужно быть готовым к разным поворотам судьбы и исходам жизненных ситуаций.

Я решила заинтересовать ребят в таком предмете как ОБЖ, путем проведения урока, в котором расскажу о необходимости изучения данного предмета, что он может быть не только скучным, а интересным и поучительным.

По окончанию проведенного урока я хочу провести небольшой социальный опрос среди слушателей, в котором задам следующие вопросы:

-Понравился ли вам формат проведенного урока?

-Интересно ли вам было меня слушать?

-Что больше всего понравилось ?

-Что не понравилось?

-Что запомнилось?

По результатам которого я выясню, была ли продуктивна моя работа, а так же на сколько она была полезна.

Сценарий

## Проблема №1

Знакомство в Интернете

Подростки сейчас очень любят знакомиться в Интернете, никуда не нужно выходить -тыкнул на экран , настрочил коротенькое сообщение , и вот у тебя уже новый друг. А кто он такой на самом деле ты толком и не знаешь. Ты начинаешь постепенно ему доверять, даже не задумываясь , не общается ли с тобой мошенник или чей-нибудь фэйк. Тебе кажется, что ты знаешь этого человека уже очень хорошо и уже готов пойти на первую встречу, но так ли это, действительно ли ты готов/а? Прежде чем идти на такую встречу попроси «друга»отправить тебе не только голосовые сообщения и какую-нибудь фотографию ,которую попросишь именно ты(например как он/она ест булочку или закрывает дверь),но и попроси выйти с тобой на видеосвязь, убедись, что друг реальный человек .До первой встречи лучше не доверять ему/ей свои секреты, обсуждать вопросы сугубо личного характера. На прогулку лучше взять с собой друга, что бы если что ,он смог тебе помочь. Встреча должна проходить обязательно в людном месте, это может быть как торговый центр, так и какое-нибудь кафе. Если при встрече тебе кажется, что это не твой человек и тебе больше не хочется поддерживать с ним контакт, то тебе стоит сразу же уйти. В случае, если «друг» начинает приставать к тебе (что касается преимущественно девушек и молодых людей», то стоит четко обозначить границы, если вас не поняли, следует встать и уйти, потому что с большей вероятностью это продолжиться. Уходить следует быстро, не давая поводов для возобновления общения. Подростка могут изнасиловать, ограбить, убить. Будьте аккуратны, знакомясь в социальных сетях.

Так же одной из глав учебника 10 класса по ОБЖ является «Вредные привычки и их влияние на здоровье». Хочу осветить два важных аспекта : такие как алкоголь и сигареты, ведь как я заметила, эти два ужасных увлечения процветают среди подростков двадцать первого века.

### Проблема №2

Алкоголь

Почему же подростки начинают пить? Давайте разберемся в этой проблеме. Существует несколько критериев, по которым это можно выяснить:

1.)Ребята пытаются войти таким способом во взрослую жизнь, мол, взрослые пьют, продают с восемнадцати, а если у меня в руках бутылка значит я уже взрослый, ну уж точно взрослее чем вон те ребята из 6 класса.

2.)Второй пункт вытекает из первого- это желание выпендриться перед другими ребятами, показать, что раз я пью, значит, я уже взрослый. Очень часто родители запрещают пробовать детям алкоголь, но запретный плод сладок, раз запретили, значит это что-то интересное, нужно попробовать

3.)Алкоголь расслабляет, как бы зомбирует и раскрепощает, придает уверенности и веселит, то чего не хватает многим подросткам, именно этой активности, которая является, в своем роде, легким опьянением. Становиться сразу весело, и ты уже за любую тусовку (Потанцевать? Давайте! Петь? Пойдем!),это помогает абстрагироваться от проблем ,забыть все свои загоны и «наслаждаться жизнью».

4.)В угоду друзьям, к примеру, дружишь с юношей, который выпивает, он и тебя за собой тянет, а ты и отказаться не можешь, мол, как это так, он же мой друг.

Минусы/вред/последствия алкоголя

1.)Вызывает привыкание, хочется все больше и больше, тех доз уже мало, и утверждения из серии (Я себя контролирую! Я остановлюсь и прекращу ,если нужно! Да я вообще могу и без этого!)могут быть уже лишь оправданием для себя и других. Так можно стать алкоголиком, естественно никто даже об этом не задумывается, мол, я же так, по фану, но это развлечение может очень быстро перерасти в болезнь, от которой людей лечат уже в больницах.

2.)С каждым разом берешь все крепче и крепче, думаешь, что если пиво я уже нормально переношу, значит и от водки проблем особо не будет.

3.)Ужасно влияет на психику еще окончательно не сформировавшегося мозга, и организма в целом. Подросток становиться нервным, агрессивным, это могут заметить не только близкие люди, но и абсолютно посторонние, его перестает что-либо радовать в жизни, он замыкается в себе и начинает искать свои комплексы.

4.)Это дорого! Алкоголь стоит денег, которые вам дают родители явно не на его покупку, да даже если вы уже начали как-то зарабатывать сами, то неужели лучше тратить эти деньги на алкоголь, который приносит вам удовлетворение путем нанесение вам же вреда.

5.)Употребление спиртных напитков в столь юном возрасте, в любых количествах, наносит огромный вред вашему здоровью, это яд, который разрушает человека не только изнутри(органы(особенно страдает печень и сердце(нарушение ритма сердца, гепатит и цирроз печени), системы жизнедеятельности).

Алкоголь уничтожает, мешает нормально развиваться и жить, скорее всего каждый кто хоть раз это пробовал или попробует считает, что мне ничего не грозит, но нужно помнить , что каждый из нас подвержен слабостям и обращаться в такие моменты к алкоголю самое низкое, он вам не поможет, проблемы от этого не уйдут, он только еще больше вас разрушит и угнетет, а что касается употребления его в моменты ожидания веселья и его потребности, то неужели вы не знаете как развлекаться и веселиться по-другому. Не в алкоголе счастье, тем кто не пробовал, не советую, еще успеете(во взрослом возрасте алкоголь в умеренных количествах даже полезен ,к примеру, он разгоняет кровь, но для несформировавшегося организма он опасен),и даже если выпив бутылку какого-нибудь дешевого пива, вы считаете, что на здоровье это не отразилось, поверьте, это уже оставило отпечаток .

### Проблема №3

Сигареты

Почему же сейчас так много людей курят, почему больше половины из них это молодые люди и подростки?

Потому что так же как и с алкоголем, подростки хотят выглядеть старше и независимей. Многие из них видят в этом эстетику и какую-то особую крутость, серьезность.

1.)Никотин вызывает привыкание, с каждой выкуренной сигаретой вероятность того, что он/она выкурит еще одну, растет

2.)Это очень дорого. Кому-то пачки хватает на неделю, кому-то на две, а кому-то уже только на день, и вот так каждый раз тратить по 100- 150 рублей за 20 палочек яда…

3.)Из-за того, что курят многие знакомые, друзья, некоторые родители, подростки считают, что это нормально, что в этом нет ничего такого, и как всегда полагают, что все болезни обойдут именно их стороной ,но увы, курение наносит огромный вред здоровью , и ,несмотря на спокойные утверждения курящих ребят, мол, да я брошу, если надо, да я могу вообще не курить..., от этого не так то и просто избавиться.

4.)В нашем, современном мире курить уже не модно, и то, что это успокаивает, расслабляет, уже никого не волнует, на курящих подростков смотрят как на недалеких, которые мнят себя взрослыми и не понимают истинного вреда сигарет, выглядит смешно, а что на счет девушек, так им вообще курить не идет. Во-первых, так как курение приносит вред здоровью, это неприменно скажется, на будущих детях(из-за подросткового максимализма многие девушки уверены, что не хотят иметь детей в будущем, но обычно мнение меняется с течением времени).У курящих мам дети могут рождаться с отклонениями и дефектами, но ведь каждая мама хочет родить здорового малыша, поэтому ,что бы в будущем не было проблем не стоит портить его себе сейчас, наивно веря в то, что курение пройдет бесследно. Во-вторых, курящая девушка выглядит не очень красиво, и с большей вероятностью молодой человек выберет непьющую и некурящую девушку, для продолжения рода и совместной жизни.

5.) Курение вызывает огромное количество болезней и скорее всего вы не раз об этом слышали, я просто хочу еще раз напомнить.(к сигаретам так же можно отнести вэйпы и кальяны)

-страдает нервная система(ухудшается память и работоспособность, ослабевает внимание, появляется агрессия )

-из-за перепад температур(дым, поступающий в организм, на 40 градусов ниже температуры тела) на зубной эмали, со временем, появляются мелкие трещинки, поэтому зубы у курильщиков разрушаются быстрее, чем у некурящих, меняют цвет

-язва желудка и кишечника из-за поступления в них токсичных слюней

-постоянный кашель, перерастающий в бронхит, который изменяет голос ,делает его более грубым

Самое ужасное это то, что курение можно приравнять к наркомании, ведь люди зачастую курят не потому что хотят, а потому что не могут бросить, именно никотин вызывает такую зависимость. Никотин- чистый яд, как вы все знаете, от одной капли умирает целая лошадь. Прежде чем взять в руки сигарету задумайтесь, стоит ли оно того.

План по проведению урока для подростков на тему «ОБЖ небесполезный предмет».

-Прийти в класс, загрузить презентацию на электронную доску.

-Рассказать ребятам про знакомства в социальных сетях и Интернете, подкрепив это все иллюстрациями на слайдах презентации.

-Перейти к теме «Алкоголь»,осветить ее, рассказать про причины и последствия .Цель: настроить подростков против алкоголя, рассказать о его вреде молодому организму.

-Рассказать про сигареты, чем же они плохо влияют на организм и почему не стоит их употреблять. Цель: доказать ребятам, что курить это не круто .

-Обсудить с ребятами данные проблемы.

-Провести социальный опрос среди учащихся по поводу моего проекта.

Разделы рецензии

## 1.)Актуальность темы проекта

Актуальность данной темы не вызывает сомнения. В наши дни подростки отторгают здоровый образ жизни, употребляя алкоголь и сигареты, и с каждым годом процент таких зависимых ребят только растет. Тема раскрывает аспекты вреда и причины алкоголизма и курения, что должно побудить и заставить задуматься молодых людей о негативном влиянии этих факторов на жизнь. Так же затрагивается не менее важная тема «Знакомство в социальных сетях», которая все чаще беспокоит не только детей, но и родителей, которые переживают о возможности плохих последствий. Три эти темы отражают главные проблемы подростков нашего времени, дабы помочь осознать всю глубину данных проблем и помочь, при их наличии, справиться с ними.

## 2.)Характеристика содержания работы

Глава первая- Знакомство в Интернет

В ней автор рассказывает о мерах предосторожности знакомств в Интернете. Данный отрывок очень информативен для ребят, которые любят знакомиться в Интернете. Показаны меры предосторожности при общении, встрече.

Глава вторая – Алкоголь

В ней автор рассказывает о причинах, по которым подросток начинает пить, а так же о вреде и плохих последствиях, которые из этого исходят. Освещением этой проблемы, автор хочет настроить ребят против употребления алкогольной продукции.

Глава третья - Сигареты

В этой главе автор рассказывает о проблеме курения, почему теперь это популярно среди подростков . Так же освещается проблема плохого влияния никотина, табачного дыма на здоровье человека, что должно побудить курящих подростков –бросить курить, а не курящих –«не брать в руки сигареты».

## 3.)Положительные стороны проекта.

Марией проведена работа по обработке данных и систематизации информации. Она, в краткой и доступной подростку форме, рассказала о трех важных проблемах современных тинейджеров. Мария объяснила причины увлечения сигаретами со стороны подростка.

## 4.)Социальная/Практическая/Теоретическая значимость работы.

В своей работе Мария подробно описывает главные проблемы подростков с которыми они сталкиваются в жизни. Учителя должны обязательно освещать эти темы на своих уроках, потому что подростки – это будущее нашей страны, у их будущих детей должны быть здоровые родители, и наше общество должно состоять из полноценно-сформировавшихся личностей, которые беспокоятся и переживают за свою жизнь.

## 5.)Недостатки и замечания.

Рецензируемый проект представляет собой интересную работу, содержащую ряд выводов, наставлений рассмотрения большого количества различных проблем. Автор доказывает что курение, употребление спиртных напитков и анонимное знакомство в социальных сетях пагубно влияют на жизнь подростка. Несмотря на это, в статьях используется сниженная лексика, что является минусом для данного проекта.

## 6.)Рекомендуемая оценка.

Материал в работе изложен последовательно и четко. Выводы и заключения сделаны правильно. Считаю, что проект Матасовой Марии заслуживает положительной оценки.

Проведение урока

Я провела урок среди своих сверстников и рассказала им о главных проблемах алкоголя, сигарет и Интернет знакомств. Урок прошел активно, ребята внимательно меня слушали. По окончании урока я провела опрос среди слушателей - подростков, по результатам которого выяснила :

-Понравился ли вам формат проведенного урока?

Что формат урока понравился, так как был проведен активно ,с примерами и ярко-эмоциональной окраской

-Интересно ли вам было меня слушать?

Ребятам было интересно меня слушать, так как они узнали некоторые интересные факты, сказали, что лекция более интересная и побуждающая, чем та, которую рассказывают им родители, что они прислушиваются ко мне , и это заставило их задуматься.

-Что больше всего понравилось ?

Эмоциональная окраска рассказа, точность выявленных мной аспектов и проблем, отсутствие большого количества научных терминов.

-Что не понравилось?

Половину из этого ребята уже слышали от родителей и других источников.

-Что запомнилось?

Вред знакомства в социальных сетях, заставила задуматься проблема « употребление алкогольных напитков», вред , наносящийся здоровью, курением сигарет.

Мне понравилось проводить урок у ребят: они слушали меня внимательно, мне было интересно взаимодействовать в таком формате со сверстниками, проблем с рассказом не было.

Слово консультанта

Консультант - Клюжин Антон Юрьевич

Матасова Мария сдала работу вовремя, для нее она подобрала качественный материал, тщательно отбирала статьи для урока, провела социальный опрос. Урок среди ребят - подростков, Мария также провела успешно. Наша работа с Машей была слаженной, по необходимости она обращалась за помощью и советом ко мне.

На мой взгляд, работа проведена успешно, суммарно могу поставить пять баллов.

* ОБЖ небесполезный предмет

**Проект ученицы 10 класса Матасовой Марии**