

Комунальний заклад
«Гімназія «Інтелект» Кропивницької міської ради»

Робота педагогічного колективу з попередження дитячого травматизму

***Тиждень знань безпеки життєдіяльності на
тему: «Вплив засобів масової інформації, соціальної
реклами на прийняття рішення щодо вибору
здорового способу життя»
(як зберегти здоров'я в звичайних умовах та
в період воєнного стану)»
(03 - 07 лютого 2025 року)***



м. Кропивницький

Методична збірка містить матеріали проведення в закладі освіти Тижня знань безпеки життєдіяльності на тему: «Вплив засобів масової інформації, соціальної реклами на прийняття рішення щодо вибору здорового способу життя» (як зберегти здоров'я в звичайних умовах та в період воєнного стану)»: організаційний та підсумковий накази; розробки проведених під час Тижня виховних заходів.

Матеріали рекомендовані для вчителів, керівників методичних об'єднань, студентів педагогічних навчальних закладів.

Укладач: Чернат М.М., заступник директора з НВР

Відповідальна за випуск: – Тиханська Т.І., директор
комунального закладу
«Гімназія «Інтелект»
Кропивницької міської ради»

Технічний редактор: Борота Л.М., інженер з охорони праці

Комунальний заклад
«Гімназія «Інтелект» Кропивницької міської ради»

НАКАЗ

20.01.2025р.

№ 35-о

Про проведення Тижня безпеки життєдіяльності на тему «Вплив засобів масової інформації, соціальної реклами на прийняття рішення щодо вибору здорового способу життя» (як зберегти здоров'я в звичайних умовах та в період воєнного стану)

Відповідно до плану роботи закладу освіти на 2024/2025 навчальний рік, наказу управління освіти Кропивницької міської ради від 20.01.2025 року № 34-о «Про проведення Тижня безпеки життєдіяльності» та з метою проведення цілеспрямованої профілактичної роботи серед учасників освітнього процесу з питань безпеки життєдіяльності, підвищення рівня інформаційно-роз'яснювальної роботи з окресленого напрямку в закладі освіти, виховання поважного ставлення до здорового способу життя та гармонійного розвитку, збереження та поліпшення власного здоров'я, створення і підтримки здорових та безпечних умов життя і діяльності людини як у повсякденному житті так і в умовах надзвичайних ситуацій

НАКАЗУЮ:

1. Провести Тиждень знань безпеки життєдіяльності на тему «Вплив засобів масової інформації, соціальної реклами на прийняття рішення щодо вибору здорового способу життя» (як зберегти здоров'я в звичайних умовах та в період воєнного стану) з 03 по 07 лютого 2025 року.

2. Затвердити План-графік та План-сітку проведення в закладі Тижня безпеки життєдіяльності на тему «Вплив засобів масової інформації, соціальної реклами на прийняття рішення щодо вибору здорового способу життя» (як зберегти здоров'я в звичайних умовах та в період воєнного стану) (додається).

3. Призначити відповідальними за проведення Тижня безпеки життєдіяльності заступника директора з НВР Чернат М.М. та інженера з охорони праці Бороту Л.М.

4. Створити робочу комісію по проведенню Тижня у складі:
Голова комісії: Чернат М.М.- заступник директора з НВР;

члени комісії: Борота Л.М. – інженер з охорони праці; Доленюк Л.В. - завідувач ЦДЮТ «Сузір'я», Комарь С.М. – культорганізатор ЦДЮТ «Сузір'я», Антонова С.В. – вчитель ОЗ, Прокопова Л.Ю. – голова ШМО класних керівників 1-4 класів, Дигас О.С. – голова ШМО класних керівників 5-9 класів, Горковенко О.М. – педагог-організатор.

5. Робочій комісії взяти участь у проведенні Тижня та підвести підсумки щодо рівня проведеної роботи вчителями, класними керівниками, учнями та визначити переможців конкурсів.

6. Класним керівникам 1-9-их класів:

6.1. Підготувати і провести в класних колективах у відповідності з Планом-сіткою проведення Тижня безпеки життєдіяльності на тему: «Вплив засобів масової інформації, соціальної реклами на прийняття рішення щодо вибору здорового способу життя» (як зберегти здоров'я в звичайних умовах та в період воєнного стану) виховні заходи.

6.2. Залучити учнів класу до підготовки відповідно до тематики Тижня малюнків, кросвордів, ребусів. Кращі роботи представити 04.02.25 на загальношкільний конкурс (роботи в форматі А-4).

6.3. Творчі роботи учнів класу виставити на сайт в батьківську групу.

6.4. При проведенні заходів виконувати правила безпеки в умовах військового стану.

6.5. 07.02.25 – здати фотоінформацію та електронний варіант розробки проведених заходів інженеру з охорони праці Бороті Л.М.

7. Завідуючій ЦДЮТ «Сузір'я» Доленюк Л.В., культорганізатору Комарь С.М., педагогу-організатору Горковенко О.М.:

7.1. Спільно з вихователями провести для вихованців ГПД конкурс малюнків з тематики Тижня безпеки життєдіяльності. Кращі роботи виставити на стенд.

7.2. Оформити в фойє I поверху виставку дитячих малюнків на тему «Вплив засобів масової інформації, соціальної реклами на прийняття рішення щодо вибору здорового способу життя» (як зберегти здоров'я в звичайних умовах та в період воєнного стану).

7.3. Впродовж Тижня провести окремо для кожного першого класу пізнавальну програму: «Як зберегти здоров'я в звичайних умовах та в період воєнного стану».

7.4. Впродовж Тижня проводити для учнів, які під час повітряної тривоги знаходяться в укритті, інформаційні хвилинки: «Як зберегти здоров'я в звичайних умовах та в період воєнного стану».

8. Завідуючій бібліотекою закладу Ленів О.В., бібліотекарю Леоновій О.В. до 03 лютого 2025 року оформити в бібліотеці виставку літератури за

тематикою Тижня безпеки життєдіяльності: «Вплив засобів масової інформації, соціальної реклами на прийняття рішення щодо вибору здорового способу життя» (як зберегти здоров'я в звичайних умовах та в період воєнного стану)». Провести презентацію літератури для учнів.

9. Практичному психологу Постикі А.А., педагогу соціальному Коняшиній Ю.О. надати практичну консультацію класним керівникам з питань надання психологічної допомоги школярам, які можуть перебувати в надзвичайних ситуаціях.

10. Інженеру з охорони праці Бороті Л.М.:

10.1. До 10.02.25 за підсумками роботи робочої комісії по проведенню Тижня безпеки на тему: «Вплив засобів масової інформації, соціальної реклами на прийняття рішення щодо вибору здорового способу життя» (як зберегти здоров'я в звичайних умовах та в період воєнного стану) підготувати проєкт наказу та подати директору закладу на затвердження.

10.2. До 12.02.25 підготувати буклет за матеріалами проведення Тижня знань безпеки життєдіяльності на тему: «Вплив засобів масової інформації, соціальної реклами на прийняття рішення щодо вибору здорового способу життя» (як зберегти здоров'я в звичайних умовах та в період воєнного стану).

11. Завідуючій ЦДЮТ «Сузір'я» Доленюк Л.В. висвітлювати хід Тижня та розміщувати відповідні матеріали на сайті закладу освіти.

12. Заступнику директора з НВР Чернат М.М.:

12.1. Залучати працівників Головного управління ДСНС України в Кіровоградській області для надання консультативної допомоги педагогічним працівникам під час підготовки та проведення заходів, до проведення роз'яснювальної роботи серед здобувачів освіти.

12.2. Надіслати інформацію про проведення Тижня управлінню освіти до 11.02.2025 року.

13. Контроль за виконанням даного наказу залишаю за собою.

Директор закладу

Т.І.Тиханська

Додаток 1
до наказу № 35-о від 20.01.2025року

План-графік

проведення в закладі Тижня безпеки життєдіяльності на тему:
«Вплив засобів масової інформації, соціальної реклами на прийняття рішення щодо вибору здорового способу життя» (як зберегти здоров'я в звичайних умовах та в період воєнного стану)

Дата	Захід	Відповідальний
	Бесіда: «Засоби масової інформації та здоров'я людей» - 2б	Прокопова Л.Ю.(2б)

Понеділок 03 лютого 2025р.	Бесіда: «Засоби масової інформації, реклама та здоров'я дітей» -5а Виховний захід: «Як зберегти здоров'я під час війни» - 5б Виховний захід: «Як зберегти здоров'я в зви-чайних умовах та в період воєнного стану» - 6а Виховний захід: «Вплив засобів масової інформації на здоров'я і поведінку людей» – 7а Інформаційна хвилинка: «Як зберегти здоров'я в звичайних умовах та в період воєнного стану» (проводиться під час Тижня для дітей, які під час повітряної тривоги знаходяться в укритті)	Буторіна О.В. (5а) Вільшанкова ВЮ(5б) Калюжний С.І. (6а) Третякова Н.М. (7а) Доленюк Л.В. Комарь С.М. Горковенко О.М.
Вівторок 04 лютого 2025р.	Квест-гра: «Ми дбаємо про здоров'я» - 1а Круглий стіл: «Як зберегти здоров'я під час війни» - 3а Виховний захід: «Модель адекватного реагування в сумнівних ситуаціях. Джерела отримання допомоги» - 3в Бесіда: «Вплив засобів масової інформації, соціальної реклами на прийняття рішень щодо вибору здорового способу життя» - 6в Бесіда: «Бережемо фізичне та психологічне здоров'я під час військового стану» - 7в Виховна година: «Здоровий спосіб життя - це модно!» – 8а Виховний захід: «Як вберегти фізичне і психічне здоров'я в період воєнного стану» - 9а Година спілкування: «Роль і значення засобів масової інформації у суспільстві в цілому, у житті дітей і молоді зокрема. Функції ЗМІ» - 9в Інформаційна хвилинка: «Як зберегти здоров'я в звичайних умовах та в період воєнного стану» (проводиться під час Тижня для дітей, які під час повітряної тривоги знаходяться в укритті)	Башкірова Ю.О. (1а) Табальчук Л.М. (3а) Ткачук О.А. (3в) Швидка Н.М. (6в) Антонова Н.О. (7в) Мамренко Ю.С. (8а) Оджубейська ОВ(9а) Андреєва А.В. (9в) Доленюк Л.В. Комарь С.М. Горковенко О.М.
	Година спілкування: «Як зберегти здоров'я в період воєнного часу» - 2в Виховна година: «Вплив реклами на здорове харчування» - 2г Виховна година: «Здоров'я в світі головне» - 3г Виховна година: «Будьмо здорові» - 4а	Шевченко Л.В. (2в) Долока С.М. (2г) Полякова О.О.(3г) Отліванова ОМ (4а)

Середа 05 лютого 2025р.	Виховний захід: «Вплив засобів масової інформації на здоров'я і поведінку дітей» - 6б Виховний захід: «Стоп! Тут мій кордон або правила безпечної поведінки» - 6г Бесіда: «Як зберегти здоров'я під час війни» - 8б Виховний захід: «Вплив засобів масової інформації на здоров'я і поведінку людей» - 8в Виховний захід: «Бережи здоров'я змолоду» – 8г Виховна година: «Вплив ЗМІ на здоров'я підлітків» - 9г Презентація для учнів літератури в шкільній бібліотеці за тематикою Тижня безпеки життєдіяльності: «Вплив засобів масової інформації, соціальної реклами на прийняття рішення щодо вибору здорового способу життя» (як зберегти здоров'я в звичайних умовах та в період воєнного стану)» Інформаційна хвилинка: «Як зберегти здоров'я в звичайних умовах та в період воєнного стану» (проводиться під час Тижня для дітей, які під час повітряної тривоги знаходяться в укритті)	Дигас О.С.(6б) Бірзул Д.О. (6г) Богомолова Н.Б.(8б) Губік М.Л. (8в) Гордус Т.В. (8г) Соф'янчук В.О. (9г) Ленів О.В. Леонова О.В. Доленюк Л.В. Комарь С.М. Горковенко О.М.
Четвер 06 лютого 2025р.	Виховна година: «Вплив реклами на рішення людини. Види реклами» - 1б Інтерактивне заняття з елементами гри: «Реклама – це добре чи погано? Вплив засобів масової інформації та соціальної реклами на вибір здорового способу життя» - 3б Виховна година: «Будьмо здорові» - 4б Виховний захід: «Інтернет: безпека та небезпека» – 4г Виховна година: «Як зберегти здоров'я під час військового стану!» - 5в Виховна бесіда з елементами гри: «Бути здоровим – модно» - 5г Година спілкування: «Світ медіа – світ інформації» - 6д Виховна година: «Інформаційна безпека. Вплив засобів масової інформації на здоров'я і поведінку людей» - 7г Виховна година: «Засоби масової інформації і здоров'я підлітків» - 9б	Сластьонова В.(1б) Купріянова В.В.(3б) Зосім В.М. (4б) Кучмистенко Т. (4г) Долока Д.Ю. (5в) Журавльова С.В (5г) Ковпак Т.В. (6д) Соф'янчук М.О. (7г) Ларіонова Т.І. (9б) Доленюк Л.В.

	Інформаційна хвилинка: «Як зберегти здоров'я в звичайних умовах та в період воєнного стану» (проводиться під час Тижня для дітей, які під час повітряної тривоги знаходяться в укритті)	Комарь С.М. Горковенко О.М.
П'ятниця 07 лютого 2025р.	Година спілкування: «Ментальне здоров'я: як його зберегти?» - 2а Бесіда: «Як зберегти життя і здоров'я під час війни» - 4в Виховна година: «Як зберегти ментальне здоров'я під час воєнних дій» - 7б Інформаційна хвилинка з ПДР «Їдь та ходи тихо - оминеш дорожнє лихо» (проводиться під час Тижня для дітей, які під час повітряної тривоги знаходяться в укритті)	Вишневська І.В. (2а) Філіпінко Л.В.(4в) Антонова С.В. (7б) Доленюк Л.В. Комарь С.М. Горковенко О.М.

Додаток 2
до наказу № 35-о від 20.01.2025року

План-сітка

проведення в закладі Тижня безпеки життєдіяльності на тему:
«Вплив засобів масової інформації, соціальної реклами на прийняття рішення щодо вибору здорового способу життя» (як зберегти здоров'я в звичайних умовах та в період воєнного стану)

Дата	Класи			
	1	2	3	4
Понеділо к 03 лютого 2025р.		Бесіда: «Засоби масової інформації та здоров'я людей» - 2б		
Вівторок 04 лютого 2025р.	Квест-гра: «Ми дбаємо про здоров'я» - 1а		Виховний захід: «Модель адекватного реагування в сумнівних ситуаціях. Джерела	

			отримання допомоги» - 3а Круглий стіл: «Як зберегти здоров'я під час війни» -3в	
Середа 05 лютого 2025р.		Година спілкування: «Як зберегти здоров'я в період воєнного часу» - 2в Виховна година: «Вплив реклами на здорове харчування» - 2г	Виховна година: «Здоров'я в світі головне» - 3г	Виховна година: «Будьмо здорові» - 4а
	Презентація для учнів початкових класів літератури в шкільній бібліотеці за тематикою Тижня			
Четвер 06 лютого 2025р.	Виховна година: «Вплив реклами на рішення людини. Види реклами» - 1б		Інтерактивне заняття з елементами гри: «Реклама – це добре чи погано? Вплив засобів масової інформації та соціальної реклами на вибір здорового способу життя» - 3б	Виховна година: «Будьмо здорові» - 4б Виховний захід: «Інтернет: безпека та небезпека» – 4г

П'ятниця 07 лютого 2025р.		Година спілкування: «Ментальне здоров'я: як його зберегти?» - 2а		Бесіда: «Як зберегти життя і здоров'я під час війни» - 4в
---------------------------------	--	--	--	---

План-сітка

проведення в закладі Тижня безпеки життєдіяльності на тему:
«Вплив засобів масової інформації, соціальної реклами на прийняття
рішення щодо вибору здорового способу життя» (як зберегти здоров'я в
звичайних умовах та в період воєнного стану)

Дата	Класи				
	5	6	7	8	9
Понеділок 03 лютого 2025р.	Бесіда: «Засоби масової інформації, реклама та здоров'я дітей» -5а Виховний захід: «Як зберегти здоров'я під час війни» - 5б	Виховний захід: «Як зберегти здоров'я в звичайних умовах та в період воєнного стану» - 6а Виховний захід: «Дорожній рух та безпека. Ми - пішоходи» - 6г	Виховний захід: «Вплив засобів масової інформації на здоров'я і поведінку людей» – 7а		
Вівторок 04 лютого 2025р.		Бесіда: «Вплив засобів масової інформації, соціальної	Бесіда: «Бережемо фізичне та психологічн е здоров'я під час	Виховна година: «Здоровий спосіб життя - це модно!»	Виховний захід: «Як вберегти фізичне і психічне

		реклами на прийняття рішень щодо вибору здорового способу життя» - 6в	військового стану» - 7в	– 8а	здоров'я в період воєнного стану» - 9а Година спілкування : «Роль і значення засобів масової інформації у суспільстві в цілому, у житті дітей і молоді зокрема. Функції ЗМІ» - 9в
Середа 05 лютого 2025р.		Виховний захід: «Вплив засобів масової інформації на здоров'я і поведінку дітей» - 6б		Бесіда: «Як зберегти здоров'я під час війни» - 8б Виховний захід: «Вплив засобів масової інформації на здоров'я і поведінку людей» - 8в Виховний захід: «Бережи	Виховна година: «Вплив ЗМІ на здоров'я підлітків» - 9г

				здоров'я змолodu» – 8г	
Четвер 06 лютого 2025р.	Виховна година: «Як зберегти здоров'я під час військового стану!» - 5в Виховна бесіда з елементами гри: «Бути здоровим – модно» - 5г	Година спілкування: «Світ медіа – світ інформації» - 6д	Виховна година: «Інформа-ці йна безпека. Вплив засобів масової інформації на здоров'я і поведінку людей» - 7г		Виховна година: «Засоби масової інформації і здоров'я підлітків» - 9б
П'ятниця 07 лютого 2025р.			Виховна година: «Як зберегти ментальне здоров'я під час воєнних дій» - 7б		

Комунальний заклад
«Гімназія «Інтелект» Кропивницької міської ради»

НАКАЗ

07.02.2025р.

№ 41-о

Про підсумки проведення Тижня безпеки
життєдіяльності на тему «Вплив засобів
масової інформації, соціальної реклами на
прийняття рішення щодо вибору здорового
способу життя» (як зберегти здоров'я в
звичайних умовах та в період воєнного стану)

Відповідно до наказу по закладу освіти від 20.01.2025 року № 35-о «Про проведення Тижня безпеки життєдіяльності на тему «Вплив засобів масової інформації, соціальної реклами на прийняття рішення щодо вибору здорового способу життя» (як зберегти здоров'я в звичайних умовах та в період воєнного стану)» з 03 по 07 лютого 2025 року проведено тематичний Тиждень. Під час проведення виховних заходів класними керівниками 1-9 класів були використані різноманітні форми роботи, а саме: рольові і сюжетні ігри, уявні мандрівки, інсценізації; вдало використали тематичні короткометражні відео-фільми, відео-презентації та наочність. Були проведені індивідуальні та групові профілактичні бесіди з здобувачами освіти про те як зберегти здоров'я в звичайних умовах та в період воєнного стану. Вся робота протягом Тижня була спрямована на підвищення поінформованості учасників освітнього процесу про наслідки впливу засобів масової інформації, соціальної реклами на прийняття рішення щодо вибору здорового способу життя. Заходи Тижня враховували вікові особливості школярів.

Класні керівники 1-их класів Башкірова Ю.О. (1а), Сластьонова В.М. (1б) провели квест-гру «Ми дбаємо про здоров'я» - 1а, виховну годину «Вплив реклами на рішення людини. Види реклами» - 1б. В 2-их класах проведено години спілкування: «Ментальне здоров'я: як його зберегти?» - 2а, «Як зберегти здоров'я в період воєнного часу» - 2в (класні керівники Вишневська І.В., Шевченко Л.В.); бесіда «Засоби масової інформації та здоров'я людей» - 2б (класний керівник Прокопова Л.Ю.); виховна година «Вплив реклами на здорове харчування» - 2г (класний керівник Долока С.М.). В 3-іх класах проведені виховні заходи: «Модель адекватного реагування в сумнівних ситуаціях. Джерела отримання допомоги» - 3а (класний керівник Табальчук Л.М.), інтерактивне заняття з елементами гри «Реклама – це добре чи погано? Вплив засобів масової інформації та соціальної реклами на вибір здорового способу життя» - 3б (класний керівник Купріянова В.В.), круглий стіл «Як зберегти здоров'я під час війни» - 3в (класний керівник Ткачук О.А.), виховна година «Здоров'я в світі головне» - 3г (класний керівник Полякова О.О.). В рамках Тижня для учнів 4-их класів класні керівники підготували і провели: виховну годину «Будьмо здорові» - 4а, 4б (класні керівники Отліванова О.М., Зосім В.М.), виховний захід «Інтернет: безпека та небезпека» - 4г (класний керівник Кучмистенко Т.М.), бесіду «Як зберегти життя і здоров'я під час війни» - 4в (класний керівник Філіпінко Л.В.).

Різноманітні виховні заходи, які проведені в 5-9-их класах, розкривали вплив засобів масової інформації, соціальної реклами на прийняття рішення щодо вибору здорового способу життя та способів як зберегти здоров'я в звичайних умовах та в період воєнного стану. З учнями 5-их класів проведено: бесіду «Засоби масової інформації, реклама та здоров'я дітей» - 5а (класний керівник Буторіна О.В.), виховний захід «Як зберегти здоров'я під час війни» - 5б (класний керівник Вільшанкова В.Ю.), виховну годину «Як зберегти здоров'я під час військового стану!» - 5в (класний керівник Долока Д.О.), виховну бесіду з елементами гри «Бути здоровим – модно» - 5г (класний керівник Журавльова С.В.). В 6-их класах проведено виховні заходи: «Як зберегти здоров'я в звичайних умовах та в період воєнного стану» - 6а (класний керівник Калюжний С.І.), «Вплив засобів масової інформації на здоров'я і поведінку дітей» - 6б (класний керівник Дигас О.С.), «Стоп! Тут мій кордон або правила безпечної поведінки» - 6г (класний керівник Бірзул Д.О.), бесіда «Вплив засобів масової інформації, соціальної реклами на прийняття рішень щодо вибору здорового способу життя» - 6в (класний керівник Швидка Н.В), година спілкування «Світ медіа – світ інформації» - 6г (класний керівник Ковпак Т.В.). Для учнів 7-их класів проведено: виховний захід «Вплив засобів масової інформації на здоров'я і поведінку людей» - 7а (класний керівник Третьякова Н.М.); виховні години: «Інформаційна безпека. Вплив засобів масової інформації на здоров'я і поведінку людей» - 7г (класний керівник Соф'янчук М.О.), «Як зберегти ментальне здоров'я під час воєнних дій» - 7б (класний керівник Антонова С.В.); бесіда «Бережемо фізичне та психологічне здоров'я під час військового стану» - 7в (класний керівник Антонова Н.О.). Під час Тижня у 8-их класах проведено виховну годину «Здоровий спосіб життя - це модно!» - 8а (класний керівник Мамренко Ю.С.); бесіду «Як зберегти здоров'я під час війни» - 8б (класний керівник Богомолова Н.Б.), виховні заходи: «Вплив засобів масової інформації на здоров'я і поведінку людей» - 8в (класний керівник Губік М.Л.), «Бережи здоров'я змолodu» - 8г (класний керівник Гордус Т.В.). Класні керівники 9-их класів для своїх вихованців провели: виховний захід «Як вберегти фізичне і психічне здоров'я в період воєнного стану» - 9а (класний керівник Оджубейська О.В.), годину спілкування «Роль і значення засобів масової інформації у суспільстві в цілому, у житті дітей і молоді зокрема. Функції ЗМІ» - 9в (класний керівник Андрєєва А.В.), виховну годину «Вплив ЗМІ на здоров'я підлітків» - 9б, 9г (класні керівники Ларіонова Т.І., Соф'янчук В.О.).

Класні керівники залучили учнів класу до підготовки, відповідно до тематики Тижня, малюнків. Роботи учнів були представлені на тематичному стенді II поверху та виставлені на сайт в батьківські групи.

Керівники гуртків ЦДЮТ «Сузір'я» «Паперопластика» (Доленюк Л.В.) та «Театральний» (Горковенко О.М.) провели захід для вихованців гуртків (2 рік навчання) «Ми відповідальні за своє здоров'я». Під час заходу діти подивилися мотивуючу соціальну рекламу, обговорили її; пограли у гру «Крокодил» - відгадай спорт»; поговорили як війна впливає на стан здоров'я і як його зберегти; намалювали «Квітку здорового способу життя»; закінчили захід руханкою.

Педагог - організатор Горковенко О.М., залучившись підтримкою вихованців молодшої групи театрального гуртка «Посмішка» та членів УРС Білостоцької Поліни (6д клас) та Пронічева В'ячеслава (6в клас), провела виховний захід «Здорова Молодь - здорова нація» для учнів 1-их та 3-іх класів. Під час заходу поговорили про вплив соціальної реклами: корисна і не корисна реклама; подолання стресу; вплив соціальних мереж на фізичне і психологічне здоров'я.

При проведенні виховних заходів всі учасники освітнього процесу виконували правила безпеки в умовах військового стану. Під час повітряної тривоги учні разом з вчителями, керівниками гуртків перебували в СПП (найпростішому укритті). Завідуюча ЦДЮТ «Сузір'я» Доленюк Л.В., культ-організатор Комарь С.М., педагог-організатор Горковенко О.М. впродовж Тижня проводили для учнів, які під час повітряної тривоги знаходилися в укритті, інформаційні хвилинки «Як зберегти здоров'я в звичайних умовах та в період воєнного стану».

Завідуюча бібліотекою закладу Ленів О.В., бібліотекарь Леонова О.В. оформили в бібліотеці виставку літератури за тематикою Тижня безпеки життєдіяльності. Провели презентацію літератури для учнів. Для учнів ГПД 2-3 класів провели виховний захід «Обирай здоров'я!». Діти дізналися про позитивний та негативний вплив засобів масової інформації, вплив реклами на людину, читали книжки, відгадували загадки, складали прислів'я, разом створили рекламний плакат «Я обираю здоров'я!».

Практичний психолог Постика А.А., педагог соціальний Коняшина Ю.О. надавали практичну консультацію класним керівникам з питань психологічної допомоги школярам, які можуть перебувати в надзвичайних ситуаціях, в тому числі під час військового стану.

Виходячи з вищезазначеного,
НАКАЗУЮ:

1. За активну участь в підготовці і проведенні для молодших школярів виховних заходів про вплив соціальної реклами на життя людини оголосити подяку членам УРС Білостоцькій Поліні (6д клас) та Пронічеву В'ячеславу (6в клас).

2. Класним керівникам 1-9-их класів:

2.1. Продовжити виховну роботу в учнівських колективах спрямовану на підвищення поінформованості учасників освітнього процесу про наслідки впливу засобів масової інформації, соціальної реклами на прийняття рішення щодо вибору здорового способу життя. та гармонійного розвитку.

2.2. Знайомити учнів з методами створення і підтримки здорових та безпечних умов життя і діяльності людини як у повсякденному житті так і в умовах надзвичайних ситуацій, під час військового стану.

2.3. Систематично проводити роз'яснювальну роботу з учнями та батьками з питань формування навичок здорового харчування, регулярних занять спортом, особистої безпеки, правил поведінки під час військового стану.

3. Вчителям-предметникам постійно використовувати виховні можливості навчальних предметів для формування у школярів навичок безпечної поведінки в соціальному середовищі, довкіллі, здорового способу життя.

4. Заступнику директора з НВР Чернат М.М. розмістити матеріали про проведення Тижня знань безпеки життєдіяльності на тему «Вплив засобів масової інформації, соціальної реклами на прийняття рішення щодо вибору здорового способу життя» (як зберегти здоров'я в звичайних умовах та в період воєнного стану)» на сайті закладу освіти та надіслати інформацію про проведення Тижня управлінню освіти Кропивницької міської ради до 10 лютого 2025 року.

5. Контроль за виконанням даного наказу покласти на заступника директора з НВР Чернат М.М.

Директор закладу

Т.І. Тиханська

Квест-гра: «Як ми dbаємо про здоров'я»
(1а клас, класний керівник Башикірова Ю.О.)

Мета: формувати у дітей поняття про життя як найбільшої цінності, про здоров'я – як найважливішу умову щасливого життя; розвивати почуття особистої гідності; вчити поважати інших людей; створити на тренінгу дружню атмосферу; розвивати навички комунікації і групової роботи; виховувати в учнів толерантне ставлення до інших

людей, готовність їм допомагати; розвивати товариські здібності, вдосконалювати навички роботи в групах.

Хід гри

Учитель:

Сьогодні ми з вами проведемо гру-квест, присвячену здоровому способу життя.

А що ви знаєте про ці звички і як дбаєте про власне здоров'я, ви покажете свої знання і вміння у ході гри.

Ви готові?

Станція «Здоров'ятко»

Завдання: Назвати 4 види активного і 4 види пасивного відпочинку (за кожен правильно названий вид 1 бал)

Станція «Впізнай нас»

Учитель:

Ми – маленькі вітаміни,
Дуже корисні для людини.
Ми з мікробами воюєм,
Ми за вірусом полюєм.
Щоб не хворіли грипом та ангіною,
Вживайте, діти вітаміни!
Дуже корисні для людини.

Завдання: Вгадати про який вітамін записано.

Вітамін А:

Якщо ви хочете мати гарну шкіру, рум'яні щічки та добрий зір, звертайтеся до мене. Я товаришую із морквою, помідором, абрикосом, петрушкою, зеленою цибулею та кропом.

Вітамін В:

Якщо ви хочете зростати сильними, веселими і мати добрий апетит, я вам допоможу. А товариші мої - це картопля, горошок, буряк, редис, квасоля та зелений салат.

Вітамін С:

Якщо ви хочете мати міцне здоров'я, бути завжди бадьорими, я стану вам у пригоді. Мої друзі - лимон, апельсин, порічка та чорна смородина, капуста, зелена цибуля та хрін.

Вітамін Д:

Я дуже потрібний тим, хто хоче швидко і добре рости, мати гарну статуру та міцні зуби. Хоча мої друзі не ростуть ані в садку, ані на городі, я також маю для вас корисні подарунки - це молоко, яйця, сир, вершкове масло. До того ж я товаришую із самим сонечком: влітку його промінці разом із засмагою передають вам і вітамін Д, тобто мене.

Учитель:

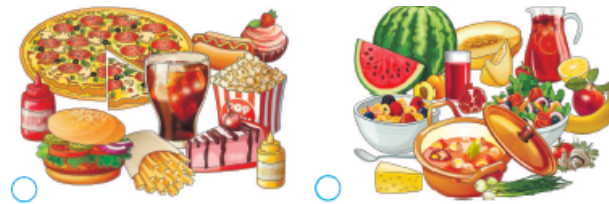
Сьогодні вранці листоноша приніс мені листа. Давайте разом його прочитаємо.

Лист від Пані Вітамінки

Друзі, хочу розповісти цікаві факти про овочі. Одна морквина на день захистить очі від шкідливого впливу телеекрана, комп'ютерного монітора чи втомі після перегляду фільму в 3D-якості. Дві чайні ложки гарбузового насіння на день оздоровлять шкіру й волосся та збережуть від гельмінтів. Усього сто п'ятдесят грамів вівсянки на сніданок допоможуть упоратися зі стресом і змінами настрою. П'ятдесят п'ять грамів йогурту на день захистять не тільки кишечник, а й зуби.

Станція «Фантастична»

1. Розглянь малюнки. Визнач стіл, за який ти б сів / сіла із задоволенням.



2. Обери меню корисного обіду.

Меню 1 Піца Шоколад Вода з крана	Меню 2 Сосиски Макарони Солодкий газований напій
Меню 3 Борщ Гречана каша Курячі котлети Овочевий салат Узвар	Меню 4 Овочевий суп Вареники із сиром Овочевий салат Печене яблуко Ягідний компот

- Накрий стіл до обіду згідно з обраним меню (практична аплікація)
- Дай відповіді на запитання: Яка їжа захистить очі від шкідливого впливу комп'ютерного монітора?

А цукерки; Б морква; В картопля.

2. Яка їжа допоможе впоратися зі змінами настрою?

А сосиски; Б чіпси; В вівсянка.

Станція «Спортивна»

Завдання:

Назвати і показати всією командою 5 вправ ранкової гімнастики.
(за кожен правильно названу і показану вправу 1 бал).

Станція «Загадкова»

Щоб здоров'я добре мати

Слід про нього змалку... (дбати)

Кожний ранок обливатись

І зарядкою... (займатись)

У дворі щодня... (гуляти).

Повноцінно їсти й... (спати)

Добре мити всі продукти,
Досхочу вживати... (фрукти)
Будете це все робити –
Перестанете... (хворіти)

Запитав орел в шуліки:
– Де дістати можна ліки?
Цей будинок недалеко,
Називається ... (аптека)

Хто людей з біди рятує
І хвороби всі лікує –
Призначає процедури
І таблетки і мікстури? (Лікар)
Він для кожної людини,
Ліки має й вітаміни,
Прочита рецепт уважно,
Що і як робить підкаже. (Аптекарь)

Станція «Шкідлива та корисна їжа»

Розділити продукти харчування на корисні та шкідливі.



Станція «Режим дня»

Учитель: Діти, для того, щоб людина була завжди охайною, все встигала зробити, не спізнювалася на заняття, на роботу, вона повинна дотримуватися режиму дня.

Гра «Як ми дбаємо про здоров'я»

Учні повинні розмістити сюжетні малюнки, що відображають основні моменти режиму дня, в певній послідовності.



Учитель:

Поради від Пані Вітамінки

1. Їсти слід спокійно, безшумно, не поспішаючи.
2. Під час уживання їжі не розмовляють.
3. Якщо ж украй необхідно запитати чи відповісти,
4. Спочатку проковтнути їжу, а потім коротко скажи.



Виховна година: «Вплив реклами на рішення людини. Види реклами»

**Виховна година: «Вплив
реклами на рішення
людини. Види реклами»
(1б клас, класний керівник
Сластьонова В.М.)**

Мета: дати уявлення про рекламу як один із чинників впливу на формування рішень; ознайомити з видами реклами; розвивати критичне мислення, уміння аналізувати інформаційний потік і робити висновки; виховувати в учнів мотивацію дбайливого ставлення до життя і здоров'я.



Мета: дати уявлення про рекламу як один із чинників впливу на формування рішень; ознайомити з видами реклами; розвивати критичне мислення, уміння аналізувати інформаційний потік і робити висновки; виховувати в учнів мотивацію дбайливого ставлення до життя і здоров'я.

Обладнання: листки А4, ручки, смайлики, клеючі листівки.

Організаційний момент

Привітання. Кожен має назвати своє ім'я і при цьому зробити певний жест.

Повідомлення теми і мети заходу. Метод «Групування»

Кожен учень називає позитивні і негативні сторони реклами.

Учитель:

Ви вже здогадалися, яка в нас сьогодні тема? Так, це реклама і її вплив на учнів. **Реклама** – це інформація про товари, послуги, організації, ідеї, явища життя, яка поширюється будь-якими засобами і в будь-якій формі, спрямована на те, щоб зацікавити в рекламованому об'єкті чи послугі.

Розповідь вчителя на основі наступної презентації:

Хвилинка історії.

Термін "реклама" з латинського означає "викрикувати".

У Давній Греції та Римі оголошення голосно викрикували на площі та інших людних місцях.



реклама

Реклама - це засіб змусити людей мати потребу в тому, про що вони раніше не чули

М. Ларні



Реклама – своєрідне явище сучасного життя, мікроклітина економіки. Вона акумулює почуття і досвід суспільства. В економічно розвинутих країнах четвертою владою називають пресу, а п'ятою – рекламу. Вона формує світосприйняття і впливає на психіку.

Реклама стала частиною громадської думки, визначає свідомість людини так само, як визначає її батьківський дім, школа тощо.

Це – магія перетворення акту споживання в акт культури.



Види реклами

Комерційна

Соціальна



Комерційна реклама.

Інформує про товари або види послуг.
Спонукає придбати рекламовані товари,
користуватися рекламованими видами послуг.
Виробник - рекламодавець прагне продати більше
товарів, щоб збільшити прибуток, розширити
ринок збуту, забезпечити попит.



Соціальна реклама.

Привертає увагу до проблем суспільства.
Один із засобів переконати в чомусь
людей або змінити їхнє ставлення до
певної проблеми. В такій рекламі не
повинні згадуватися конкретна
продукція та її виробники.



Технологія «Акваріум»

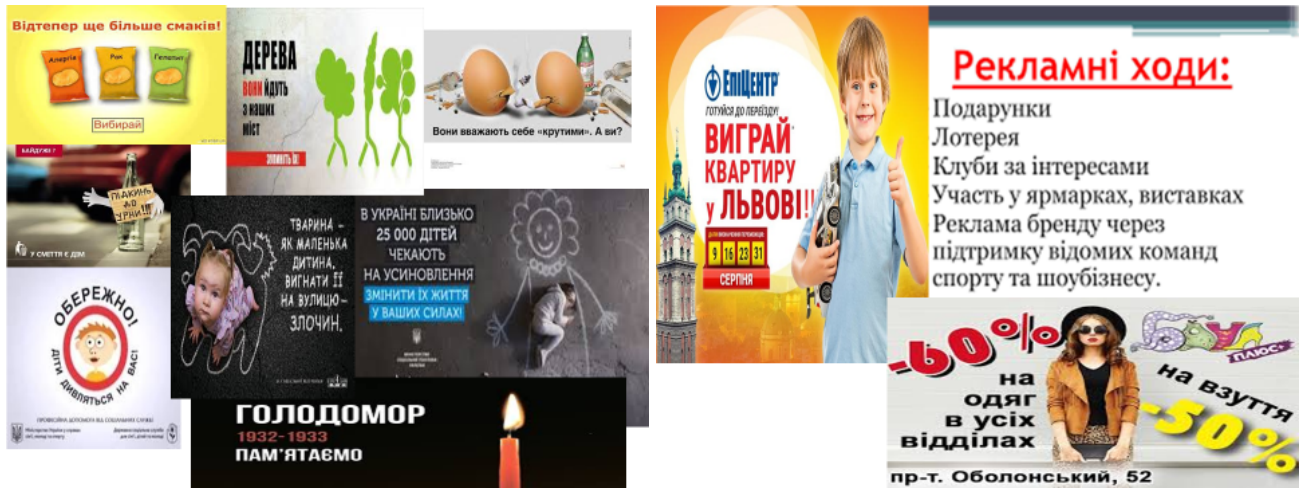
Учні обговорюють запитання: на яку аудиторію
розрахована соціальна і комерційна реклама?
Роблять висновки.



РЕКЛАМА -

- **З ОДНОГО БОКУ** надає можливість познайомитися з новими продуктами виробництва;
- **З ІНШОГО** - є потужним засобом впливу на масову свідомість.
- **Через рекламу телебачення** стимулює споживання різноманітних благ, нав'язуює певні стереотипи та цінності, зображує стиль життя середнього та вищого класів як життєвої норми.

MyShared



Руханка «Австралійський дощ»

Метод «Займи позицію»

Учні діляться на тих хто за велику кількість реклами на ЗМІ і проти.



Учитель:

Зараз я вам роздам листочки і спробуйте самостійно створити рекламу певного продукту:

- Малину;
- Молоко;
- Своє село для іноземців;
- Здоровий спосіб життя;
- Своє хобі.

Вправа на зняття емоційної напруги

Підсумок. Рефлексія «Ланцюжок побажань»

Учні дають відповіді на запитання:

- Що я нового дізнався?
- Що найбільше сподобалося?
- Мене зацікавило...
- Кожен з вас має кружечки на яких малює смайлик з тими емоціями, які він отримав на нашому заході.

Година спілкування: «Як зберігати здоров'я в період воєнного часу»

(2в клас, класний керівник Шевченко Л.В.)

Мета: Ознайомити учнів з методиками заспокоєння у екстремальних ситуаціях. Навчити бути ефективними та успішними у навчанні через зниження рівня стресу, надавати собі першу психологічну допомогу. Розвивати в учнів вміння спокійно діяти у екстремальних ситуаціях.

Завдання заходу: формування ціннісного ставлення до власного здоров'я, навичок боротьби із тривожністю та стресом.

Форма проведення: година спілкування

Обладнання та наочність: комп'ютер; класна дошка; підготовлені картки із тестом; інтерактивна дошка.

Учитель:

Герой сьогоднішньої нашої розмови Той, хто супроводжує людство всю історію. Той, хто споконвіку давав сили людині бігти або захищатися, допомагав зберегти життя... Той, хто задуманий природою як захисник, але з розвитком людського суспільства все частіше становиться «тихим вбивцею».

Так, мова про стрес.

- Давайте згадаємо, що ви вже знаєте про стрес?
- Які фактори можуть викликати стрес?
- Чому кажуть, що стрес - це удар по голові, нанесений зсередини?

Відповіді та припущення учнів.

Учитель:

Отже, **стрес** - це реакція організму на термінову вимогу пристосуватися.

Але є різниця у відповіді на стрес окремої людини? Чи однаково люди реагують на стресовий чинник? *(Використання прикладів з власного досвіду, опитування учнів щодо думки учнів)*

У реакції на стресорні впливи залежить від індивідуального сприйняття, від уміння спокійно і правильно реагувати на подію або ж, навпаки, від звички вбачати трагедію навіть у дріб'язковій неприємності. Отже, сьогодні ми спробуємо відповісти на запитання, як зберігати спокій у наш не простий час та спробуємо дізнатися про себе трохи більше.

На стійкість до стресорних впливів впливає темперамент людини.

А тепер давайте переглянемо короткий відеоролик на тему стресу, які реакції бувають у людини.

Перегляд відео на тему «Реакції на стресові чинники»

https://www.youtube.com/watch?v=a6fcQCt0ZQ8&list=PLwL4PWi8_YrFLVSK3sTBECiLVqXR70nLr&index=2

Учитель:

До речі, яким чином ви зазвичай реагуєте на стресові чинники або під час стресової ситуації?

Наприклад залишилося небагато часу, а вам потрібно зробити домашнє завдання з математики, української мови, літератури та ще й англійської? *(опитування учнів)*

Вчені умовно розділили людей за характером ставлення до стресорних впливів на дві групи «А» і «В». Класичний представник першої групи завжди метушливий, нестриманий, нетерплячий. Він вічно кудись поспішає, відчуваючи хронічну нестачу часу, він завжди в напрузі.

Представники другої групи статичні, розважливі, не схильні до необачних вчинків.

Звичайно, подібний поділ досить умовний.

Тож спершу давайте перевіримо вашу стресостійкість:

Тест «Визначення ступеня схильності до стресу»

Перед Вами 18 тверджень. Ви повинні визначити, якою мірою кожне твердження стосується вас. У відповідях використайте шкалу:

1 — завжди; 2 — майже завжди; 3 — рідко;
4 — дуже рідко; 5 — ніколи.

1. Не менше одного разу в день я їм гарячу їжу.
2. Не менше чотирьох ночей на тиждень я сплю по 7-8 год.
3. Я отримую від людей позитивний емоційний заряд, сам плачу людям тим самим.
4. У мене є родичі, на яких я можу покластися.
5. Я займаюся фізичною зарядкою не менш двох разів на тиждень.
6. Моя вага відповідає моєму зростові.
7. У мене багато друзів і знайомих.
8. У мене є товариш, якому я можу довірити свої найпотаємніші думки.
9. Моє здоров'я в нормі.
10. Я можу вільно говорити про свої переживання, перебуваючи не в гуморі.
11. Я обговорюю свої особисті проблеми з людьми, з якими спілкуюся.
12. Не менше одного разу на тиждень жартую.
13. Я здатний досить ефективно організувати свій час.
14. Я випиваю менше як три чашки кави (чаю) на тиждень.
15. Протягом дня мені вдається деякий час побути наодинці.

Обробка й оцінка результатів

Чи піддаєтеся ви впливу стресу?

На кожне питання потрібно відповісти «так», «ні» чи «іноді».

1. Чи часто у Вас з'являється почуття втомленості?
2. Чи відчуваєте Ви погіршення здібності зосередитися?
3. Чи помічаєте Ви, що ваша пам'ять стала гірше?
4. Чи є у Вас схильність до безсоння?
5. Чи часто Вас хвилюють болі в області хребта?
6. Чи бувають у Вас сильні головні болі?
7. Чи є у Вас проблеми з апетитом?
8. Чи помічаєте Ви, що відпочинок не дає очікуваного результату?
9. Чи скучаєте Ви в школі?
10. Чи легко Вас вивести із себе?
11. Чи помічаєте Ви за собою схильність до надмірної суєти?
12. Чи буває, що Вам важко завершити думку?
13. Чи часто Ви перестаєте собі подобатися?
14. Чи часто Вам без видимої на то причини стає тривожно?
15. Чи часто Вам не хочеться бачити зовсім нікого?

Після проведення цього тесту потрібно підбити **підсумок** за такими критеріями: «так» – 2 бали, «іноді» – 1 бал, «ні» – 0 балів.

За результатами тесту стрес поділяється на три рівня (низький/середній/високий).

Низький (0-6 балів)

Вам можна позаздрити, Ви неймовірно стресостійкі. У непередбачених небезпечних ситуаціях Ви спокійні та розсудливі.

Якщо Ви набрали від 0 до 2 балів, то Ви, скоріше за все, віднесли до тесту поверхово, тому що така степінь не піддавання стресам – це дійсно неймовірно.

Середній (7-21 балів)

Стреси Вам докучають, але особливих проблем не утворюють. Рівень стресу – середній. Це означає, що позбавлення від стресів не буде для Вас великою трудностю.

Високий (22-34 балів)

Рівень стресу – високий. Вам варто замислитися про наслідки. Якщо Ви незгущуєте фарби, то наслідки не за горами.

Не нехтуйте своїм здоров'ям – Вам потрібно негайно змінити своє життя.

Учитель: Добре, ми пройшли невелике опитування. У кожного вийшов свій результат стресостійкості. Але якщо у вас низький її рівень, чи варто панікувати?

Чи можемо ми підвищити стресостійкість?



(Запитання до учнів із припущеннями. Якщо учень дає правильну відповідь, запис із цією порадою (Підготовленою на спеціальних листочках) вішаємо на дошку)

Учитель:

Як ви думаєте: в якому емоційному стані знаходяться особи зображені на картинках? Поясніть - чому ви так думаєте.

Мозковий штурм «Антистресове дерево»

Учитель:

А тепер розкажіть, яким чином ви тримаєте рівновагу у стресовій ситуації?

Учні презентують свої міні проекти.

З кожного проекту на дошці записуємо одну із ключових порад учня, таким чином складуючи «антистресове дерево».

А тепер давайте зробимо невелике узагальнення і я додам декілька дієвих технік від ВООЗ, що можуть допомогти під час сильної стресової ситуації:

Самодопомога у стресовій ситуації

- **Заземлюємося**

Дуже ефективна практика, яка потребує зовсім небагато часу. Вона допомагає перемкнутися з емоцій до дій. Опанувавши її, ви можете впоратися з тривогою і навіть панічними атаками. Спробуйте перенести фокус на те, що є навколо вас тут і зараз, поверніться до життя:

- *Назвіть кілька предметів, які бачите;*
- *те, що чуєте;*
- *до чого можете доторкнутися;*
- *що посмакувати або понюхати.*

- *Опишіть приміщення навколо себе.*
- *Розкажіть, де ви перебуваєте, хто поруч з вами, що ви робите.*

Знімаємося з «гачка»

«Гачки» – це важкі думки і почуття, які часом можуть зачіпати нас. Звинувачення інших, різкі судження про себе, плекання страхів щодо майбутнього тощо – все це вони. Як відчепитися від таких «гачків»?

- *Зверніть увагу на свої думки та відчуття. Усвідомте, що вони відволікають вас.*
- *Спробуйте подумки їх назвати, наприклад: «У мене з'явилася важка думка», «Я відчуваю гнів», «Я повертаюся у неприємні переживання в минулому», «Зараз мені страшно за майбутнє» тощо.*
- *Скеруйте увагу на те, що ви робите зараз, і застосуйте техніку заземлення.*

Техніки заземлення: Вправа «Тут і тепер»

1. Де я?
2. Який сьогодні день?
3. Яке сьогодні число?
4. Який сьогодні місяць?
5. Який рік?
6. Скільки мені років?
7. Яка зараз пора року?

Здавалось би це прості запитання, але у стані гострого тепер людина може забувати інформацію, а подібні питання якраз повертають її у реальність – тут і тепер.

Техніка інтелектуального заземлення

1. Детально опишіть середовище навколо вас, використовуючи всі органи чуття («Стіни білі, біля стіни дерев'яна книжкова полиця...»).
2. Опишіть ваші буденні, щоденні заняття в деталях (наприклад, покрокове приготування страви ...).
3. Скажіть твердження безпеки: «Мене звати... Я в безпеці, я тут і тепер, не в минулому».

Виховна година:

«Вплив реклами на здорове харчування» (2г клас, класний керівник Долока С.М.)

Мета: дати учням поняття про вплив реклами на здоров'я людини, розвивати пам'ять, групувати види реклами та створювати її самим; виховувати естетичний смак, бережливе ставлення до здоров'я.

Обладнання: презентація до теми, рекламні ролики товарів, ілюстрації з рекламою, малюнки для колажу, слогани, ребуси.

Хід заходу

Учитель:

Як упевнено триматись,
Як спокусам не піддатись,
Не від тата, не від мами,
Дізнаємось про рекламу.
Тож сьогодні попрацюємо,
Агентства створимо, порекламуємо,
Щоб тільки корисні продукти продавати,
А все шкідливе –на полиці залишати.
Будемо рекламою займатися,
У агентства прошу об'єднатися.

(Об'єднуються у 4 групи, а що будуть рекламувати, дізнаються, коли відгадають загадки)

1 група: вироби з борошна «Золотий колосок»

Живим зерном народжений,
Живу я на землі.

Щодня рум'яним сонечком
Я сходжу на столі. *(Хліб)*

Місили, місили,

Ліпили, ліпили,

А тоді - хіп

Та в окріп!

А вже на останку -

Масло та сметанку,

Хто зуміє відгадати

Того будем частувати. *(Вареники)*

Що на сковорідку наливають,

Так вчетверо згинають? *(Млинці)*

Тісто, ягоди і крем,

Шоколад, прикраси, джем.

Дуже страву цю люблю

Її в кондитерській куплю. *(Торт)*

2 група: молочні продукти «Корівка Ласуня»

На сметану, масло, сир

Нам воно згодиться.

І корисне, і смачне,

Тече, як водиця.

Колір в нього, наче сніг,

Пригощу їм вас усіх! *(Молоко)*

Я духмяний, в дірочках, а на смак так просто – ах! *(Сир)*

Наче сонечко, жовтеньке,

А розтане – то м'якеньке.

Молочко у ньому є,

Смак до каші додає. *(Масло)*

Здогадайтесь, хто така?

Білосніжна та густа.

З молока зібрали рано,

Щоб була у нас ... *(Сметана)*

3 група: напої «Фруктовий сад»

За столом ти не скучай,

З тортом пий гарячий ... *(Чай)*

У воду цукор, а з продуктів

Сиплем тільки сухофрукти,

Варимо в каструлі й от

Вийшов в нас смачний ... *(Компот)*

Мене п'ють, мене ллють,

усім потрібна я. Хто я така? *(Вода)*

З молока мене зробили,

Трішечки підсолодили.

Фруктів ще туди поклали

І молочним назвали... *(Йогуртом)*

4 група: овочі «Дари ланів»

Кажуть, щоб хвороб не знати,

Треба всім мене вживати.

Може, ви мене й з'їсте,

Тільки слъози проллете... *(Цибуля)*

Хто хустиночку свою

Влітку покриває?

І по двадцять хустин

На голівці має? *(Капуста)*

Печуть мене, смажать і варять,

Їдять мене і дуже хвалять. *(Картопля)*

В полі хороше мені

Зеленіти навесні.

Чим же я — не молодець?

Маю диво-корінець,
Все про нього дбаю,
Цукор відкладаю. (Буряк)

Вчитель:

Сьогодні наші групи перетворюються на рекламні агентства. Вам доведеться багато працювати, думати, як краще розповісти про товар, щоб його швидше купили. А також поговоримо про те, як реклама впливає на здоров'я людини.

- Що допомагає продати товари?
- З якою метою люди рекламують свій товар?
- Чи завжди рекламують корисні продукти?
- Чи може реклама бути шкідливою?

Увага! Увага! Агенства працюють!

Корисні товари вони рекламують!

Щоб робота тут кипіла,

Швидше беремось до діла!

Та спочатку для порядку

Про рекламу розкажу, ознайомлю й покажу.

Учитель:

Що ж таке реклама ?

Перегляд презентації

Ми живемо в такий час, коли все продається і купується, виробляється багато таких товарів, про які мало хто знав раніше. А тепер люди мають можливість вибирати собі речі ті, які їм найбільше підходять по ціні, по якості. А звідки вони дізнаються про це все. Звичайно, щодня по телевізору ми отримуємо велику кількість реклами. Реклама необхідна для того, щоб людина знала все про ту чи іншу продукцію, її якість. Бачимо її щодня в перерві між фільмами, в транспорті, в метро, в пресі.

Реклама – форма звертання до споживачів з метою привернути їхню увагу до товарів чи послуг. З якою метою виробники звертаються до реклами? Якщо споживачі нічого не знатимуть про продукт, вони його не купуватимуть. Головна мета реклами – переконати споживачів купувати те, що пропонує на продаж підприємство. Термін «реклама» походить від лат. *reclamare* – викрикувати. У Древній Греції та Римі оголошення голосно викрикували на майданах та інших людних місцях. Відомо, що реклама виникла ще за давніх часів.

5 століть тому існували спілки глашатаїв, які розхвалювали товари виробників у місцях, де збиралося багато людей.

А вже 100 років тому почався справжній розквіт реклами, пов'язаний з використанням друкованих рекламних матеріалів.

З розвитком торгівлі рекламу використовують великі концерни, фірми, корпорації, підприємства як головний засіб завоювання ринків і отримання максимального прибутку.

Нині реклама є найдієвішим, отже, найзастосовнішим засобом впливу на покупців і споживачів. Однак досить складно знайти визначення поняття «реклама». Існують різноманітні визначення і тлумачення поняття реклами.

Основні вимоги до реклами:

- Реклама має бути конкурентоспроможною (сприяти розширенню вашої частини ринку за рахунок конкурентів);
- Реклама має бути інформативною (містити технічну інформацію про продукт, щоб допомогти споживачеві зробити вибір на основі наведених даних);
- Реклама має бути переконливою (виходити з основної мети – «обов'язково» продати!)).

Види реклами:

Інформаційна – інформує споживачів про новий товар та його корисні властивості.

Переконуюча – переконує споживачів купити саме цей товар, на підставі його виняткових якостей.

Нагадувальна – нагадує людям про корисність товару, до якого вже звикли і перестали звертати увагу.

Місця розташування реклами:

- Реклама в пресі - в газетах, журналах, довідниках, телефонних книгах тощо;
- Друкована - проспекти, каталоги, буклети, плакати, календарі;
- Екранна реклама - кіно, телебачення, слайди;
- Зовнішня - щити (білборд), плакати зовнішнього розклеювання, світлові екрани (неон), рядок, що біжить, світлові вивіски;
- Реклама на місці продажу – рекламні матеріали, розміщені в ресторанах, магазинах, банках і т.д.,
- Реклама на засобах транспорту – рекламні матеріали в салонах і на бортах транспорту (автобусів, трамваїв, потягів і т.д.);

Робота в групах

Щоб товари швидко розкупили,
Треба, щоб агентства рекламу зробили.
Та продукція корисна має бути,
Про шкідливе доведеться вам забути.

Учитель:

Кожна рекламна агенція отримує пакет з малюнками продукції, яку рекламуватиме. Треба створити колаж, але вибрати малюнки корисних товарів.

1 група: вироби з борошна «Золотий колосок» (хліб, булочки, вареники, хот-дог, бублики)

2 група: молочні продукти «Корівка Ласуня» (молоко, сир, сметана, масло, морозиво)

3 група: напої «Фруктовий сад» (чай, сік, какао, кока-кола, вода)

4 група: овочі «Дари ланів» (помідори, перець, морква, чіпси, часник)

(Агенства створюють колажі, хто правильно справився з завданням, отримує бланк замовлення на рекламу товару)

Учитель:

Якщо товари вміло рекламують,
Про них усі на світі чують.
Щоб на ринку не пропасти,
Треба вміти салоган скласти.
І тоді все швидко й гарно
Продається - і не марно!

(Агенції продовжують рекламувати свою продукцію і складають слоган – доповнюють вислови)

1 група: вироби з борошна «Золотий колосок»

Продукти з борошна корисні дуже,
Та треба не переїдати, ...
Хліб, булки, калачі купляйте,
Але не багато, не ... *(друже, зловживайте)*

2 група: молочні продукти «Корівка Ласуня»

Всім корисно і щоранку
Споживати сир,...
Також молоко слід пити,
Щоб кістки свої ... *(сметанку, зміцнити)*

3 група: напої «Фруктовий сад»

Пийте соки вітамінні,
Чай, компоти ...
А шкідливу кока-колу
Не вживайте ви ... *(незамінні, ніколи)*

4 група: овочі «Дари ланів»

Найкорисніші продукти
Свіжі овочі і ...

Вітаміни нам дають
І здоров'я ... *(фрукти, бережуть)*
(Слогани озвучуються і вивішуються біля колажів. Агенції отримують бланк замовлення на рекламу товару)

Учитель:

Рекламу агентство може створити,
Але її треба ще й розмістити.
Газети, листівки, буклети, журнали,
І щоб по TV її теж показали,
По радіо щоб її люди почули,
На транспорті теж розмістити не забули.
Дізнайтеся, вашу рекламу де розмістили,
Щоб люди її прочитати зуміли.
Відгадайте ребуси і дізнайтеся, де замовник розмістить рекламу.

1.Журнал 2.Автобус 3.Радіо 4.Телевізор

(Отримують бланки на замовлення)

Учитель:

Дивились на Сергійка чіпси із реклами-
Підсмажені, з рум'яними боками.
В рекламі довго чіпсами хрумтіли,
Хвалили, насолоджувались, їли.
Але Сергійко впевнено тримався,
І на спокусу навіть не піддався.
Засвоїв, що навчають не реклами,
А в школі, та поради тата й мами.
Треба всім зробити необхідні висновки: корисні продукти не потребують
зайвої реклами.

Робота у зошитах

Вибери та познач тільки корисні продукти.

Учитель:

Зараз переглянемо по телевізору продукцію, рекламу якої ви
рекомендуєте для перегляду, а товар - для покупки
(Перегляд рекламних роликів)

Підсумок заходу

Бережи здоров'я змалку
Бо хазяїн тіла – ти.
Щоб життя прожити довге,
Себе треба берегти.



Інтерактивне заняття з елементами гри: «Реклама – це добре чи погано? Вплив засобів масової інформації та соціальної реклами на вибір здорового способу життя»

(3б клас, класний керівник Купріянова В.В.)

Мета: Ознайомити дітей із роллю засобів масової інформації (ЗМІ) у популяризації здорового способу життя.
Навчити аналізувати інформацію з реклами та медіа.
Розвивати навички вибору корисних звичок, зберігаючи здоров'я в умовах воєнного часу.

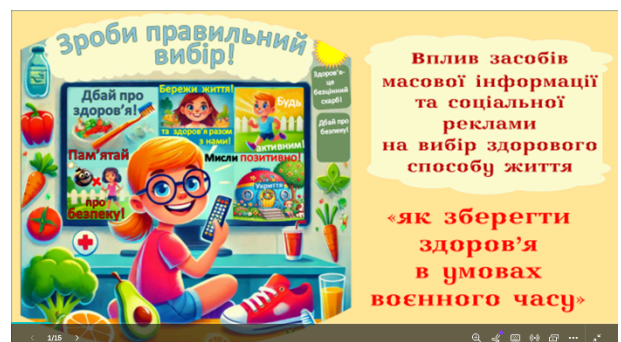
Форма проведення: інтерактивне заняття з елементами гри

Матеріали та обладнання: зображення/плакати, відеоролики з соціальною рекламою (присвячені здоровому харчуванню, фізичній активності, боротьбі зі шкідливими звичками, безпеці...); презентація, ватман, кольорові олівці, фломастери, маркери, цеглинки Лего.

Хід заходу

Учитель: Доброго дня, любі діти! Сьогодні у нас незвичайний урок. Перед початком давайте разом підготуємося до роботи.

- Сядьте зручно, дістаньте свої усмішки й налаштуйтеся на цікаве спілкування.
- Погляньте на екран. Як ви думаєте, про що ми сьогодні будемо говорити? (Вчитель показує титульний слайд з темою заняття).



показує титульний слайд з темою заняття). 1 слайд

Повідомленням теми заходу

Учитель:

Ви, мабуть, бачили рекламу по телевізору, в інтернеті чи на вулиці? А чи задумувалися ви, як вона впливає на нас і на наші рішення?
(Дочекатися відповідей учнів, спрямувати їх до правильного визначення.)

Тема нашого заходу «Реклама – це добре чи погано? Вплив засобів масової інформації та соціальної реклами на вибір здорового способу життя».

Ми навчимося розрізняти корисну та шкідливу інформацію, а також створимо власні ідеї для соціальної реклами. Сьогодні ми дізнаємося [2 слайд]:

- Що таке засоби масової інформації.
- Як соціальна реклама допомагає зберігати здоров'я.
- Що ми можемо зробити, щоб бути здоровими навіть у складних умовах.

А тепер подивіться уважно на наступний слайд і разом розберемося, що ж таке ЗМІ Готові? Починаємо!

Вправа «Медіа навколо нас»

Як ви думаєте, що таке засоби масової інформації?

(Дочекайся відповідей учнів, спрямувати їх до правильного визначення.)

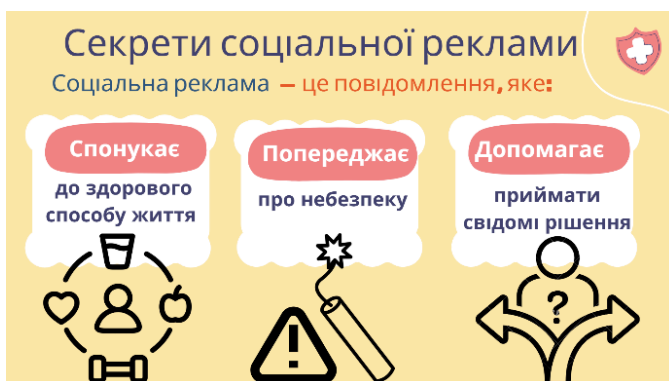
— Засоби масової інформації — це все те, що доносить до нас новини, знання чи повідомлення. Це може бути телебачення, радіо, інтернет, газети, журнали чи навіть плакати на вулиці. [3слайд]

— Чи зустрічали ви рекламу, яка розповідала про здоровий спосіб життя? Можливо, ви бачили плакати, відео, чи чули гасла?

(Вислухати відповіді, підтримати коротке обговорення прикладів.)

— Наприклад, на телебаченні чи в інтернеті часто показують ролики, які закликають займатися спортом, їсти корисну їжу, чи нагадують про важливість чистоти.

Пояснення «Секрети соціальної реклами»



— У рекламі буває дуже багато різних повідомлень. Але є особливий вид реклами — соціальна реклама. Вона створена для того, щоб допомагати людям приймати корисні рішення. Наприклад, ви можете побачити відео, яке закликає мити руки, щоб уникнути хвороб, або плакат, який нагадує про важливість безпеки на дорозі.

Розповідь:

— Зараз, у воєнний час, наше здоров'я дуже важливе. А соціальна реклама допомагає нам нагадуючи про те, як його зберігати. Вона спонукає нас до корисних звичок, які роблять нас сильнішими, здоровішими та витривалішими.

— Отже, ЗМІ — це дуже потужний інструмент, який може нас багато чого навчити, але тільки якщо ми правильно сприймаємо їхні повідомлення.

Тепер давайте разом навчимося аналізувати інформацію і вибирати те, що корисно саме для нас.

Аналіз соціальної реклами

Учитель:

Ви вже знаєте, що таке соціальна реклама і чому вона важлива. Зараз ми подивимося кілька прикладів такої реклами та спробуємо зрозуміти, що саме вона нам говорить. [5слайд]:

Вчитель показує зображення із соціальною рекламою.

(Наприклад, плакат із написом «Замість цукерки – яблуко! Турбуйся про своє здоров'я!».)



Інструкція:

Ваше завдання — уважно подивитися на це зображення або ролик. Потім ми обговоримо кілька важливих запитань.

Після перегляду або огляду зображення:

Учитель:

Як ви думаєте, яке головне повідомлення цієї реклами? Що вона хоче нам сказати?

Відповідей дітей.

Учитель:

Наприклад, цей плакат каже нам, що корисні продукти, як-от фрукти, допомагають залишатися здоровими і сильними.

Як ця реклама впливає на людину? Чи привертає вона увагу? Чому?

(Діти аналізують кольори, зображення, текст. Вчитель допомагає помітити деталі: яскраві кольори, прості слова, які легко запам'ятати.)

Учитель:

Так, наприклад, тут використані яскраві кольори, які одразу привертають увагу. Текст дуже простий, тому його легко зрозуміти.

А ви хотіли б дотримуватись цієї поради? Чому так або чому ні?
(Учні відповідають, обґрунтовуючи свої думки.)

Учитель:

Наприклад, це корисно, тому що у яблука, на відміну від цукерок, збагачують наш організм корисними речовинами, дають нам енергію, допомагають бути здоровим навіть у складний час.

А тепер давайте подивимося ще один приклад. *(відеоролик, який закликає до фізичної активності)*. Подивіться уважно, і ми знову обговоримо ці три запитання.

Учитель:

Як ви думаєте, яке головне повідомлення цієї реклами? Що вона хоче нам сказати?

Наприклад, головне повідомлення цієї частини мультфільму полягає в тому, що нашому тілу потрібні регулярні вправи для підтримки здоров'я та гарного самопочуття. Фізичні вправи зміцнюють наші м'язи, роблять тіло сильним і витривалим. Вони також допомагають нам позбавитися стресу, бути енергійними і добре почуватися навіть у важкі часи. Реклама хоче сказати, що тренувати своє тіло — це корисно і навіть весело.

Як ця реклама впливає на людину? Чи привертає вона увагу? Чому?
(Діти аналізують кольори, зображення, текст. Вчитель допомагає помітити деталі: яскраві кольори, прості слова, які легко запам'ятати.)

Учитель:

Так, наприклад, ця реклама дуже позитивно впливає на людину, тому що вона зроблена у формі мультфільму, який цікавий для дітей. Вона привертає увагу яскравими персонажами, веселими рухами та простими поясненнями. Головне, що це легко зрозуміти, а приклади з життя надихають слідувати порадам.

А ви хотіли б дотримуватись цієї поради? Чому так або чому ні?
Учні відповідають, обґрунтовуючи свої думки.

Учитель:

Діти, зараз ми живемо в складний час, коли наша країна бореться за свободу. У такі періоди дуже важливо не лише дбати про здоров'я, а й адаптуватися до нових умов. Соціальна реклама теж може допомагати нам у цьому. Зараз я покажу приклад реклами, яка створена для підтримки здоров'я саме у воєнний час.

Приклад реклами:

Вчитель показує плакати та відео з таким змістом:

- Зображення сім'ї у сховищі, де вони їдять корисну їжу, з підписом:
«Зберігай сили навіть у сховищі: їж просто, але корисно!» [7 слайд]:



- Відеоролик (руханка), Світлани Ройз «Крокуй до укриття» у якому дітям нагадують про правила поведінки під час тривоги, та правила поведінки у сховищі з гаслом: *«Про свою безпеку дбай – ЗСУ допомагай!»* [8 слайд]



Після перегляду:

Учитель:

Як ви думаєте, яке головне повідомлення цієї реклами? Чого вона нас вчить?

Учні обговорюють. Вчитель спрямовує до висновків.

Учитель:

Наприклад: «Реклама закликає підтримувати сили навіть у складних умовах, піклуватися про своє здоров'я, бо воно — найцінніше».

Як ця реклама впливає на людину? Чи привертає вона увагу? Чому? Як така реклама може допомогти людям у воєнний час?

Учні аналізують, як реклама мотивує людей турбуватися про себе та своїх близьких.

Наприклад, ця реклама дуже позитивно впливає на людину, тому що вона зроблена у формі мультфільму. Або плакат привертає увагу яскравими кольорами. Головне, що це легко зрозуміти, а приклади з життя надихають слідувати порадам. Нагадування про корисну їжу чи фізичну активність допомагає залишатися сильними навіть у складних умовах. Нагадування про безпеку допомагає вижити у воєнний час.

Учитель:

А чи могли б ви дотримуватись цієї поради? Чому це важливо?

Учні обґрунтовують, чому турбота про здоров'я є ключовою, особливо в умовах війни.

Висновок блоку:

- Соціальна реклама у воєнний час виконує дуже важливу роль. Вона допомагає нам не забувати про те, що наше здоров'я — це основа нашої сили. Навіть у сховищі чи під час тривоги ми можемо зробити щось для свого добробуту: харчуватися правильно, рухатися, підтримувати одне одного.
- Як бачите, соціальна реклама може бути дуже корисною. Вона допомагає нам зробити правильний вибір і нагадує, як важливо дбати про себе та своє здоров'я. Але завжди треба уважно аналізувати, чи справді реклама говорить нам про корисні речі.

Гра «Реклама для друга» [9 слайд]:

Учитель:

А тепер настав час для творчої гри! Уявіть, що ви — справжні рекламні агенти. Ваше завдання — створити соціальну рекламу, яка закликатиме інших людей вести здоровий спосіб життя.

Об'єднання у групи «Кольоровий мікс»

Учитель:

Об'єднайтесь у групи по 5 осіб. Кожна група буде працювати разом, як одна команда.

(на початку заняття кожен обрав собі кольорову цеглинку)

(Вчитель швидко організовує групи, переконуючись, що всі учні мають завдання.)

Інструкція до завдання:

Кожна група отримає одну з тем для створення реклами. Ваша реклама може бути у вигляді:

- ☐ Малюнок або плаката з гаслом.
- ☐ Короткого усного виступу, де ви пояснюєте свою ідею.
- ☐ Обох варіантів — якщо у вас є час і натхнення!

— Ось приклади тем для вашої реклами:

- ✓ **Здорова їжа замість фаст-фуду.**
- ✓ **Як правильно відпочивати, щоб бути здоровим.**
- ✓ **Важливість спорту у важкі часи.**

(Вчитель записує теми на дошці або демонструє на слайді презентації.)

— Ваше завдання: придумати ідею реклами, яка буде переконливою і зрозумілою. Пам'ятайте: реклама має допомагати людям піклуватися про своє здоров'я.

Учитель:

У вас є 5 хвилин, щоб обговорити і створити свою рекламу. Спочатку оберіть головну ідею, а потім вирішіть, як її представити. Якщо ви вирішите малювати плакат, використовуйте кольорові маркери або олівці. Якщо ж це буде виступ — придумайте гасло або коротке повідомлення.

Представлення ідей:

(Через 5хвилин вчитель запрошує групи до виступу.)

Учитель: А тепер кожна група представить свою рекламу! Ми будемо слухати вас уважно і обговорювати, наскільки переконливими є ваші ідеї.



Підсумок гри:

Учитель:

Ви чудово попрацювали! Сьогодні ми побачили, як можна створювати соціальну рекламу, яка допомагає людям вести здоровий спосіб життя. Я впевнена, що кожна з ваших ідей може надихнути когось стати здоровішим і сильнішим.

(Вчитель підбиває підсумок і хвалить учнів за активність і креативність.)

Обговорення (на основі реальних прикладів) «Як зберегти здоров'я в умовах війни» (слайд 10)

Учитель:

Діти, сьогодні ми вже багато говорили про здоровий спосіб життя. Тепер давайте зосередимося на тому, як зберігати здоров'я в умовах війни. Це особливо важливо, адже саме здоров'я дає нам сили долати труднощі. Я

хочу, щоб ми разом обговорили такі ключові речі: фізична активність і гігієна.

1) Як допомагає фізична активність зменшити стрес?

Учитель:

Ви коли-небудь відчували, що після бігу або активних ігор настрої покращується? Це тому, що рух допомагає нашому мозку виділяти «гормони радості». Навіть у складні часи фізична активність — це наш найкращий друг.

Як ви думаєте, що можна робити, якщо довго сидиш у сховищі?

(Учні пропонують ідеї: вправи на розтяжку, присідання, ходьба на місці.)

Реальний приклад:

Один хлопчик, якого я знаю, придумав, як тримати себе у формі навіть у сховищі. Щодня він робив 10 присідань і 5 відтискань, щоб залишатися сильним. Ви також можете створити свої маленькі «спортивні перерви»!

2) Яку роль відіграє гігієна у збереженні здоров'я?

Учитель:

Гігієна — це перший крок до здоров'я. Навіть якщо умови важкі, дбати про чистоту тіла дуже важливо. Як ви думаєте, чому?

(Учні відповідають. Вчитель підсумовує: чистота запобігає хворобам.)

Реальний приклад:

Учитель:

Уявіть, що ви не маєте доступу до води, а вам потрібно помити руки.

Що робити?

(Учні пропонують ідеї: використовувати вологі серветки, дезінфектори.)

Саме так! Навіть у таких умовах можна протерти руки серветкою або очистити їх дезінфектором. А ще пам'ятайте: не торкатися обличчя брудними руками — це допоможе уникнути багатьох хвороб.

Учитель:

Діти, ми вже говорили про важливість здорового способу життя, але є ще одна річ, яка допомагає нам бути безпечними навіть у складних умовах. Це **соціальна реклама**, яка навчає нас важливим правилам? Наприклад, як поводитися біля підозрілих предметів? Така реклама створена спеціально, щоб захистити нас.

Є дуже важлива соціальна реклама, яка називається «**Мінна безпека**». Вона нагадує нам про «**Правило трьох НЕ**»: [11 слайд]:

1. **Не підходь!** Якщо ви побачили підозрілий предмет — не наближайтеся до нього. Це може бути небезпечно.

2. **Не чіпай!** Ніколи не торкайтесь незнайомих чи дивних предметів, бо вони можуть вибухнути.

3. **Не панікуй!** Важливо залишатися спокійними, відійти на безпечну відстань і негайно повідомити дорослих або зателефонувати за номером 101.

Учитель:

Наприклад, у цій рекламі використовують зображення і навіть відео, які допомагають запам'ятати ці правила. Це важливо, тому що кожен із нас може опинитися в ситуації, коли потрібно знати, як діяти.

Давайте разом подумаємо: чому така реклама корисна?

Учні відповідають: захищає життя, навчає правильним діям.

Учитель:

Соціальна реклама — це не просто повідомлення. Це допомога і турбота про наше життя. Якщо ви побачите такі оголошення чи відео, обов'язково звертайте на них увагу!

Пам'ятайте: дотримуючись простих правил, ми можемо захистити себе і своїх близьких!

Давайте разом переглянемо короткий відеоролик, який допоможе краще запам'ятати ці правила.

Перегляд відеоролику

Учитель:

Висновок:

Діти, навіть під час війни ми можемо зберігати здоров'я, якщо правильно харчуємося, рухаємося, дотримуємося гігієни та дбаємо про свою безпеку. Це не лише робить нас сильнішими, але й допомагає долати стрес і залишатися здоровими для себе та наших близьких. Ви — справжні молодці, бо вже знаєте, як дбати про себе навіть у складних ситуаціях!

Завершальна частина

1. Руханка «Здоров'я у русі» [12 слайд]:

Учитель:

Діти, на завершення нашого заходу я пропоную зробити веселу руханку! Адже рух — це основа здорового способу життя. Але наша руханка буде незвичайною: кожна вправа супроводжуватиметься гаслом про здоров'я. Готові?

1. Вправа:

Потягування вгору

— Підніміть руки вгору, потягніться високо-високо, ніби ви хочете дотягнутися до сонця! А тепер скажіть разом зі мною:



«Їж корисно, спи й гуляй, своє здоров'я захищай!» *(Повторити 3 рази)*

2. Вправа: Оберти кистями рук

— Тепер робимо оберти кистями рук (ніби миємо руки під краном).

Повторюємо: **«Мий руки ретельно й завжди, гігієна врятує від біди!»**

(Виконати 10 обертів)

3. Вправа: Стрибки на місці

— А зараз пострибаємо, як маленькі кенгуру. І скажемо:

«Щоб від стресу не страждати — треба весело стрибати!» *(Виконати 10 стрибків.)*

4. Вправа: Дихальна гімнастика

— А тепер повільно вдихаємо носом, видихаємо ротом. Спочатку

промовляємо: **«Вдихай глибше й видихай — зникне стрес за небокрай!»**

- потім виконуємо вправу. *(Повторити 3 рази.)*

Учитель:

Ви всі такі молодці! Руханка не лише заряджає нас енергією, а й допомагає запам'ятати корисні поради. Тож пам'ятайте: здоров'я — це рух, правильне харчування та гарний настрій! Ви сьогодні чудово впоралися.

Дякую вам!

Виховна година: «Будьмо здорові»

(4а клас, класний керівник Отліванова О.М.)

Мета: сформувати поняття про здоровий спосіб життя; виховувати у дітей дбайливе ставлення до власного здоров'я; нагадати корисні звички, які допоможуть зміцнити здоров'я; прищеплювати інтерес до занять фізичною культурою і спортом.

Обладнання: книжкова виставка «Охорона здоров'я – справа кожного», вислови та прислів'я про здоров'я, маркери, аркуші паперу, картки «ТАК» (з написом зеленого кольору), картки «НІ» (з написом червоного кольору), клей, матеріали-ілюстрації із зображенням людей, які дотримуються здорового способу життя.

Учитель:

Добридень, доброго здоров'я!

Так із давніх-давен люди вітають одне одного й зичать здоров'я. Чому люди так багато про нього говорять, завжди його бажають? Як до нього ставитеся ви й чому його потрібно берегти? Як ви вважаєте, від чого залежить наше здоров'я? *(Відповіді учнів)*

Учень:

Здоров'я – то найбільший в світі дар!

Його цінуємо, коли втрачаємо...

Молитви шлемо вище хмар,
Бо повернути як - не знаємо...

Учитель:

Так. Здоров'я – це найбільше багатство людини. Без здоров'я людина не може бути щасливою. Воно потрібне всім, щоб радіти й насолоджуватися життям. Здоров'я залежить від того, як ти поводишся, що їси, як виконуєш режим дня, як навчаєшся, як умієш товаришувати. Недарма в народі кажуть: здоров'я треба вміти берегти, бо його не купиш ні за які гроші.

– Складіть із літер Д З О Р В' О Я слово. (Здоров'я)



- Що таке здоров'я?
 - Чи можете ви сказати про себе: «Я здоровий»?
- Свої відповіді починайте зі слів: «Я здоровий, тому що ...».
- (Відповіді учнів)

1-й учень:

Хто здоровий, – той сміється,
Все йому в житті вдається.
Він долає всі вершини,
Це ж чудово для людини!

2-й учень:

Хто здоровий, той не плаче,
Жде його в житті удача.
Він уміє працювати,
Вчитись і відпочивати.

3-й учень:

Хто здоровий – не сумує,
Над загадками мудрує,
Він сміливо в світ іде
Й за собою всіх веде!

4-й учень:

Бо здоров'я – це прекрасно,
Здорово, чудово, ясно!
І доступні для людини
Всі дороги і стежини!

5-й учень:

Зрозуміло й всім відомо,
Як приємно бути здоровим,
Тільки треба добре знати,
Як здоровим й дужим стати.

Учитель:

Здоров'я людини залежить від багатьох чинників. Учені дослідили, що на 10% здоров'я залежить від системи охорони здоров'я, на 20% - від спадковості, на 20% - від стану довкілля і аж на 50% - від умов життя та праці, від ставлення людини до нього.

Сьогодні ми поговоримо також про те, як потрібно зміцнювати здоров'я та оберігати його.

Що допоможе вам зростати здоровими? Проведемо конкурс «Хто більше?».

Конкурс «Хто більше?»

Учитель:

На першій парті кожного ряду лежить чистий аркуш паперу. Ви по черзі пишете на ньому слова, що стосуються здоров'я. Наприклад: режим, загартовування, зарядка, спорт.

Передавайте аркуш на наступну парту після того як учні, що сидять за однією партою, запишуть кожен по слову. Перемагає ряд, який закінчить завдання найшвидше і запише найбільшу кількість слів, що відповідатимуть темі.

Давайте прочитаємо слова, які ви записали на аркуші, і визначимо ряд-переможець. Із цих слів, що стосуються здоров'я, складемо «асоціативний куш».

Учитель:

Народна мудрість каже: «Без здоров'я немає щастя. І найбільше в світі багатство – це здоров'я».

Як ви розумієте цю мудрість?

(Відповіді дітей).

Правда, здоров'я – всьому голова. Коли людина здорова, то вона дужа, весела, красива, сильна, витривала, смілива, тому що вона себе прекрасно почуває і може наполегливо працювати, навчатись, може робити те, що їй до душі, займатись улюбленою справою.

А коли щось болить, то сили немає, радості також, бо всі думки про одне – позбутись болю. Отже, бажаю всім доброго здоров'я! Будете здорові – будете щасливі й радісні.

А як же берегти своє здоров'я? *(Думки учнів).*

Берегти своє здоров'я – це означає вести здоровий і активний спосіб життя: робити зарядку, ходити в походи, займатись посильною фізичною працею, відвідувати спортивні секції, любити і дотримуватись чистоти, тому що чистота – запорука здоров'я.



Учитель:

Проведемо фізкультхвилинку. Ігрова вправа «Так чи Ні»

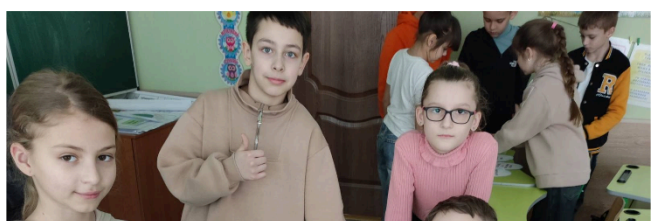
Збереженню здоров'я сприяють ...

(Учні сигналізують картками «ТАК» чи «НІ»).

- 1) байдужість;
- 2) взаєморозуміння у сім'ї;
- 3) добра праця;
- 4) активний відпочинок;
- 5) ранкова зарядка;
- 6) ледачість;
- 7) паління;
- 8) чистота тіла;
- 9) раціональне харчування;
- 10) шкідливі звички;
- 11) невірноваженість;
- 12) тривалий перегляд телевізору.

Вправа «Закінчи речення» (практична робота на картках)

Учитель:



Об'єднайтеся у групи. Виконайте завдання на картках, на основі ваших знань.

1 група

Закінчи речення.

Для здоров'я корисно багато ...

- гуляти на ...;
- уживати корисну...;
- бути ...;
- відмовитися від

2 група

Закінчи речення.

Здоровий спосіб життя – це дотримання ...;

- правильне ...;
- щоденні заняття ... і ...,
- рухливими ...;
- активна...;
- відсутність шкідливих ...;
- у спілкуванні з оточуючими....

Учитель:

За допомогою ілюстрацій із зображенням людей, які дотримуються здорового способу життя створимо колаж.

Знову об'єднуємося у групи за кольором фігур. Використовуємо малюнки з журналів, олівці та маркери для створення колажів.

Оберіть представника, який презентує роботу вашої групи.
(Презентація колажів).



Пам'ятайте: здоров'я – справжня радість і щастя, нехай кожен з вас буде здоровим!

Виховний захід: «Інтернет: безпека та небезпека»
(4г клас, класний керівник Кучмистенко Т.М.)

Мета:

- виховування інформаційної культури учнів, виховання поваги до інтелектуальної праці.
- дослідження позитивних і негативних наслідків Інтернету; поглиблення знань про безпечний Інтернет; засвоєння правил безпечної роботи в Інтернеті;
- сприяння обізнаності учнів про небезпеки, які існують в Інтернеті та про шляхи їх подолання;

Обладнання: Мультимедійний комплекс, відеоролики про безпечний Інтернет

Хід заходу

Організаційний момент

Якщо вжити до роботи в Інтернеті принцип світлофора, кажуть вчені, то можна сказати, що...



Інтернет. Що це? Це цікавий та захоплюючий світ, який дозволяє тобі дізнаватись про світ цікавого, спілкуватись з людьми в різних кінцях світу не виходячи з власної кімнати, грати в цікаві ігри та ділитись з іншими своїми думками та захопленнями. Сучасна людина не уявляє собі життя без Інтернету.

Саме тому сьогоднішнє наше заняття ми присвятимо темі «Безпечний Інтернет».

Спробуємо дослідити позитивні і негативні наслідки Інтернету, сформулювати та засвоїти правила безпечної роботи в Інтернеті.

На попередніх заняттях учням нашого класу було запропоновано пройти анкетування (додаток №1)

Давайте проаналізуємо результати опитування.

Перегляд відео № 1 Соціальний ролик про безпечний Інтернет *Обговорення відео*<https://www.youtube.com/watch?v=zPIXOPDGRAY>

Учитель:

День безпечного Інтернету. Понад 140 країн підтримали ідею Дня безпечного Інтернету, мільйони людей в усьому світі об'єднуються заради натхнення до позитивних змін та підвищення освіченості з питань безпеки онлайн та участі у заходах. Міжнародний день безпечного інтернету (SaferInternetDay) був заснований Єврокомісією у 2004 році й традиційно святкується у перший вівторок лютого.

Зараз існує багато небезпек в Інтернеті, розглянемо основні з них.

Фішинг(англ. fishing) — вид шахрайства, метою якого є виманювання у довірливих або неуважних користувачів мережі персональних даних клієнтів онлайн-аукціонів, сервісів з переказування або обміну валюти, Інтернет-магазинів.

Грумінг, кібер-грумінг (англ. grooming) — входження в довіру до дитини з метою її схилення до якого-небудь брутального поводження, в тому числі і в сексуальному плані. Злочинці найчастіше встановлюють контакти з підлітками в чатах або на форумах.

Кардинг (англ. curding) — вид шахрайства, при якому проводиться операція з використанням банківської картки або її реквізитів, не ініційована або не підтверджена її власником.

Буллінг (англ. bullying) — залякування, переслідування, знущання, глузування й інші дії — які здатні налякати, принизити й іншим чином негативно впливати на дитину. Буллінг — явище глобальне і масове. За словами 1200 дітей, які відповіли на запитання Інтернет-сайту KidsPoll, буллингу піддавалися 48%, у тому числі 15% — неодноразово, а самі займалися ним 42%, причому 20% — багато разів.

Фармінг. Різновид шахрайства в Інтернеті, коли оманливим шляхом користувач потрапляє на ідентичну копію відомих сайтів. Потім відбувається зараження комп'ютера вірусами та шпигунським програмним забезпеченням.

Фрепінг. Несанкціонована зміна особистих даних у користувача на його сторінці в соціальній мережі. Злом чужого акаунта у соціальній мережі., розміщення неправдивої інформації від імені власника.

Он-лайн-хижаки. «Хижаки» встановлюють контакт із дітьми шляхом розмов у чат-кімнатах, обміну миттєвими повідомленнями, електронною поштою або через дошки повідомлень. Деякі «хижаки» працюють швидше, одразу ж втягуючи дітей у розмови на сексуальну тему.

ПЕРШІ ОЗНАКИ КОМП'ЮТЕРНОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ ДИТИНИ:

- ☐ пропуски шкільних занять через комп'ютерну гру вдома або відвідування комп'ютерного клубу;
- ☐ просиджування біля комп'ютера у нічний час;
- ☐ приймання їжі під час гри;
- ☐ асоціювання себе з героями комп'ютерних ігор;
- ☐ відсутність інших захоплень, крім комп'ютерних ігор;
- ☐ віддавання переваги комп'ютерним іграм, а не спілкуванню;
- ☐ загальний час, проведений за грою, перевищує час виконання домашніх завдань, прогулянок, спілкування з батьками і однолітками, інших захоплень;
- ☐ дитина не уявляє, чим себе зайняти, коли комп'ютер зламався;
- ☐ конфлікти з батьками та їх шантажування у відповідь на заборону проводити час за комп'ютером.

Тестування «День безпечного Інтернету»

1. Коли відзначають День безпечного Інтернету?
 - a. у перший вівторок лютого
 - b. у другий день (вівторок) другого тижня лютого
 - c. 5 лютого
2. У Інтернеті час летить швидко. Саме тому
 - a. не слідкуй за часом, щоб не засмучуватись
 - b. обмежуй час проведений у мережі
 - c. користуйся Інтернетом і радій
3. Зберігай свої особисті дані (адресу, номер телефону, інформацію про батьків)
 - a. у відкритому доступу
 - b. у соціальних мережах
 - c. в таємниці, бо в Інтернеті безліч шахраїв
4. Якщо з необережності ти зайшов на «поганий сайт» то..
 - a. терміново покинь цей сайт, він може нести в собі віруси і бути шкідливим для тебе
 - b. намагайся дізнатись про цей сайт якомога більше

- с. розкажи про цей сайт друзям
- 5. Якщо ти став призером Інтернет розіграшу то...
 - а. не довіряй цій інформації, ти можеш не лише програти, а й втратити гроші
 - б. розкажи про сайт друзям, можливо вони теж виграють
 - с. відправ всю необхідну інформацію для отримання призу
- 6. Що таке Кібербулінг?
 - а. соціальна мережа для спілкування
 - б. це переслідування інших осіб з використанням сучасних електронних технологій
 - с. порушення правил користування мережею
- 7. Чи повинні дорослі контролювати роботу дітей в Інтернеті
 - а. так
 - б. ні, це їх особиста справа
 - с. тільки дітей молодшого віку
- 8. Якщо тебе образили в Інтернеті ти відповіси...
 - а. теж ображу
 - б. перестану спілкуватись з кривдником
 - с. продовжу спілкуватись з людиною, щоб при нагоді образити
- 9. Чи можна здійснювати фінансові операції в Інтернеті без нагляду дорослих
 - а. так
 - б. ні
 - с. тільки на перевірених сайтах
- 10. Ви побачили, що користувач, який працював за ПК на уроці перед вами не вийшов із свого акаунта. Ваші дії...
 - а. відправлю на адреси користувачів листи
 - б. вийду з чужого акаунта
 - с. закрию браузер та зайду у свій акаунт з іншого
- 11. Кіберполіція – це...*(виберіть найбільш повну відповідь)*
 - а. державний орган, що займається пошуком шахраїв
 - б. орган, що входить до структури кримінальної поліції та займається пошуком тих хто пише віруси
 - с. державний орган, що займається пошуком кіберзлочинців
- 12. Якщо тобі прийшло повідомлення від провайдера, де просять вислати твій логін і пароль, твої дії
 - а. відзначу лист як «спам»
 - б. відправлю необхідні дані
 - с. відправлю лише логін

13. Фрепінг – це...

- a. несанкціонована зміна особистих даних у користувача на його сторінці в соціальній мережі;
- b. розповсюдження комп'ютерних вірусів через мережу;
- c. зміна паролів до електронної пошти;

14. Кібер-грумінг – це...

- a. захоплення комп'ютерними іграми
- b. залякування, приниження, цькування, компрометація інших людей
- c. входження в довіру людини для використання їх в сексуальних цілях

15. Булінг – це...

- a. залякування, приниження, цькування, компрометація інших людей з використанням матеріалів, розміщених в Інтернеті
- b. захоплення комп'ютерними іграми
- c. розміщення у мережі матеріалів шкідливого характеру

Учитель:

Наше життя вирує все швидше та швидше. Інтернет уже зараз став невід'ємною його частиною. Цілком ймовірно, що у найближчому майбутньому Всесвітня мережа повністю замінить усі інші засоби зв'язку. Але пам'ятайте, що Інтернет - це лише інструмент, яким Ви користуєтесь, щоб отримати відповіді на свої питання, підготувати реферати та доповіді, спілкуєтесь, якщо між вами величезні відстані. Вчиться користуватись Інтернетом із розумом. Справжня небезпека не в тому, що комп'ютери почнуть мислити як люди, а в тому, що люди почнуть мислити як комп'ютери...

Виховний захід: «Як зберегти здоров'я під час війни»
(5б клас, класний керівник Вільшанкова В.Ю.)

Мета:

- Надати учням практичні знання та поради щодо збереження фізичного та психологічного здоров'я під час війни.
- Виховувати почуття відповідальності за своє здоров'я.

Вступ:

1. Привітання та оголошення теми виховної години.
2. Обговорення важливості здоров'я у важкі часи.
3. Короткий огляд того, що будемо обговорювати.

Основна частина:

1. Фізичне здоров'я

- **Здорове харчування:** Пояснення важливості збалансованого харчування. Поради щодо вживання корисних продуктів: фрукти, овочі, достатня кількість води.
- **Фізична активність:** Важливість регулярних фізичних вправ. Простий комплекс вправ, який можна виконувати вдома.
- **Гігієна:** Підтримання особистої гігієни (миття рук, догляд за зубами). Роль гігієни у запобіганні хворобам.

2. Психологічне здоров'я

- **Спілкування:** Важливість спілкування з близькими, друзями, однокласниками. Підтримка один одного.
- **Хобі та улюблені заняття:** Роль улюблених занять (малювання, читання, творчість) у зниженні стресу.
- **Позитивне мислення:** Практики позитивного мислення. Дихальні вправи, медитація, техніки релаксації.



3. Безпека

- **Правила поведінки під час тривоги:** Дії під час повітряної тривоги, вибухів, обстрілів. Важливість знаходження безпечного місця.
- **Перша допомога:** Основні правила надання першої допомоги. Як обробити рани, порізи.
- **Уникнення небезпечних зон:** Правила поведінки у зруйнованих будівлях, уникання підозрілих предметів.



Підтримка здоров'я під час навчання

- **Організація робочого місця:** Важливість правильно організованого робочого місця (світло, зручний стілець).

- **Відпочинок:** Необхідність регулярних перерв під час навчання, фізичні вправи для очей та тіла.

Висновок:

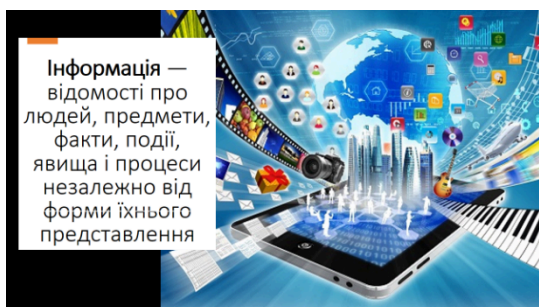
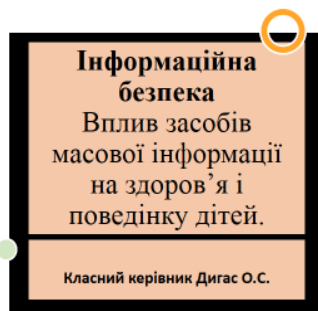
1. Повторення основних пунктів.
2. Заклик до учнів дотримуватись порад для збереження свого здоров'я.
3. Запитання та відповіді.



Заклучне слово:

1. Підтримка один одного у складні часи.
2. Надання контактної інформації для додаткових питань та допомоги.

***Виховний захід:
«Вплив засобів масової
інформації на здоров'я і
поведінку дітей»
(6б клас, класний керівник
Дигас О.С.)***



Позитивний вплив.

ЗМІ інформують про все, що сталося в країні та світі. Пізнавальні статті та передачі сприяють інтелектуальному розвитку. У радіо- і телепередачах беруть участь слухачі й глядачі у прямому ефірі. Виник новий вид комунікації — через Інтернет. Щоб відпочити чи заспокоїтися, можна послухати музику або переглянути улюблені кінострічки. Фільми, мультфільми



та передачі, що пропагують позитивні цінності, впливають на систему цінностей людини, заохочують думати, аналізувати, оцінювати події.

Негативний вплив. ЗМІ часто повідомляють про агресію, жорстокість, насилля. Головні персонажі бойовиків розв'язують проблеми силою. Пограбування, перестрілки, вороже ставлення до оточуючих стають звичними. У деяких рекламних роликах і фільмах пропагують хибні цінності. Можуть провокувати формування шкідливих звичок, негативно впливати на психіку.



• **Негативний вплив.** ЗМІ часто повідомляють про агресію, жорстокість, насилля. Головні персонажі бойовиків розв'язують проблеми силою. Пограбування, перестрілки, вороже ставлення до оточуючих стають звичними. У деяких рекламних роликах і фільмах пропагують хибні цінності. Можуть провокувати формування шкідливих звичок, негативно впливати на психіку.

Щоб протидіяти негативному впливу, слід розвивати навички критичного мислення.



Мислити критично — це означає ретельно обмірковувати судження, приймати рішення після оцінювання різних варіантів.

Якщо навчитеся оцінювати інформацію критично, то обиратимете для перегляду кінофільми й телепередачі, у яких ідеться про справжні цінності — дружбу, повагу, вірність.

Щоб поліпшити самопочуття і гарно вчитися, активно відпочивайте, поведіться чемно з однолітками та дорослими.

Як захистити себе від маніпуляцій свідомістю у ЗМІ?

- усвідомлюйте, що думка про життя, яка звучить з екрану, і саме життя — інколи абсолютно різні речі;
- не ототожнюйте себе емоційно з героями телерепортажів;
- перевіряйте інформацію в різних джерелах;
- навчіться вимикати телевізор\комп'ютер у будь-який момент, відмовившись від подальшого перегляду з власної волі;

- час від часу влаштовуйте «безінформаційні» дні – взагалі не вмикайте телевізор або комп'ютер.

Правила

Інтернет-безпеки, Інтернет-етики.

- Ніколи не давайте приватної інформації про себе (прізвище, номер телефону, адресу, номер школи) без дозволу батьків.

Правила Інтернет-безпеки, Інтернет-етики.

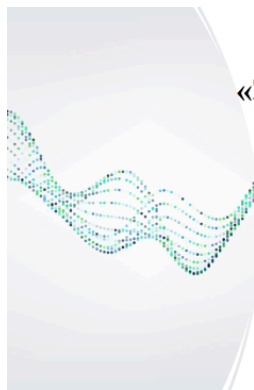
- Ніколи не давайте приватної інформації про себе (прізвище, номер телефону, адресу, номер школи) без дозволу батьків.
- Якщо хтось говорить вам, надсилає вам, або ви самі віднайшли у мережі щось, що бентежить вас, не намагайтеся розібратися в цьому самостійно. Зверніться до батьків або вчителів - вони знають, що треба робити.
- Зустрічі у реальному житті із знайомими по Інтернет-спілкуванню не є дуже гарною ідеєю, оскільки люди можуть бути дуже різними у електронному спілкуванні і при реальній зустрічі.
- Якщо ж ви все ж хочете зустрітися з ними, повідомте про це батьків, і нехай вони підуть на першу зустріч разом з вами.
- Не відкривайте листи електронної пошти, файли або Web-сторінки, отримані від людей, яких ви реально не знаєте або не довіряєте.
- Нікому не давайте свій пароль, за виключенням дорослих вашої родини.
- Завжди дотримуйтесь сімейних правил Інтернет-безпеки: вони розроблені для того, щоб ви почували себе комфортно і безпечно у мережі.
- Ніколи не робіть того, що може коштувати грошей вашій родині, окрім випадків, коли поруч з вами батьки.
- Завжди будьте ввічливими у електронному листуванні, і ваші кореспонденти будуть ввічливими з вами.

Як захистити себе від маніпуляцій свідомістю у ЗМІ?

- усвідомлюйте, що думка про життя, яка звучить з екрану, і саме життя – інколи абсолютно різні речі;
- не ототожнюйте себе емоційно з героями телерепортажів;
- перевіряйте інформацію в різних джерелах;
- навчіться вимикати телевізор\комп'ютер у будь-який момент, відмовившись від подальшого перегляду з власної волі;
- час від часу влаштовуйте «безінформаційні» дні – не вмикайте телевізор або комп'ютер.

- Якщо хтось говорить вам, надсилає вам, або ви самі віднайшли у мережі щось, що бентежить вас, не намагайтеся розібратися в цьому самостійно. Зверніться до батьків або вчителів - вони знають, що треба робити.

- Зустрічі у реальному житті із знайомими по Інтернет-спілкуванню не є дуже гарною ідеєю, оскільки люди можуть бути дуже різними у електронному спілкуванні і при реальній зустрічі.
- Якщо ж ви все ж хочете зустрітися з ними, повідомте про це батьків, і нехай вони підуть на першу зустріч разом з вами.
- Не відкривайте листи електронної пошти, файли або Web-сторінки, отримані від людей, яких ви реально не знаєте або не довіряєте.
- Нікому не давайте свій пароль, за виключенням дорослих вашої родини.
- Завжди дотримуйтесь сімейних правил Інтернет-безпеки: вони розроблені для того, щоб ви почували себе комфортно і безпечно у мережі.
- Ніколи не робіть того, що може коштувати грошей вашій родині, окрім випадків, коли поруч з вами батьки.
- Завжди будьте ввічливими у електронному листуванні, і ваші кореспонденти будуть ввічливими з вами.



Вправа «Запитання – відповідь»

1. Що таке інформація?
2. Назвіть правила безпечного користування Інтернетом.
3. Чим позитивний вплив засобів масової інформації відрізняється від їхнього негативного впливу?
4. За якими ознаками слід вибирати інформацію, щоб вона не зашкодила здоров'ю?
5. Чому важливо набувати навичок критичного мислення?
6. Поясніть, чому важливо протидіяти негативному впливу ЗМІ.

Вправа «Запитання – відповідь»

1. Що таке інформація?
2. Назвіть правила безпечного користування Інтернетом.

3. Чим позитивний вплив засобів масової інформації відрізняється від їхнього негативного впливу?
4. За якими ознаками слід вибирати інформацію, щоб вона не зашкодила здоров'ю?
5. Чому важливо набувати навичок критичного мислення?
6. Поясніть, чому важливо протидіяти негативному впливу ЗМІ.

Техніка “3-2-1: зворотний відлік”

- Учні мають зазначити письмово або усно:
- Три речі, які вони не знали до цього.
- Дві речі, які їх здивували під час роботи над темою.

Техніка “3-2-1: зворотний відлік”

- Учні мають зазначити письмово або усно:
- Три речі, які вони не знали до цього.
- Дві речі, які їх здивували під час роботи над темою.
- Один приклад, як вони готові застосувати здобуті знання на практиці.

- Один приклад, як вони готові застосувати здобуті знання на практиці.

Учні мають зазначити письмово або усно:

- Три речі, які вони не знали до цього.
- Дві речі, які їх здивували під час роботи над темою.
- Один приклад, як вони готові застосувати здобуті знання на практиці.

•Моделюйте — набувайте життєвих навичок

- Критично оцініть якесь повідомлення в засобах масової інформації (на вибір).
- Як діяти, щоб уникнути негативного впливу ЗМІ?



МОН рекомендує:

- «... Мінімізувати оприлюднення зйомок на територіях та в закладах освіти,
- зважаючи на безпекові виклики воєнного стану...»

МОН рекомендує:

«... Мінімізувати оприлюднення зйомок на територіях та в закладах освіти, зважаючи на безпекові виклики воєнного стану...»

Виховна година: «Як зберегти здоров'я під час військового стану!»
(5в клас, класний керівник Долока Д.О.)

Мета: формувати бажання вести здоровий спосіб життя та бережливе ставлення до свого здоров'я, поглибити знання учнів про шкідливі звички їх вплив на здоров'я, виховувати почуття відповідальності за збереження свого здоров'я, допомогти усвідомити учням, що здоров'я – це великий дар, не тільки для людини, а й для всього суспільства.

Обладнання: загадки, дерево з плодами, вислови, фото- картинки відеоролик

Хід заходу

«Здоров'я — не все, але все без здоров'я — ніщо»

Сократ

Учитель:

У кожного з вас є своя мрія і кожний мріє швидше закінчити школу отримати спеціальність, заробляти, а хто тільки мати багато грошей, бути успішним у житті і створити сім'ю. Кожна людина в житті чогось прагне. Кожна людина прагне до щастя. А що ж таке щастя?

Для когось – це гроші і влада, для когось – родина і дім, а для інших – здоров'я.

Як не дивно, але визнають за найбільшим щастя - здоров'я ті люди, які його не мають. А, цілком здорові, прагнуть до іншого.

Ми все міряємо у грошових одиницях, думаємо, перш за все, за власну вигоду, нічого не робимо задарма.

Кожна людина має цінності, запишіть на двох листочках по дві цінності про які ви бажаєте щоб були у вас, виберіть із запропонованих або додайте свої, ми потім складемо дерево. (Учні записують: краса, успіхи в навчанні, дружба з однолітками, дружня родина, здоров'я своє і близьких, багато грошей, модний одяг, щастя, благополуччя, розваги, авто, подорожі...).

У сьогоднішньому суспільстві, якщо вірити медичним дослідженням, здорових людей майже не залишилося. Більшість немовлят уже народжуються хворими: це і хронічні захворювання, і певні фізичні чи психологічні вади, спадковість та інше.

Але ж від цього залежить подальше життя всього людства! Чому ж наші діти народжуються хворими?

По-перше, це наша екологія. Стан нашої екології давно вже гірше припустимого рівня. Ми самі засмічуємо навколишнє середовище відходами промисловості, перетворюємо ліси і парки прилеглі території у сміттєзвалища, не робимо жодних зусиль, щоб покращити стан екології.

Розкажіть про те, як кожний з вас особисто турбується про навколишнє середовище! (Діти підіймають руки і розповідають)

По-друге, це наше сучасне життя. Ні для кого не буде дивним побачити майбутню маму з цигаркою в руках або з пляшкою пива. Сучасна молодь вважає, що у «невеликій кількості» це не зашкодить майбутній дитині. А немовля, яке ще в череві матері дихає цигарковим димом та отримує разом з кров'ю матері дозу алкоголю хіба може народитися здоровим ?

Впливає на наше здоров'я і спосіб життя: «просиджування» до ранку за комп'ютером, відсутність свіжого повітря, харчування... Хіба ж сьогодні часто можна побачити підлітків, які катаються на гірці чи грають у сніжки?

Так можна, але після того обов'язково діти хворіють .

А це тому, що «живуть» в Інтернеті – там дружать, сваряться, спілкуються.

Навіть є такі ,що починаючи з початкової школи ,діти палять, вживають алкогольні напої. Дуже прикро ,що дорослі на це не звертають уваги «Не моя, нехай калічить себе!»

А іноді батьки у відповідь «За своїми дивіться!»

Мало хто сьогодні робить зарядку ранком, відвідує спортивні секції... а це все впливає на наше здоров'я і навіть здоров'я майбутніх дітей.

Також на сьогоднішній день у молоді, так би мовити, проблеми з мораллю. Тобто все більше таких, хто вважає нормальними «вільні» стосунки, без зобов'язань. А це, в свою чергу, призводить до різноманітних венеричних захворювань, які також не додають здоров'я молодому організму...

Тобто, можна сказати, що на здоров'я людини впливає багато чинників – як внутрішніх, так і зовнішніх

І якщо людина буде піклуватися про себе і своїх близьких, буде дотримуватися елементарних правил гігієни, правильно харчуватися, радіти сонцю і підставляти долоні теплому весняному дощу, буде піклуватися про навколишнє середовище і допомагати своєму ближньому – то, безперечно, і здоров'я, а разом з тим і душевний стан у неї значно поліпшиться.

Учитель:

Я хочу, щоб ви уважно подивилися на деревце і сказали, чого йому не вистачає? (листя). А для того, щоб деревце дало плоди, вам потрібно йому допомогти. Для цього у вас на столах лежать листочки, на яких

написані корисні і шкідливі звички. Ваше завдання вибрати тільки корисні звички, які сприяють збереженню здоров'я і роблять наше життя гарним і щасливим.

Корисні звички (листочки). Посміхатися, бути чемним і вихованим, займатися фізкультурою, бути чесним і відкритим.

Учитель:

А тепер пройдемо загартовування, ігри на свіжому повітрі, правильне харчування, мити руки перед вживанням їжі, оберігати природу, дбати про рідних, знати свої права та обов'язки, чистити зуби

Шкідливі звички (листочки). Куріння, алкоголізм, вживання наркотиків, неповага до старших, битися з товаришами, переїдання, гризти нігті, бути злим і роздратованим, купатися у заборонених місцях, бути жадібним і заздрісним те, вживання токсичних речовин.

А зараз невеличка пауза, відгадування загадок.

Загадки

1. Волосся зачесане певним чином. (*Зачіска*)
2. Чим більше миється, тим менше стає. (*Мило*)
3. Предмет особистої гігієни. (*Люстерко*)
4. Їстівні плоди дерев та кущів, що містять вітаміни. (*Фрукти*)
5. Збудники захворювань. (*Мікроби*)
6. Речовина для чищення зубів. (*Паста*)
7. Речовина для миття волосся. (*Шампунь*)

Наступна гра

Гра «Психологи»



освіта



батьки



будинок



друзі

*- Розмістіть слова
за порядком їхньої важливості
у твоєму житті*



любов



сім'я



здоров'я



гроші

Учитель:

Зараз послухайте вислови про здоров'я.

Учні читають вислови про здоров'я.

- Здоров'я — це найвище благо, дароване людині природою. Без нього життя не може бути повноцінним і щасливим.
- Здоровим потрібно бути з раннього дитинства, добре здоров'я дається Богом та батьками, але зберігати його мусить кожен сам. Не можна розраховувати на те, що залишишся здоровим, зовсім не докладаючи до цього ніяких зусиль.
- Здоров'я в усі часи вважалося найвищою цінністю, що є важливою складовою активного творчого життя, радості та благополуччя людини. Тільки здорова, усебічно розвинена, освічена людина здатна бути справжнім творцем власної долі й долі своєї країни.
- Здоров'я людей належить до глобальних проблем, тобто таких, які мають життєво важливе значення для всього людства.
- Здоров'я — це одна з головних умов досягнення успіху в житті. Бережіть його з молодих літ, зміцнюйте й примножуйте його. Не витрачайте даремно цей безцінний скарб, дарований Природою.

Учитель:

Сьогодні ми говорили про те, яким насправді буде життя завтра, через 3, 5, 10 років чи через століття. Чи можемо ми з посмішкою та чистим сумлінням дивитись в очі нашому майбутньому.

Пам'ятайте, що ваше здоров'я – у ваших руках. Будьте здорові!

Я пропоную переглянути **відео про ваших ровесників які в період воєнного часу турбуються не тільки про свій фізичний розвиток, але й в міру своїх можливостей допомагають нашим військовим.**

<https://www.facebook.com/watch/?v=347864497659133>

***Бесіда: «Вплив засобів масової інформації, соціальної реклами на прийняття рішень щодо вибору здорового способу життя»
(6в клас, класний керівник Швидка Н.М.)***

Мета: розширити уявлення про вплив засобів масової інформації на здоров'я і поведінку людей; сприяти формуванню в учнів стійких переконань щодо дотримання правил комп'ютерної безпеки та безпеки в мережі Інтернет; розвивати здоров'язбережувальні компетенції, вміння критично аналізувати повідомлення засобів масової інформації, вміння узагальнювати та робити висновки; сприяти вихованню розуміння важливості правил відбору інформації.

Хід бесіди

Учитель:

Що таке інформація? від латинського «відомості», «роз'яснення», «виклад».....

Вправа «Інформаційне гроно»

Назвіть засоби масової інформації

1. Який вид ЗМІ сьогодні найпоширеніший?
2. Яку інформацію ви частіше за все отримуєте із ЗМІ:
 - політичну;
 - наукову;
 - пізнавальну;
 - розважальну.

3. Чи завжди довіряєте отриманій інформації?

4. Чи впливає інформація ЗМІ на ваші погляди?

Сьогодні, ми проаналізуємо вплив засобів масової інформації на здоров'я і поведінку людей та навчимося уникати інформаційної небезпеки.

Учитель:

За останніми даними соціологічних досліджень, щодня людство виробляє обсяг інформації, рівнозначний її виробленню за період від початку літочислення до 2003 року.

Вправа «Відкритий мікрофон»

Учитель: Яку роль у вашому житті відіграє інформація?

записати на ватмані відповіді.

- дізнаємось новини,
- знаходимо роботу, друзів, потрібну інформацію,
- спілкуємось з друзями...

Ви живете в інформаційному суспільстві. Радіо, телебачення, книги, журнали, газети, Інтернет дають вам інформацію. І ця інформація на вас впливає. Її вплив може бути як позитивним, так і негативним. Наприклад, знання про те, як функціонує ваше тіло, які явища характерні для вашого віку, допомагають зберігати вам своє здоров'я й нормально розвиватися. А інформація, яку ви, наприклад, отримали під час перегляду фільму жахів, може серйозно порушити вашу психіку. Постійні бійки на екрані, скажімо, роблять вас агресивними. Зраз виникла ще одна потужна проблема це «Гра в кальмара».

Новий корейський серіал показує небезпечну гру: у ній той, хто програє, помирає. Фільм став надзвичайно популярним серед дітей та підлітків: українські школярі тільки про нього й говорять. Які небезпеки несе новий серіал?

Психологи закликають зупинити «Гру в кальмара» серед дітей. За їх словами, це звичайні дитячі забавки, але тих, хто програє, «вбивають», а в реальності один раз б'ють палкою чи ременем. Такі забавки відбуваються в початковій та середній школі. Популярність таких стрічок має три причини. По-перше, подає вкрай загострену, але знайому кожному картину конкуренції, соціальної нерівності, потреби опиратися гострому стресу та виживати. По-друге, реальність такого кіно нагадує реальність комп'ютерних ігор-шутерів, тож гравцям це здається знайомим досвідом. По-третє, смертельні ігри на кшталт «Синього кита» або чутки про підпільні бої і тоталізатори з рабами підживлюють інтерес до такого кіно.

Усе це шкідливо для здоров'я.

А для здоров'я корисно рухатися.

Руханка

(Поділ на групи за кольорами аркушів на парті)

- 1 - Інтернет,
- 2 - газети,
- 3 - журнали,
- 4 - телебачення,
- 5 - радіо

1, 2, 5 група.

1 - розкажує про позитивний вплив ЗМІ;

2 - розкажує про негативний вплив ЗМІ;

5-презентує свої поради щодо безпечного користування Інтернетом

3 і 4 групи – готуються до інсценізації ситуації «вплив реклами»

Виступ 1 і 2 групи

Учитель:

Дійсно сьогодні всі засоби інформації відіграють важливу роль у нашому житті. Але іноді ми навіть не замислюємось над тим як вони впливають на наші цінності, ставлення, рішення і поведінку.

Питання Гри в Кальмара — це питання безпеки в соцмережах, батьківського контролю, розвитку критичного мислення. Звісно, такий контент та ігри, що містять насилля, негативно впливають на дітей. Але важливо розуміти, що саме приваблює конкретну дитину в такій грі. Якщо є потяг до агресивної поведінки, привід знайдеться. Це виняткова ситуація, тож треба розбиратися, що з дітьми.

Фізкультхвилинка. Гра «Відтвори емоцію смайлика»

Учитель:

Всі ви є активними користувачами соціальних мереж. І, практично щодня, спілкуєтеся один з одним за допомогою Інтернету. Віртуальне спілкування витісняє живе. Ви навчилися виражати свої емоції в Інтернеті за допомогою смайликів. А зараз ми перевіримо чи так само вправно ви можете виразити свої емоції і в реальному житті.

(на екрані з'являються смайли учням потрібно відобразити ту емоцію яку він показує)

Представлення 3 і 4 груп

Реклама — інформаційна зброя, яку ми можемо побачити з екрана телебачення, газет, листівок, а також у всесвітній мережі Інтернет.

Перегляд відео «Крупним планом: небезпеки соціальних мереж»

<https://yandex.ua/video/search?filmId=3085025766976859638&text=«Крупним%20планом%3A%20небезпеки%20соціальних%20мереж»>

Питання для обговорення:

- Підсумуємо небезпеки соцмереж....
- Послухаємо поради наших експертів група 5, які опрацювали матеріал підручника і навчать нас безпечного користування Інтернетом.

Виступ 5 групи. «Правила безпечного користування Інтернетом»

Інтернет об'єднує понад 120 млн осіб у всьому світі.

У мережі Інтернет опубліковано понад 850 млн документів.

Мабуть і всі присутні сьогодні також активні Користувачі Інтернету і мають доступ до величезної кількості інформаційних послуг - сайтів, радіо, телебачення, організацій і приватних осіб, електронної пошти, телеконференцій, оголошень, новин, чатів тощо.

Користувачі довіряють цій формі себе і свою діяльність. Проте досвід роботи в галузі комп'ютерних технологій повний прикладів несумлінного використання ресурсів Інтернет. І для того, щоб вберегти себе від небезпеки потрібно розвивати навички критичного мислення, вміння аналізувати інформацію і приймати зважені рішення.

Згадаймо правило світлофора.

Червоний – зупинись – побач і усвідом проблему.

Жовтий – стій спокійно - оціни факти, обміркуй ідеї, знайди власну думку.

Зелений – дій - прийми самостійне зважене рішення

Учитель:

Підсумок бесіди

Наше життя вирує все швидше та швидше. Інтернет уже зараз став невід'ємною його частиною. Цілком ймовірно, що у найближчому майбутньому Всесвітня мережа повністю замінить усі інші засоби зв'язку. Та давайте зупинимось на мить і замислимося, чи дійсно ми хочемо провести усе життя у віртуальному світі? Бачити аватарки – замість живих облич, смайлики – замість живих посмішок. В решті решт як та на що втрачати власний час – це вільний вибір кожного. Але пам'ятайте, що Інтернет – це лише інструмент, яким Ви користуєтесь, щоб отримати відповіді на свої питання, підготувати реферати та доповіді, спілкуєтесь, якщо між вами величезні відстані. Вчіться користуватись Інтернетом із розумом.

Недарма в багатьох цивілізаціях підлітки проходять небезпечні ініціації, щоб відчути себе повноправним членом соціуму, дорослим. У цьому є й мотив перевірки своїх сил, «на що я здатний», «що мені не слабо», самоідентифікації. У наші часи своєрідною ініціацією стає спілкування в соцмережах.

Утім, бажання пройти екстремальні випробування помолодшали й цікавлять дітей вже у 9–10 років. Окрім розмов про природу небезпечних інтернет-розваг, цікавість до таких речей зазвичай знижується, коли задовольняються потреби. Для учнів початкової школи це потреба в батьківській увазі, прийнятті, спільному дозвіллі. А для тінейджерів — розширення кола прав та обов'язків порівняно з дитинством, повага до вибору та інтересів підлітка. І, звісно, школярам потрібні не заборони, а цифрова компетентність, вміння орієнтуватися на безпечний контент. Тоді жодна гра не лякатиме батьків та вчителів.

Як реклама продуктів харчування впливає на вибір їжі учнів
(Третьякова Н.М., класний керівник 7а класу)

Як реклама продуктів харчування впливає на вибір їжі учнів

Реклама значно впливає на харчові вибори школярів, формуючи їх здоров'я та звички. Ми розглянемо механізми впливу та шляхи формування усвідомленого вибору.

Підготувала Наталія Третьякова
Класний керівник 7-А класу



Вступ: значення здорового харчування для підлітків



Здоров'я та Розвиток

Необхідні поживні речовини для росту та активності. Зміцнення імунітету.



Концентрація та Навчання

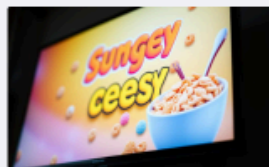
Покращення концентрації та пам'яті для успішного навчання.



Емоційний стан

Здорове харчування та позитивний емоційний стан.

Основні канали реклами, що впливають на учнів



Телебачення

Реклама харчових продуктів часто зустрічається на телебаченні, особливо під час популярних дитячих передач.



Інтернет

Онлайн-реклама в соціальних мережах, на YouTube та інших платформах є поширеним способом просування харчових продуктів.



Мобільні пристрої

Реклама в мобільних додатках та іграх на смартфонах є ефективним способом доступу до молоді.



Журнали

Реклама в журналах, що читають учні, може впливати на їх вибір продуктів.

Made with Gamma



Маніпулятивні техніки в рекламі продуктів харчування

- 1 Приваблива візуалізація**
Яскраві кольори, привабливі зображення та анімації можуть привернути увагу дітей та спонукати їх до бажання спробувати продукт.
- 2 Використання популярних персонажів**
Реклама часто використовує популярних персонажів з мультфільмів або фільмів, щоб зробити продукт більш привабливим для дітей.
- 3 Обіцянки швидкого задоволення**
Реклама акцентує увагу на швидкому задоволенні та відчутті насолоди від споживання продукту.
- 4 Неправдиві твердження**
Реклама може містити неправдиві твердження про користь продукту або його склад, щоб спонукати до покупки.

Вплив реклами на споживчі вподобання та харчові звички

Пристрасть до нездорової їжі

- 1 Реклама формує бажання споживати нездорові продукти, такі як фаст-фуд, солодощі та газовані напої.

Недостатнє споживання овочів та фруктів

- 2 Реклама рідко акцентує увагу на користі здорових продуктів, що призводить до недостатнього їх споживання.

Надлишкове споживання цукру та жирів

- 3 Реклама сприяє споживанню продуктів з високим вмістом цукру та жирів, що може призвести до ожиріння та інших проблем зі здоров'ям.



Поширені міфи та стереотипи в рекламі харчових продуктів

Здорове та смачне

Міф: нездорові продукти можуть бути смачними, а здорові - несмачними. Реальність: існує багато смачних та здорових страв.

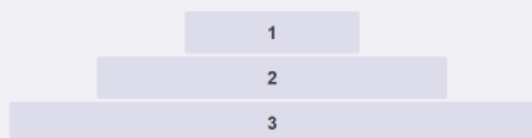
Швидке харчування - зручно

Міф: фаст-фуд - це швидкий і зручний спосіб харчування. Реальність: планування та готування здорових страв може бути настільки ж простим.

Здорові продукти - дорогі

Міф: здорові продукти - це дороге. Реальність: існують доступні та недоступні варіанти здорового харчування.

Як критично аналізувати рекламу та робити свідомий вибір



1 Перевіряйте склад продукту

Звертайте увагу на склад продукту та кількість калорій, жиру, цукру та солі.

2 Читай етикетки

Детально перевіряйте інформацію на упаковці продукту: склад, термін придатності, харчова цінність.

3 Не піддавайтесь емоційному тиску

Не купуйте продукти лише через їх привабливу рекламу. Зробіть свідомий вибір, ґрунтуючись на своїх потребах та здоров'ї.



Висновки та рекомендації щодо формування здорової харчової поведінки

Реклама харчових продуктів може бути потужним інструментом, але учні повинні вчитися критично аналізувати її та робити свідомий вибір. Здорове харчування є важливим для росту, розвитку, навчання та емоційного благополуччя. Навчайтеся готувати здорові страви, читайте етикетки, звертайтеся за порадами до дієтолога. Не забувайте, що здоровий спосіб життя - це сукупність факторів, а харчування є важливою його частиною.



Година спілкування: «Здоровий спосіб життя - це модно!»
(8а клас, класний керівник Мамренко Ю.С.)

Мета: поглиблення знань учнів з основи здоров'я; ознайомлення дітей із правильним харчуванням; сприяти пробудженню фізичної активності; формування і розвиток почуття що корисно для здоров'я, а що ні.

Обладнання: презентація, таблички.

Хід заходу

Учитель:

Добрий день! Сьогодні ми з вами виведемо формулу здоров'я.

Здоров'я - це не просто відсутність хвороб, це стан психічного, духовного, фізичного соціального благополуччя. Скажіть, будь ласка, від чого залежить здоров'я?

Головні фактори здоров'я - рух, загартовування, харчування, режим дня. Чинники, що погіршують стан здоров'я - вживання алкоголю, куріння, наркоманія.

Давайте зупинимося на цих складових більш детально.

Вікторина

Відповідь - «так» чи «ні»

1. Ви згодні, що зарядка - джерело бадьорості і здоров'я? (Так)
2. Правда, що жуйка зберігає зуби? (Ні)
3. Вірно, що від куріння щорічно гинуть 10 000 людей? (Так)
4. Правда чи ні, що банани піднімають настрій? (Так)
5. Правда, що морква уповільнює процес старіння організму? (Так)

6. Правда, що наркотики нешкідливі? *(Ні)*
7. Правда, що молоко корисніше йогурту? *(Ні)*
8. Дорослі частіше, ніж діти ламають ноги? *(Так)*
9. Правда, що треба щодня випивати 4 склянки води? *(Так)*
10. Правда, що влітку можна заpastися вітамінами на весь рік? *(Ні)*
11. Правда, що недолік сонця викликає депресію? *(Так)*
12. Правда, що дітям достатньо спати 6 годин? *(Ні)*

Учитель:

Всі, хто дав правильні відповіді на запитання, продовжують сидіти, а хто неправильні роблять стрибок вперед, назад, вгору, підрівняйте носочки і долонями дістали підлогу, потім зчепити руки за спиною і присіли кілька разів. Як можна назвати те, що ми зараз робили? Правильно! Розминка, фізкультхвилинка, одним словом - активний спосіб життя. Він сприяє зміцненню здоров'я? *(Так)*

Бесіда про чинники, що впливають на здоров'я

Учні в ході проведення **заходу** заповнюють свої таблиці.

Позитивні фактори здоров'я	Негативні фактори здоров'я

Учитель:

Підніміть, будь ласка, руки, хто ніколи не хворів?

А хто хворіє один раз на рік?

А хто хворіє два і більше разів?

Подивіться ми звикли до того, що людині природно хворіти. Але ж це не вірно. Давайте з вами запам'ятаємо, що людині природно бути здоровим. Вчені доводять, що людина повинна жити 150-200 років. Як цього можна досягти? Скажіть, що потрібно робити, щоб бути здоровим?
(Відповіді учнів)

Учитель:

А зараз давайте поговоримо про те, що негативно впливає на наше здоров'я.

Негативно на наше здоров'я впливають стреси. Стрес - це ситуація, коли ми з вами не знаємо, що нам робити далі, коли ми з кимось сперечаємося і т.д.

Скажіть, як, на вашу думку, можна зняти стрес?

Можна вийти в ліс і голосно закричати, порахувати до 10, потанцювати.

Сьогодні я навчу вас прийому швидкого зняття стресу - це вправа розтирання долоньок.

(Учні виконують вправу)

Учитель:

Ми живемо в час, коли в світі поширюється ВІЛ-інфекція. На жаль, вона є і в нашій країні. Повідомлення про це захворювання підготували ваші однокласники. Надаємо їм слово.

Повідомлення учнів про ВІЛ-інфекцію.

Учитель:

Козаки споконвіку були здоровими, міцними, що допомагало їм переносити всі негаразди і труднощі. Українці завжди були сильними. Але силу кожна людина визначає по-своєму. Для когось сильні люди - це ті, які відкрили гармонію в собі. Для когось це чесні і благородні люди, готові прийти на допомогу іншим. Але сильна людина - ще й та, у кого є сила керувати самим собою. Що потрібно робити, щоб бути сильним?

(Відповіді учнів)

Потрібно займатися спортом.

Сон дуже позитивно впливає на організм людини. Багато суперечок навколо того, скільки ж треба спати людині? Раніше стверджували, для дитини - 10-12 годин, підлітку - 9-10 годин, дорослому - 8 годин. Зараз багато хто приходить до думки, що це все індивідуально, деяким потрібно побільше, деяким менше. Але головне - людина не повинна відчувати втому після сну і бути бадьорим весь день. В іншому випадку слід звернутися до лікаря.

А тепер пограємо. Я починаю приказку або прислів'я, а ви закінчуєте прислів'я:

- Від хорошого сну ...
- Сон - найкращий ...
- Виспишся - ...

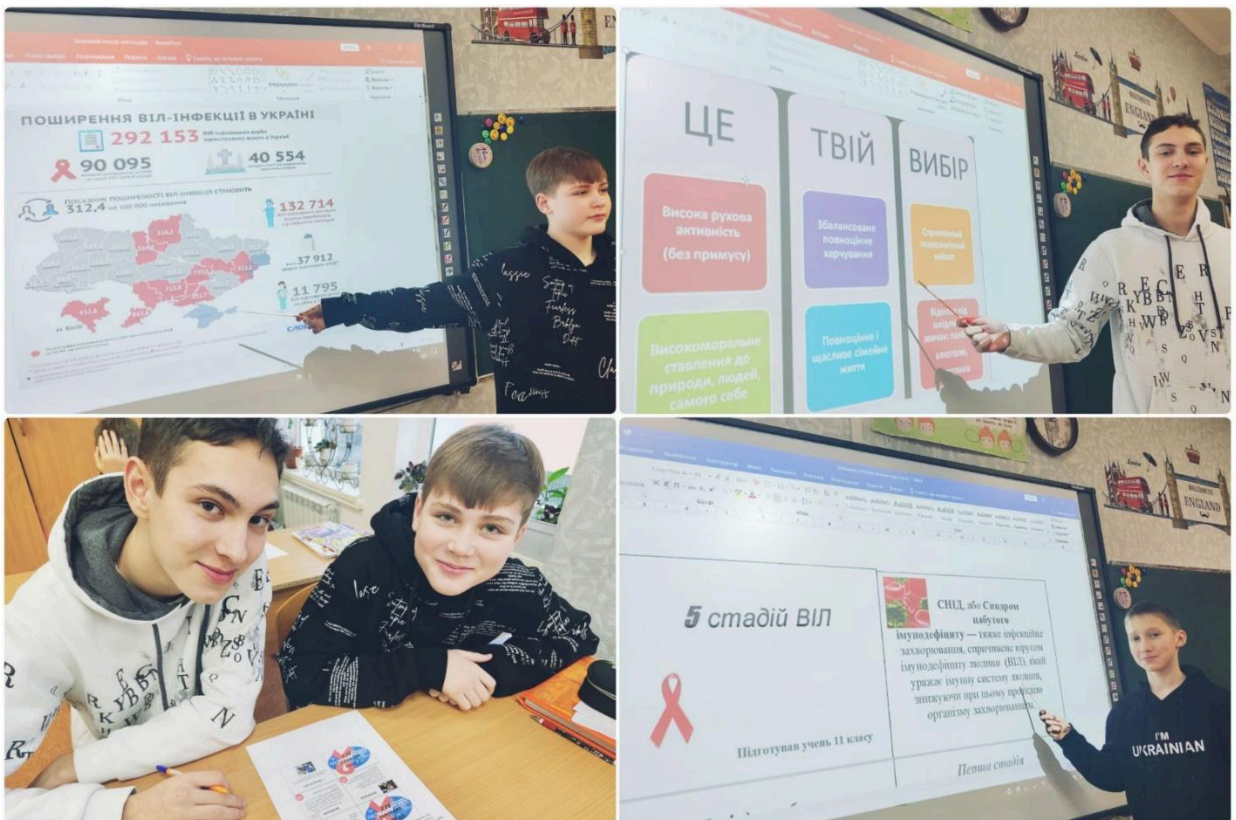
Ми ще нічого не сказали про харчування. Але ж відомо, що від харчування залежить часом все наше життя. І це правда. Відомо, що молодому, зростаючому організму щотижня потрібно 30 видів різноманітних продуктів. Давайте тепер назвемо продукти, які корисно їсти, щоб залишатися здоровими: фрукти, овочі, рибу, бобові. Зараз я буду називати корисні якості продуктів, а ви вгадайте, які саме це продукти.

1. Зелень - хороша профілактика інфаркту, покращує водний баланс, благотворно впливає при недовітності, авітамінізмі. *Салат, кріп, петрушка*
2. Давні греки і римляни не обходилися без нього ні в будні, ні в свята. Високі харчові та цілющі здібності цієї рослини відзначають більш ніж с смакові якості. Дослідження американських вчених показали, що

коріння цієї рослини - ідеальний засіб для зниження артеріального тиску. *Селера*

3. Вживання цього овоча дуже корисно для зору і для профілактики ракових захворювань. *Морква*
4. Цей овоч покращує обмін холестерину і є сильним антиалергеном. *Капуста*
5. А цей овоч покращує роботу кишечника, знижує артеріальний тиск. Наявність йоду в цьому коренеплоді робить її цінним для профілактики захворювання щитовидної залози і зміцнення імунітету. Забезпечує організм фосфором, калієм, кальцієм, натрієм і хлором. *Буряк*
6. Цей овоч малокалорійний, зате в ньому багато фолієвої кислоти, а це значить, що він прискорює виведення з організму холестерину, надлишку води і солі, підсилює здатність інсуліну знижувати рівень цукру і сприяє процесу утворення еритроцитів в крові. *Баклажани*
7. Мають загальнозміцнюючу дію. Гарні для нирок, серцево-судинної системи. Обміну речовин. *Яблука*
8. Ягода багата вітаміном С. *Чорна смородина*

При правильному харчуванні знижується захворюваність учнів, поліпшується психологічний стан дітей, піднімається настрій, а найголовніше - підвищується працездатність і інтерес до навчання.



Підсумок

Учитель: Щоб мудро життя прожити,

Знати треба чимало.

Жив мудрець, який знав все. Одна людина захотіла довести, що мудрець знає не все. Затиснувши в долонях метелика, вона запитала: «Скажи, мудрець, який метелик у мене в руках: мертвий чи живий?» а сама думає: «Скаже живий - я його причавлю, скаже мертвий - випущу». Мудрець, подумавши, відповів: «Все в твоїх руках!»

Рефлексія

Учитель:

Гра (давайте спробуємо на кожную букву слова «здоров'я» знайти слова, які мають відношення до здоров'я, здорового способу життя). Наприклад, варіанти запропоновані дітьми: - З - зарядка;

- З -
- Д -
- О -
- Р -
- О -
- В -
- Я -

Виховний захід: *«Вплив засобів масової інформації на здоров'я і поведінку людей»*

(8в клас, класний керівник Губік М.Л.)

Мета: розширити уявлення про вплив засобів масової інформації на здоров'я і поведінку людей; сприяти формуванню в учнів стійких переконань щодо дотримання правил комп'ютерної безпеки та безпеки в мережі Інтернет; розвивати здоров'язбережувальні компетенції, вміння критично аналізувати повідомлення засобів масової інформації, вміння узагальнювати та робити висновки; сприяти вихованню розуміння важливості правил відбору інформації.

Обладнання: схеми «Засоби масової інформації», картки «Лист з Інтернету», відео «Крупним планом: небезпеки соціальних мереж», відео «Безпека в Інтернеті (соціальна реклама), інформаційні картки для роботи у групах, стікери, аркуші, кольорові олівці.

Хід заходу

Учитель:

Що таке інформація? від латинського «відомості», «роз'яснення», «виклад».....

Вправа «Інформаційне гроно»

Назвіть засоби масової інформації



1. Який вид ЗМІ сьогодні найпоширеніший?
2. Яку інформацію ви частіше за все отримуєте із ЗМІ:
 - політичну;
 - наукову;
 - пізнавальну;
 - розважальну
3. Чи завжди довіряєте отриманій інформації?
4. Чи впливає інформація ЗМІ на ваші погляди?

Учитель:

Сьогодні ми проаналізуємо вплив засобів масової інформації на здоров'я і поведінку людей та навчимося уникати інформаційної небезпеки.

За останніми даними соціологічних досліджень, щодня людство виробляє обсяг інформації, рівнозначний її виробленню за період від початку літочислення до 2003 року.

Яку роль у вашому житті відіграє інформація?

Відповіді учнів:

- дізнаємось новини,
- знаходимо роботу, друзів, потрібну інформацію,
- спілкуємось з друзями...

Учитель:

Ви живете в інформаційному суспільстві. Радіо, телебачення, книги, журнали, газети, Інтернет дають вам інформацію. І ця інформація на вас впливає. Її вплив може бути як позитивним, так і негативним. Наприклад, знання про те, як функціонує ваше тіло, які явища характерні для вашого віку, допомагають зберігати вам своє здоров'я й нормально розвиватися. А інформація, яку ви, наприклад, отримали під час перегляду фільму

жахів, може серйозно порушити вашу психіку. Постійні бійки на екрані, скажімо, роблять вас агресивними. Усе це шкідливо для здоров'я. А для здоров'я корисно рухатися.

Сьогодні я ознайомлю вас з новими техніками, які допомагають людині опанувати себе.

Техніки стабілізації: Антистресове дихання

Спробуйте дихати повільно.

Вдих (рахуємо 1–2–3–4) — пауза (затримуємо дихання — на 1–2) — видих (рахуємо 1–2–3–4–5–6–7–8). Важливо, щоб видих був удвічі довшим. Робіть цю вправу не менше 10 разів.

Альтернативна вправа: уявити, що ви вдихаєте аромат квітів, а на видиху — задуваєте свічки на торті.

Фізична стабілізація

1. Пустіть прохолодну або теплу воду собі на руки. Випийте стакан води.
2. Поплескайте себе по зовнішній поверхні плечей і стегон, порухайте великими пальцями стоп, потягніться, покрутіть головою, стисніть і розтисніть кулаки, випряміть пальці. Втисніть п'яти в підлогу і зверніть увагу, як вони напружились.

Стабілізаційна техніка в уяві: Вправа «Безпечне місце»

Уявіть безпечне місце. Змалюйте собі місце, де вам добре й безпечно, спробуйте відчутти на дотик, де ви сидите, що бачите, який там запах, що приємного на смак ви відчуваєте, яка звучить музика.

Дихальна гімнастика - це природний спосіб впливати на організм із метою його оздоровлення.

Дихання і є основою людського життя, тому навчитися правильно дихати та застосовувати дихальну функцію означає забезпечити собі здорове життя.

Гімнастика для дихання слугує в багатьох цілях:

- збільшення припливу кисню в організм;
- підвищення стійкості до гіпоксії;
- збільшення об'єму легень;
- приведення в норму темпу дихання та вимови;
- зміцнення дихальної мускулатури;
- зміцнення імунітету;
- розслаблення та зняття напруги при стресі та неврозах
- покращення вентиляції нижніх відділів легень.

Демонстрація відео із технікою дихання із елементами візуалізації

для того щоб учні спробували нею скористатися:

<https://www.youtube.com/watch?v=hguSKqCOJOM>

Учитель:

Яка техніка вам сподобалася найбільше? (*бесіда з учнями*)

Перегляд відео «Крупним планом: небезпеки соціальних мереж»

<https://yandex.ua/video/search?filmId=3085025766976859638&text=«Крупним%20планом%3A%20небезпеки%20соціальних%20мереж»>

Учитель:

Підсумуємо небезпеки соцмереж....

Послухаємо поради експертів щодо безпечного користування Інтернетом.

Правила безпечного користування Інтернетом

- Інтернет об'єднує понад 120 млн осіб в усьому світі.
- У мережі Інтернет опубліковано понад 850 млн документів.
- Мабуть і всі присутні сьогодні також активні користувачі Інтернету і мають доступ до величезної кількості інформаційних послуг - сайтів, радіо, телебачення, організацій і приватних осіб, електронної пошти, телеконференцій, оголошень, новин, чатів тощо.
- Користувачі довіряють цій формі себе і свою діяльність. Проте досвід роботи в галузі комп'ютерних технологій повний прикладів несумлінного використання ресурсів Інтернет. І для того, щоб вберегти себе від небезпеки потрібно розвивати навички критичного мислення, вміння аналізувати інформацію і приймати зважені рішення.

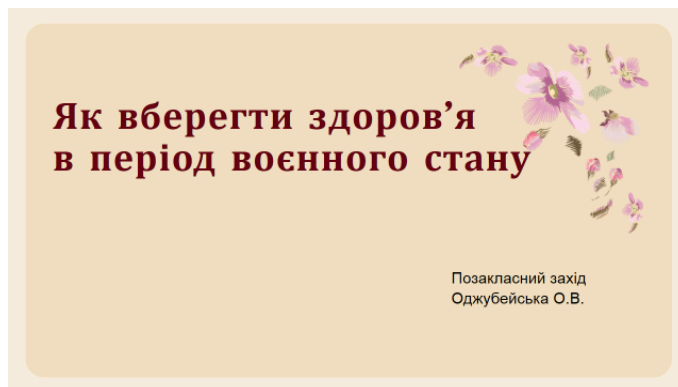
Перегляд відео «Безпека в Інтернеті (соціальна реклама)

<https://yandex.ua/video/search?filmId=1508952265532951359&text=Безпека%20в%20Інтернеті%20%28соціальна%20реклама%29&noreask=1&path=wizard>

Учитель:

Наше життя вирує все швидше та швидше. Інтернет уже зараз став невід'ємною його частиною. Цілком ймовірно, що у найближчому майбутньому Всесвітня мережа повністю замінить усі інші засоби зв'язку. Та давайте зупинимось на мить і замислимося, чи дійсно ми хочемо провести усе життя у віртуальному світі? Бачити аватарки – замість живих облич, смайлики – замість живих посмішок. В решті решт як та на що втрачати власний час – це вільний вибір кожного. Але пам'ятайте, що Інтернет – це лише інструмент, яким Ви користуєтесь, щоб отримати відповіді на свої питання, підготувати реферати та доповіді, спілкуєтесь, якщо між вами величезні відстані. Вчіться користуватись Інтернетом із розумом.

Позакласний захід:
**«Як вберегти фізичне
і психічне здоров'я в
період воєнного стану»**
(9а клас,
класний керівник
Оджубейська О.В.)



1. Вступне слово вчителя

У сучасних умовах воєнного стану збереження здоров'я набуває особливого значення. Наше фізичне та психологічне благополуччя стає основою для витривалості та здатності долати виклики, які постають перед нами щодня.

Фізичне здоров'я дозволяє нам підтримувати високий рівень енергії та активності, що важливо для виконання повсякденних завдань і збереження життєвого ритму. Регулярні фізичні вправи, збалансоване харчування та достатній сон допомагають зміцнювати імунітет, попереджувати захворювання та швидше відновлювати сили.

Психологічне здоров'я є не менш важливим. Стрес та тривога, що виникають у складні часи, можуть негативно впливати на наш загальний стан. Тому важливо вміти справлятися зі стресом, знаходити моменти для відпочинку та релаксації. Підтримка близьких, спілкування з друзями та хобі, які приносять задоволення, відіграють важливу роль у збереженні психологічної рівноваги.

Дотримання здорового способу життя не тільки допомагає зберегти фізичне та психічне здоров'я, але й сприяє підвищенню якості життя. У період воєнного стану це стає ще більш актуальним, адже здоров'я - це наш головний ресурс для подолання всіх труднощів та випробувань. Пам'ятайте, що турбота про себе і своє здоров'я - це перший крок до перемоги у будь-якій ситуації.

Таким чином, дотримуючись простих правил здорового способу життя, ми можемо зберегти свою витривалість, енергію та позитивний настрій навіть у найскладніші часи. Здоров'я - це основа нашого життя, і зберігаючи його, ми зберігаємо себе та свою здатність діяти.

2. Анкетування

1. Як ви вважаєте, що найважливіше для збереження здоров'я під час воєнного стану?

1. Відпочинок
2. Правильне харчування
3. Фізичні вправи
4. Інше (зазначте)

2. Які продукти ви вважаєте корисними для здоров'я? (можна обрати кілька варіантів)

1. Фрукти
2. Овочі
3. Молочні продукти
4. М'ясо та риба
5. Зернові

3. Як часто ви займаєтесь фізичними вправами?

1. Щодня
2. Декілька разів на тиждень
3. Один раз на тиждень
4. Рідко або ніколи

4. Які фізичні вправи ви практикуєте? (можна обрати кілька варіантів)

1. Біг
2. Йога
3. Плавання
4. Фітнес
5. Інше (зазначте)

5. Чи відчуваєте ви стрес через воєнний стан?

1. Постійно
2. Іноді
3. Рідко
4. Ніколи

6. Які методи зниження стресу ви використовуєте? (можна обрати кілька варіантів)

1. Прогулянка на свіжому повітрі
2. Медитація



3. Спілкування з друзями
 4. Заняття хобі
 5. Інше (зазначте)
7. Чи достатньо ви відпочиваєте і спите?
1. Так
 2. Ні

II. Інформаційний блок

Способи підтримання фізичного здоров'я

1. Регулярні фізичні вправи

Аеробні вправи: біг, плавання, велосипед. Ці вправи покращують серцево-судинну систему та підвищують витривалість.

Силові тренування: вправи з вагою, віджимання, присідання. Вони зміцнюють м'язи та кістки.

Гнучкість і розтяжка: йога, пілатес. Ці вправи покращують гнучкість і знижують ризик травм.



2. Збалансоване харчування

Різноманітна дієта: вживання овочів, фруктів, цільнозернових продуктів, білків та здорових жирів.

Гідратація: пиття достатньої кількості води протягом дня.

Обмеження шкідливих продуктів: уникання надмірного вживання солі, цукру, кофеїну та жирів.

3. Дотримання режиму сну

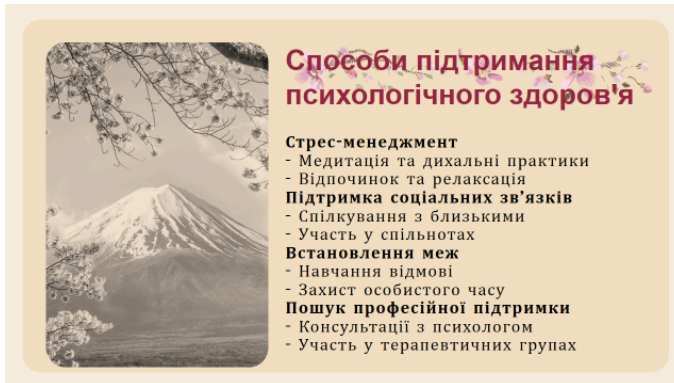
Регулярний сон: намагайтеся спати 7-9 годин на добу.

Створення спокійної атмосфери: перед сном уникайте екранних пристроїв та забезпечте тихе, темне місце для сну.

4. Відмова від шкідливих звичок

Уникання паління та алкоголю: ці звички негативно впливають на загальний стан здоров'я.

Способи підтримання психологічного здоров'я



1. Стрес-менеджмент

Медитація та дихальні практики: вони допомагають заспокоїтися та знизити рівень стресу.

Відпочинок та релаксація: виділяйте час для відпочинку, розслабляючих занять та хобі.

2. Підтримка соціальних зв'язків

Спілкування з близькими: підтримка контактів з друзями та родиною може зменшити почуття ізоляції та підвищити настрій.

Участь у спільнотах: приєднання до груп за інтересами чи волонтерство допоможуть знайти нових друзів та отримати позитивні емоції.

3. Встановлення меж

Навчання відмові: вміння відмовлятися від зайвих обов'язків допоможе уникнути перевантаження.

Захист особистого часу: виділяйте час для себе і своїх інтересів.

4. Пошук професійної підтримки

Консультації з психологом: якщо виникають складнощі, звертайтеся до професійної допомоги.

Участь у терапевтичних групах: групова терапія може бути корисною для обміну досвідом та підтримки.

Такий підхід допоможе вам підтримувати фізичне та психологічне здоров'я у складні часи.

III. Вікторина

1. Який вітамін найбільше потрібен для підтримки імунітету?

- А) Вітамін С
- В) Вітамін D
- С) Вітамін B12

Правильна відповідь: А) Вітамін С

2. Який спосіб зниження стресу є найбільш ефективним?



- А) Прогулянка на свіжому повітрі
- В) Пиття кави
- С) Гучна музика **Правильна відповідь: А) Прогулянка на свіжому повітрі**

3. Який продукт допомагає зміцнити кістки?

- А) Морква
- В) Кефір
- С) Шпинат **Правильна відповідь: В) Кефір**

IV. Практичне заняття

о Виконання простих фізичних вправ.

<https://www.youtube.com/watch?v=VAZjmPFweIk>

о Релаксаційні техніки: глибоке дихання, медитація.

<mailto:https://www.youtube.com/watch?v=kOHSw5KTKw0>

<mailto:https://www.youtube.com/watch?v=FU0jJ5hnrNc>

Заключне слово Підведення підсумків. Відповіді на питання учнів.

Виховна година: «Вплив ЗМІ на підлітків»

(9б клас, класний керівник Ларіонова Т.І.)

Мета: донести до свідомості учнів, що засоби масової інформації не лише інформують, розвивають, реалізують різноманітні сприйняття, але й відокремлюють від спілкування з реальними людьми (на дошці плакат):

Засоби масової інформації (ЗМІ), — преса, радіо, телебачення, Інтернет, кіноіндустрія, рекламні щити та панелі.



1. Бесіда

Живучи в сучасному світі, ми постійно стикаємося із засобами масової інформації. Вони настільки міцно заснувалися в нашої повсякденності, що ми навіть уявити собі не можемо свого існування без них. Для нас стало,

досить, повсякденним дивитися останні новини по улюбленому телеканалі, дізнаватися рахунок футбольного матчу на спортивному сайті через Інтернет, слухати прогноз погоди на день на хвилях полюбилася FM - радіостанції. Значення засобів масової інформації в житті сучасного суспільства важко переоцінити. Що почалося в середині 20-го сторіччя бурхливий розвиток інформаційних технологій заклало основу формування суспільства абсолютно нового типу - інформаційного суспільства. Засоби масової інформації займають у розвитку суспільства особливе місце. Їх вплив на людину починається в самому ранньому віці і продовжується все життя.



По суті справи в сучасному світі засоби масової інформації взяли на себе значну частину функцій з формування свідомості людей, виховання їх смаків, поглядів, звичок, уподобань. Людина, раніше сама особисто не стикалася з тією чи іншою проблемою, завдяки можливостям засобів масової інформації (далі ЗМІ), змогла познайомитися з найрізноманітнішими проявами життя, скласти про них певне подання, і сформувати до них певне ставлення.

Особливо сильний вплив засоби масової інформації здатні надати на формування особистості неповнолітнього.

Проте останнім часом громадськість і вчені дедалі більше відзначають посилення негативного впливу на дітей засобів масової інформації (і в першу чергу Інтернету і телебачення). Особливо потужний вплив на молодь здійснює телебачення. ТБ стає для дитини чи підлітка основним джерелом інформації. Інформація, поширювана ЗМІ, частіше за все полягає в оповіданнях про банкірів, рекетира, кілерах, топ моделях. Найпопулярніші передачі - передачі розважально-ігрового характеру. Вони не привчають міркувати, тонко відчувати, пробуджують нище, руйнівний, тварине начало в людині, а не високе, моральне, духовне. Аналіз сучасного інформаційного простору показав, що більшість комерційних каналів показують виключно бойовики і еротика упереміж з рекламою. На цьому і виховуються зараз діти.

В умовах складних соціально-економічних процесів, що відбуваються в суспільстві в останні 15 - 20 років, помітно зменшилися виховні функції сім'ї та школи. Спілкування з дітьми йде у батьків на другий план. Звідси - зростає вплив засобів масової інформації на процес соціалізації та формування

світогляду підростаючого покоління. ЗМІ, нерідко замінюючи батьків, дають результати, які не завжди легко вдається передбачити або виправити.

Наприклад, фахівці підраховали, що дошкільнята дивляться телевизор у середньому по чотири години на день. За всі шкільні роки молоді люди проводять у екрану 15 тисяч годин, а на уроках близько 11 тисяч годин, тобто значно менше часу, ніж перед екранами телевизорів. За цей час вони бачать приблизно 13 тисяч випадків насильницької смерті.

ТБ розповідає чи показує дитині більше "повідомлень", ніж батьки, друзі або вчителі і досить часто діти довіряють цим повідомленням не менше, а іноді навіть більше ніж рідним і близьким. А сучасне вітчизняне телебачення для залучення уваги широкої публіки і отримання великих прибутків від реклами схильне транслювати насильницькі та еротичні сюжети, пробуджуючи найнижчі інстинкти людини.

Якщо дорослий ще може критично оцінювати всю цю телепродукцію і відокремлювати віртуальну реальність від дійсності, то діти, з-за відсутності у них повної свідомості кордонів реальності, всі події, які відбуваються перед їх очима, сприймають як справжні. Вбивство і насильство не викликають у них почуття страху чи відрази, тому що в результаті звикання до таких телевізійним передачам побачене на екрані стає для дітей не тільки реальним, але і природним. Дитина часто ці телевізійні схеми сприймає як план для наслідування у реальному житті і у нього поступово формується кримінальний стиль мислення. Якщо тебе образили - ти повинен дати здачі і знищити кривдника, якщо ти розумієш, що не можеш досягти того, до чого прагнеш законними методами, то не страшно в чомусь переступити кордон, якщо ти багатий і сильний - закон для тебе не писаний. У результаті маємо звикання до цих сцен, формування уявлень, що основний шлях вирішення більшості проблем - насильницький, та формування вельми дивних ідеалів чи зразків для наслідування.

Поради психолога щодо впливу телебачення, комп'ютера, ЗМІ на розвиток дитини. Телебачення і здоров'я дітей

Проблема «діти і телебачення» хвилює всіх: і батьків, і педагогів, і лікарів. Сьогодні для кожної дитини телебачення стало улюбленою іграшкою або книгою. Працівники цієї галузі розраховують на те, що діти за допомогою батьків переглядатимуть передачі вибірково залежно від уподобань, віку. Адже, про що свідчать лікарі-гігієністи, більшість підлітків дивляться телевизор без розбору, від 40 хв до 2-х годин на день, тобто до 14 годин на тиждень. Таким чином, щоденний перегляд телепередач формує у дітей звичку проводити щовечора біля екрану, якою б не була передача. А кожний вільний вечір - це час для розвитку здібностей дитини, спілкування

дітей із дорослими, для ігор, під час яких дитина активно засвоює інформацію. А телепередачі не потребують від маленького спостерігача особистої участі, тому перетворюють його на пасивного глядача.

Двох-трьох дитячих передач на тиждень достатньо для підлітків. Для попередження зорового напруження під час перегляду телепередач дуже важливими є 3 моменти: відстань глядача від екрана, освітлення в кімнаті, якість зображення на екрані. Розташовуватися телевізор повинен на рівні очей сидячого або трохи нижче. Якщо дитина носить окуляри, то під час перегляду передачі їх необхідно надіти, щоб зайвий раз не напружувати зір. Таким чином, нормальний розвиток і стан здоров'я дитини залежить від режиму її дня. У багатьох випадках, у постійному порушенні режиму винне не телебачення, а ставлення до нього у сім'ї, спосіб життя якої передається дітям.

2. Практична частина

Завдання 1.

Створення схеми: «Позитивний вплив ЗМІ»

- ☐ розширює світогляд;
- ☐ інформує у всіх сферах життя людини;
- ☐ підвищує культурний та інтелектуальний потенціал;
- ☐ засіб розваг;
- ☐ засіб зв'язку.

Завдання 2.

Створення схеми: «Негативний вплив ЗМІ»

- ☐ реклама шкідливих продуктів;
- ☐ зіпсований зір;
- ☐ жорстокі кадри;
- ☐ хибна інформація.

Вплив ЗМІ на психіку людини:

- ☐ втрачається адекватність сприймання явищ;
- ☐ людина позбувається своєї індивідуальності;
- ☐ критичність мислення знижується;
- ☐ усвідомлення регресує;
- ☐ втрачається індивідуальна відповідальність;
- ☐ набуває місця імпульсивність, скрита чи відкрита агресія.

Вправа 1. «Лист з Інтернету»



Яку відповідь Ви дасте на такі питання. Обґрунтуйте вашу відповідь.

Лист 1

Привіт. Мене звати Сашко. Мені 15 років. Я живу в Києві. Шукаю друзів по переписці. Я люблю комп'ютерні ігри, читати книги, дивитися телевізор. Я мрію подорожувати. Хочу побачити Лондон.

Лист 2

Привіт. Мене звати С. Я хочу з тобою познайомитися. Мені 30 років. Я живу в США. Маю власну фірму, двоповерховий будинок. Збираюсь відвідати Україну. Може ми зустрінемося? Пришли мені своє фото та адресу.

Лист 3

Всім! Наша організація займається збиранням коштів для потерпілих від повені. Ми купуємо їжу, теплі речі для тих хто втратив домівки. Наш рахунок №12436378943.

Лист 4

Шановні громадяни! Організація «Допомога» займається збиранням коштів для безпритульних собак. Не будьте байдужими до тварин! Наш рахунок: №78923009866. Адреса організації: м. Кропивницький, вул. Соборна 7 Тел.: 0674563942

Лист 5

Шановний абонент! Ваш номер було обрано для розіграшу цінного подарунка. Для того, щоб його отримати надішліть смс з текстом «Я – переможець» на номер 4468.

Лист 6

Шановний абонент! Нагадуємо, що у вас не сплачено 90 грн за пакет послуг за тарифом «Інтернет БЕЗМЕЖ». Будь ласка, поповніть рахунок, щоб отримати пакет послуг на 4 тижні. Перевірка рахунку: *111#.

Вправа 2 «Складання рейтингу телепередач»

1. Запропонуйте своїм батькам виконати цю вправу разом. Виберіть час і обговоріть телевізійні передачі, які ви дивитеся (мінімум 5). Обговорення ведіть за таким планом:

Запишіть список телепередач, які ви дивитеся.

Дайте відповіді на запитання:

- З якою метою ми дивимося цю передачу?
- Що нам подобається в цій передачі?
- Що нам не подобається в цій передачі?
- На скільки ця передача відповідає нашим інтересам?
- Чи можемо ми відмовитися від цієї передачі?

2. Проаналізуйте свої відповіді і побудуйте рейтинг телепередач, починаючи з тих, які вам дуже подобаються і від яких ви не хочете відмовлятися, і до тих, які можна було б не дивитися. Запишіть рейтинг.

3. Прийміть рішення, які телепередачі ви залишаєте для перегляду, а від яких відмовитеся.

4. Зробіть висновок.

3. Підведення підсумків

Година спілкування:
«Роль і значення засобів масової інформації у суспільстві в цілому, у житті дітей і молоді зокрема. Функції ЗМІ»
(Андрєєва А.В., класний керівник 9в класу)



«Роль і значення засобів масової інформації у суспільстві в цілому, у житті дітей і молоді зокрема. Функції ЗМІ»

(Андрєєва А.В., класний керівник 9в класу)

Презентація на тему: «Роль і значення засобів масової інформації у суспільстві в цілому, у житті дітей і молоді зокрема. Функції ЗМІ»:

План:

1. Вступ
2. Роль та значення ЗМІ
У політичній системі
Теорія соціального розвитку
Соціальні ЗМІ і молодь
Ідентифікація глядача з особою, представленим ЗМІ
Результати дії ЗМІ
3. Функції ЗМІ
4. Висновок

План:

1. Вступ
2. Роль та значення ЗМІ
 - » У політичній системі
 - » Теорія соціального розвитку
 - » Соціальні ЗМІ і молодь
 - » Ідентифікація глядача з особою, представленим ЗМІ
 - » Результати дії ЗМІ
3. Функції ЗМІ
4. Висновок

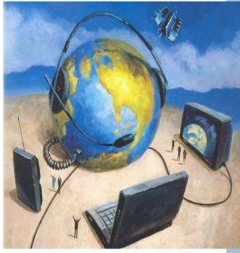


1. Вступ

Дослідження ролі, значення і впливу ЗМІ на особистість та суспільство є дуже актуальним на сьогоднішній день. Воно здійснюється соціальною педагогікою, соціологією і психологією.

Соціологія і психологія вивчають більшою мірою механізми впливу на аудиторію, а соціальна педагогіка - способи досягнення прогнозованого впливу.

1. Вступ



- Дослідження ролі, значення і впливу ЗМІ на особистість та суспільство є дуже актуальним на сьогоднішній день. Воно здійснюється соціальною педагогікою, соціологією і психологією. Соціологія і психологія вивчають більшою мірою механізми впливу на аудиторію, а соціальна педагогіка – способи досягнення прогнозованого впливу.

2. Значення та роль ЗМІ

Роль та значення засобів масової інформації в житті сучасного суспільства важко переоцінити. Вони настільки міцно вкорінилися в нашої повсякденності, що ми навіть уявити собі не можемо свого існування без них. Для нас стало, доволі повсякденним переглядати останні новини по улюбленому телеканалу, дізнаватися рахунок футбольного матчу на спортивному сайті через мережу Інтернет, слухати прогноз погоди на день на хвилях FM-радіостанцій.

Бурхливий розвиток інформаційних технологій, що розпочався в середині 20 століття заклав основу формування суспільства взагалі нового типу – інформаційного суспільства. Засоби масової інформації займають у розвитку суспільства особливе місце. Їх вплив на людину починається у самому ранньому віці і продовжується на протязі всього життя. Взагалі, в сучасному світі засоби масової інформації взяли на себе значну функцію з формування свідомості людей, вихованню їх ціннісних орієнтацій, смаків, поглядів, звичок, вподобань. Людина, яка раніше сама не стикалася з тією чи іншою проблемою, завдяки можливостям засобів масової інформації, змогла познайомитися із найрізноманітнішими виявами суспільного життя, скласти про них певне уявлення та сформувати до них певне відношення.

2. Значення та роль ЗМІ

Роль та значення засобів масової інформації в житті сучасного суспільства важко переоцінити. Вони настільки міцно вкорінилися в нашої повсякденності, що ми навіть уявити собі не можемо свого існування без них. Для нас стало, доволі повсякденним переглядати останні новини по улюбленому телеканалу, дізнаватися рахунок футбольного матчу на спортивному сайті через мережу Інтернет, слухати прогноз погоди на день на хвилях FM-радіостанцій. Бурхливий розвиток інформаційних технологій, що розпочався в середині 20 століття заклав основу формування суспільства взагалі нового типу – інформаційного суспільства.

Засоби масової інформації займають у розвитку суспільства особливе місце. Їх вплив на людину починається у самому ранньому віці і продовжується на протязі всього життя. Взагалі, в сучасному світі засоби масової інформації взяли на себе значну функцію з формування свідомості людей, вихованню їх ціннісних орієнтацій, смаків, поглядів, звичок, вподобань.

Людина, яка раніше сама не стикалася з тією чи іншою проблемою, завдяки можливостям засобів масової інформації, змогла познайомитися із найрізноманітнішими виявами суспільного життя, скласти про них певне уявлення та сформувати до них певне відношення.

У політичній системі демократичного суспільства засоби масової інформації (ЗМІ) відіграють важливу роль.

Політика як сфера суспільної діяльності найбільше потребує засобів масової інформації для встановлення і підтримки постійних зв'язків між її суб'єктами. Політика є неможлива без опосередкованих форм спілкування і спеціальних засобів зв'язку між різними носіями влади, а також між державою та громадянами. У сучасному суспільстві ЗМІ все більше виступають не лише необхідною передавальною ланкою у складі механізмів політики, але й її творцем.



ЗМІ забезпечують представникам різних суспільних груп можливість публічно виражати свої думки, знаходити та об'єднувати однодумців, чітко формулювати та представляти в громадській думці свої інтереси.

Без преси, телебачення, радіомовлення жоден громадянин не може правильно зорієнтуватися у політичних процесах, визначити свою політичну орієнтацію, приймати відповідальні рішення. Наявність демократично організованих ЗМІ, здатних об'єктивно висвітлювати політичні події, одна із найважливіших гарантій стабільності демократичної держави. Проте історичний досвід свідчить, що ЗМІ можуть служити різним, не тільки демократичним, політичним цілям: як розвивати у людей прагнення до свободи, соціальної справедливості, допомагати їм у компетентній участі в політиці, так і духовно закріпачувати, дезінформувати, залякувати населення, сіяти недовіру і страх.

У політичній системі демократичного суспільства засоби масової інформації (ЗМІ) відіграють важливу роль.

Політика як сфера суспільної діяльності найбільше потребує засобів масової інформації для встановлення і підтримки постійних зв'язків між її суб'єктами. Політика є неможлива без опосередкованих форм спілкування і спеціальних засобів зв'язку між різними носіями влади, а також між державою та громадянами.

У сучасному суспільстві ЗМІ все більше виступають не лише необхідною передавальною ланкою у складі механізмів політики, але й її творцем.

ЗМІ забезпечують представникам різних суспільних груп можливість публічно виражати свої думки, знаходити та об'єднувати однодумців, чітко формулювати та представляти в громадській думці свої інтереси. Без преси, телебачення, радіомовлення жоден громадянин не може правильно зорієнтуватися у політичних процесах, визначити свою політичну орієнтацію, приймати відповідальні рішення.

Наявність демократично організованих ЗМІ, здатних об'єктивно висвітлювати політичні події, одна із найважливіших гарантій стабільності демократичної держави. Проте історичний досвід свідчить, що ЗМІ можуть служити різним, не тільки демократичним, політичним цілям: як розвивати у людей прагнення до свободи, соціальної справедливості, допомагати їм у компетентній участі в політиці, так і духовно закріпачувати, дезінформувати, залякувати населення, сіяти недовіру і страх.

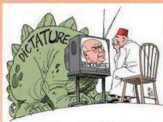
Політичне маніпулювання

Політичне маніпулювання.

Під поняттям "політичне маніпулювання" розуміють приховане управління політичною свідомістю та поведінкою людей з метою примусити їх до дії (бездіяльності) всупереч власним інтересам. Маніпулювання здійснюється непомітно для тих, ким управляють; воно не тягне за собою безпосередніх жертв і крові, не потребує величезних матеріальних затрат. Політичне маніпулювання переважно ґрунтується на систематичному впровадженні у масову свідомість соціально-політичних міфів.

Способи політичного маніпулювання:

- пряма підтасовка фактів;
- замовчування невідгідної інформації,
- розповсюдження брехні та наклепів;
- напівправа (висвітлення конкретних, незначущих деталей при одночасному замовчуванні більш важливих фактів або загальна неправдива інтерпретація подій);
- навішування ярликів для компрометації політиків чи політичних ідей тощо.



Під поняттям "політичне маніпулювання" розуміють приховане управління політичною свідомістю та поведінкою людей з метою примусити їх до дії (бездіяльності) всупереч власним інтересам.

Маніпулювання здійснюється непомітно для тих, ким управляють; воно не тягне за

собой безпосередніх жертв і крові, не потребує величезних матеріальних затрат. Політичне маніпулювання переважно ґрунтується на систематичному впровадженні у масову свідомість соціально-політичних міфів.

Способи політичного маніпулювання:

- пряма підтасовка фактів;
- замовчування невідгідної інформації, розповсюдження брехні та наклепів;
- напівправа (висвітлення конкретних, незначущих деталей при одночасному замовчуванні більш важливих фактів або загальна неправдива інтерпретація подій);
- навішування ярликів для компрометації політиків чи політичних ідей тощо.

Теорія соціалізації (теорія соціального розвитку)

Завдяки тривалому впливу ЗМІ на споживачів, вони стають джерелом знань про світ.

Сучасні діти нерідко від 2 до 4 годин проводять біля телевізора, що робить його важливим елементом соціального розвитку. За допомогою телебачення вони дізнаються про світ дорослих, їх поведінку, починають виконувати соціальні ролі, властиві дорослим.

Спрямованість телебачення на дитячу та молодіжну аудиторію з використанням методів, прийомів і засобів, орієнтованих на їх психологію (елементи розважальності, змагальності, новизни, азарту і ін.), сприяє найбільшому впливу на них.

Невипадково саме на дітях більшою мірою видна позитивна і негативна роль засобів масової інформації.

Соціальні ЗМІ і молодь

Слід допомагати батькам і дітям, заохочуючи до користування ЗМІ без шкоди для здоров'я та закликаючи батьків запобігати виникненню проблем «кіберпере-слідування», «Facebook-депресії», секстингу (відправлення повідомлень сексуального характеру), впливові небажаного контенту, зменшенню фізичної активності та збільшенню споживання неякісних продуктів.

Як показали дослідження, перевагами використання дітьми та підлітками різних форм соціальних ЗМІ в повсякденній діяльності є розширення спілкування, створення соціальних зв'язків і навіть набуття технічних навичок.

Такі сайти соціальних ЗМІ, як Facebook і MySpace, пропонують різноманітні щоденні можливості для спілкування друзів, однокласників і людей зі спільними інтересами.

Ідентифікація глядача з особою, представленим ЗМІ

Ідентифікація глядача з особою, представленим ЗМІ людина, бачачи життєво реальні ситуації, нерідко подумки (віртуально) проживає пропоновані сюжети, що посилює ефект впливу. Особливо це характерно для дітей, які ідентифікують себе з героєм передачі, переживаючи його радості і печалі.

Ідентифікація глядача з особою, представленим ЗМІ

Ідентифікація глядача з особою, представленим ЗМІ Людина, бачачи життєво реальні ситуації, нерідко подумки (віртуально) проживає пропоновані сюжети, що посилює ефект впливу. Особливо це характерно для дітей, які ідентифікують себе з героєм передачі, переживаючи його радості і печалі. Напружене очікування, сформоване змістом інформації і способом її подання У аудиторії виникає збудження, нетерпіння і готовність до подальшого взаємодії зі ЗМІ - наслідки, що позначаються на ставленні людини до реального життя, навколишніх людей. Захоплення телебаченням і особливо інтенсивне спілкування в Інтернеті призводять до формування так званих «віртуальних» (що не мають фізичного втілення або відрізняються від реально існуючого) інтересів, потреб, способу життя. Така людина живе нереальними поглядами, ідеями, йому нудно від природного життя, його проблем, її постійно тягне до комп'ютера (телевізора), з ним їй цікаво, вона відчуває себе комфортно.



Соціальні ЗМІ і молодь

Слід допомагати батькам і дітям, заохочуючи до користування ЗМІ без шкоди для здоров'я та закликаючи батьків запобігати виникненню проблем «кіберпереслідування», «Facebook-депресії», секстингу (відправлення повідомлень сексуального характеру), впливові небажаного контенту, зменшенню фізичної активності та збільшенню споживання неякісних продуктів.

Як показали дослідження, перевагами використання дітьми та підлітками різних форм соціальних ЗМІ в повсякденній діяльності є розширення спілкування, створення соціальних зв'язків і навіть набуття технічних навичок. Такі сайти соціальних ЗМІ, як Facebook і MySpace, пропонують різноманітні щоденні можливості для спілкування друзів, однокласників і людей зі спільними інтересами.



Напружене очікування, сформоване змістом інформації і способом її подання У аудиторії виникає збудження, нетерпіння і готовність до подальшого взаємодії зі ЗМІ - наслідки, що позначаються на ставленні людини до реального життя, навколишніх людей. Захоплення телебаченням і особливо

інтенсивне спілкування в Інтернеті призводять до формування так званих «віртуальних» (що не мають фізичного втілення або відрізняються від реально існуючого) інтересів, потреб, способу життя. Така людина живе нереальними поглядами, ідеями, йому нудно від природного життя, його проблем, її постійно тягне до комп'ютера (телевізора), з ним їй цікаво, вона відчуває себе комфортно.

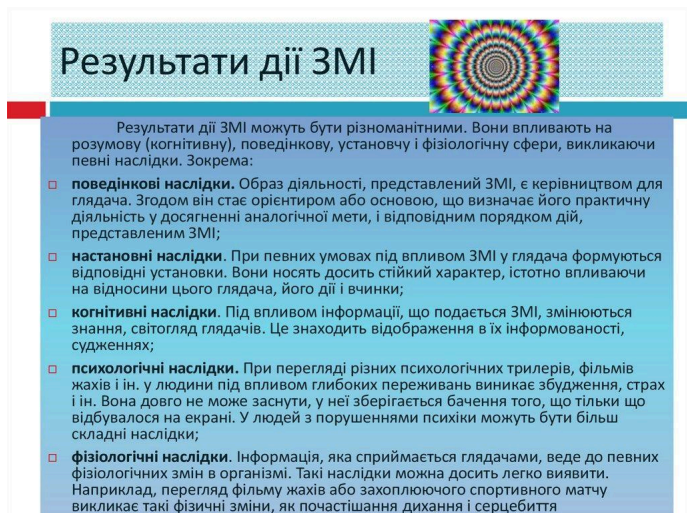
Результати дії ЗМІ

Результати дії ЗМІ можуть бути різноманітними. Вони впливають на розумову (когнітивну), поведінкову, установчу і фізіологічну сфери, викликаючи певні наслідки. Зокрема:

- **поведінкові наслідки.** Образ діяльності, представлений ЗМІ, є керівництвом для глядача. Згодом він стає орієнтиром або основою, що визначає його практичну діяльність у досягненні аналогічної мети, і відповідним порядком дій, представленим ЗМІ;
- **настановні наслідки.** При певних умовах під впливом ЗМІ у глядача формуються відповідні установки. Вони носять досить стійкий характер, істотно впливаючи на відносини цього глядача, його дії і вчинки;
- **когнітивні наслідки.** Під впливом інформації, що подається ЗМІ, змінюються знання, світогляд глядачів. Це знаходить відображення в їх інформованості, судженнях;
- **психологічні наслідки.** При перегляді різних психологічних трилерів, фільмів жахів і ін. у людини під впливом глибоких переживань виникає збудження, страх і ін. Вона довго не може заснути, у неї зберігається бачення того, що тільки що відбувалося на екрані. У людей з порушеннями психіки можуть бути більш складні наслідки;
- **фізіологічні наслідки.** Інформація, яка сприймається глядачами, веде до певних фізіологічних змін в організмі. Такі наслідки можна досить легко виявити.

Наприклад, перегляд фільму жахів або захоплюючого спортивного матчу викликає такі фізичні зміни, як пошвидшення дихання і серцебиття.

Функції ЗМІ



Серед найважливіших функцій ЗМІ виділимо такі:

- 1) інформаційна функція;
- 2) освітня функція;
- 3) функція соціалізації;
- 4) функція критики і контролю;
- 5) мобілізаційна функція;
- 6) оперативна;
- 7) художньо-репродуктивна функція;
- 8) художньо-продуктивна функція;
- 9) функція розваги.

3. Функції ЗМІ

Серед найважливіших функцій ЗМІ виділимо такі:

- 1) інформаційна функція;
- 2) освітня функція;
- 3) функція соціалізації;
- 4) функція критики і контролю;
- 5) мобілізаційна функція;
- 6) оперативна;
- 7) художньо-репродуктивна функція;
- 8) художньо-продуктивна функція;
- 9) функція розваги.



Висновок

4. Висновок

□ У сучасних умовах роль ЗМІ у формуванні суспільної свідомості людини значно зростає. Засоби інформації в сучасному світі є важливою частиною духовного виробництва. ЗМІ є комплексом інститутів і установ суспільства, породжують єдиний інформаційний простір, що консолідує думки, почуття, бажання людей в єдину суспільну думку.



У сучасних умовах роль ЗМІ у формуванні суспільної свідомості людини значно зростає. Засоби інформації в сучасному світі є важливою частиною духовного виробництва. ЗМІ є комплексом інститутів і установ суспільства, породжують єдиний інформаційний простір,

що консолідує думки, почуття, бажання людей в єдину суспільну думку.



Бібліотекарі
закладу
провели для
учнів ГПД
2-3 класів
виховний
захід
«Обирай
здоров'я!».



Керівники гуртків ЦДЮТ «Сузір'я» «Паперопластика» (Доленюк Л.В.) та «Театральний» (Горковенко О.М.) провели захід для вихованців гуртків (2 рік навчання) «Ми відповідальні за своє здоров'я». Під час заходу діти подивилися мотивуючу соціальну рекламу, обговорили її; пограли у гру «Крокодил» - відгадай спорт»; поговорили як війна впливає на стан здоров'я і як його зберегти; намалювали «Квітку здорового способу життя»; закінчили захід руханкою.

Педагог - організатор Горковенко О.М., залучившись підтримкою вихованців молодшої групи театрального гуртка «Посмішка» та членів УРС Білостоцької Поліни (6б клас) та Пронічева В'ячеслава (6в клас), провела виховний захід «Здорова Молодь - здорова нація» для учнів 1-их та 3-іх класів. Під час заходу поговорили про вплив соціальної реклами: корисна і не корисна реклама; подолання стресу; вплив соціальних мереж на фізичне і психологічне здоров'я.









Зміст

1. Наказ від 20.01.2025 року № 35-о «Про проведення Тижня безпеки життєдіяльності на тему «Вплив засобів масової інформації, соціальної реклами на прийняття рішення щодо вибору здорового способу життя» (як зберегти здоров'я в звичайних умовах та в період воєнного стану)».....	3
2. Наказ від 07.02.2025 року № 41-о «Про підсумки проведення Тижня безпеки життєдіяльності на тему «Вплив засобів масової інформації, соціальної реклами на прийняття рішення щодо вибору здорового способу життя» (як зберегти здоров'я в звичайних умовах та в період воєнного стану)».....	12
3. Квест-гра: «Як ми дбаємо про здоров'я» (1а клас, класний керівник Башкірова Ю.О.).....	16
4. Виховна година: «Вплив реклами на рішення людини. Види реклами» (1б клас, класний керівник Сластьонова В.М.)	20
5. Година спілкування: «Як зберігати здоров'я в період воєнного часу» (2в клас, класний керівник Шевченко Л.В.)	23
6. Виховна година: «Вплив реклами на здорове харчування» (2г клас, класний керівник Долока С.М.).....	28
7. Інтерактивне заняття з елементами гри: «Реклама – це добре чи погано? Вплив засобів масової інформації та соціальної реклами на вибір здорового способу життя» (3б клас, класний керівник Купріянова В.В.).....	34
8. Виховна година: «Будьмо здорові» (4а клас, класний керівник Отліванова О.М.).....	43
9. Виховний захід: «Інтернет: безпека та небезпека» (4г клас, класний керівник Кучмистенко Т.М.).....	48
10. Виховний захід: «Як зберегти здоров'я під час війни» (5б клас, класний керівник Вільшанкова В.Ю.).....	53
11. Година спілкування: «Інформаційна безпека. Вплив засобів масової інформації на здоров'я і поведінку дітей» (6б клас, класний керівник Дигас О.С.).....	54
12. Виховна година: «Як зберегти здоров'я під час військового стану!» (5в клас, класний керівник Долока Д.О.).....	58
13. Бесіда: «Вплив засобів масової інформації, соціальної реклами на прийняття рішень щодо вибору здорового способу життя» (6в клас, класний керівник Швидка Н.М.).....	62
14. Виховний захід: «Як реклама продуктів харчування впливає на вибір їжі учнів» (Третякова Н.М., класний керівник 7а класу) ...	

15. Година спілкування: «Здоровий спосіб життя - це модно!» (8а клас, класний керівник Мамренко Ю.С.)..... 69
16. Виховний захід: «Вплив засобів масової інформації на здоров'я і поведінку людей» (8в клас, класний керівник Губік М.Л.)..... 73
17. Виховний захід: «Як вберегти фізичне і психічне здоров'я в період воєнного стану» (9а клас, класний керівник Оджубейська О.В.) 76
.....
18. Виховна година: «Вплив ЗМІ на підлітків» (9б клас, класний керівник Ларіонова Т.І.)..... 80
19. Година спілкування: «Роль і значення засобів масової інформації у суспільстві в цілому, у житті дітей і молоді зокрема. Функції ЗМІ» (Андрєєва А.В., класний керівник 9в класу)..... 85
20. Фотоінформація про проведені заходи..... 92