

Тақырыбы:

Шылым шегудің зияны

Мақсаты:

Оқушыларға шылым шегудің адам денсаулығына, психологиясына және қоғамға тигізетін зиянын түсіндіру, салауатты өмір салтын ұстануға баулу.

Міндеттері:

- Шылым шегудің ағзаға әсері туралы білім беру
- Жаман әдеттерден аулақ болуға тәрбиелеу
- Оқушылардың өз пікірін еркін айтуына мүмкіндік беру

Көрнекіліктер:

Презентация, бейнеролик, суреттер, плакаттар, статистикалық деректер

Барысы:

I. Ұйымдастыру кезеңі (2–3 минут)

Сәлемдесу.

Оқушылардың назарын сабаққа аудару.

Мұғалімнің кіріспе сөзі:

– Бүгін біз өте маңызды тақырыпты қозғаймыз. Ол – шылым шегудің зияны және оның адам өміріне әсері.

II. Негізгі бөлім (15–20 минут)

1. Шылым шегу дегеніміз не?

Шылым шегу – никотинге тәуелділік тудыратын зиянды әдет.

2. Шылымның адам ағзасына зияны:

- Өкпе аурулары (бронхит, өкпе обыры)
- Жүрек-қан тамыр аурулары
- Имунитеттің төмендеуі
- Тістің сарғаюы, жағымсыз иіс
- Ерте қартаю

3. Психологиялық және әлеуметтік зияны:

- Тәуелділік
- Ашушандық
- Оқу үлгерімінің төмендеуі
- Қаржылық шығын

4. Электронды темекі мен вейптің зияны

Олар да қауіпсіз емес, құрамында улы заттар бар.

III. Пікірталас (5–7 минут)

Сұрақтар:

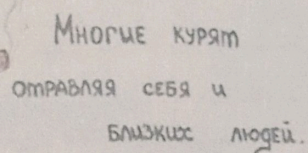
- Неліктен жастар шылым шеге бастайды?
- Шылымнан бас тарту қиын ба?
- Салауатты өмір салты дегеніміз не?

Оқушылардың жауаптарын тыңдау.

IV. Қорытынды (5 минут)

Мұғалімнің қорытынды сөзі:

– Денсаулық – ең қымбат байлық. Шылым шегу болашаққа балта шабу екенін ұмытпайық.



Я НЕ КУРЮ
И ЭТО МНЕ ПРАВИТСЯ

