

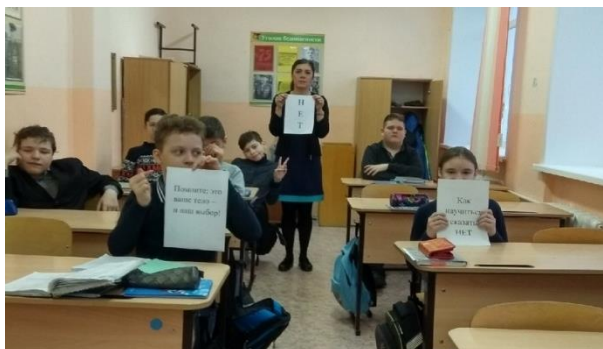
«Как научиться сказать «Нет»»

23 января психологами МАОУ «СОШ №30» был проведен классный час на тему: «Как научиться сказать «Нет» с 5 классами.

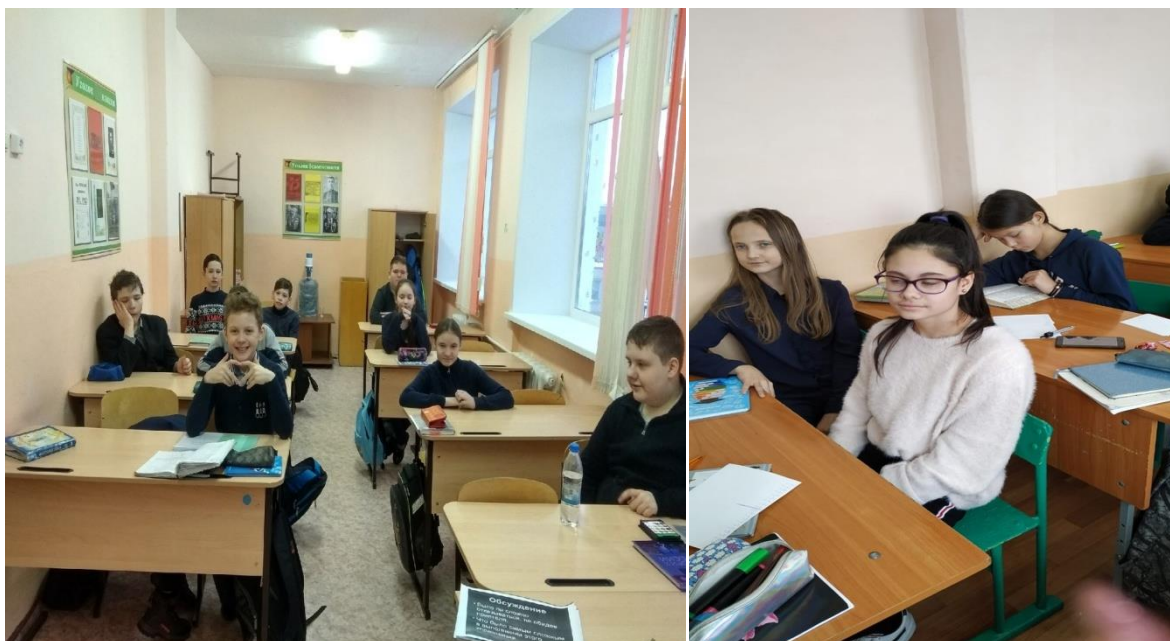
Цель мероприятия: ознакомление учащихся с формами отказа от табака, алкоголя и наркотика.

Задачи:

- обучить учащихся способам сопротивления негативному давлению со стороны окружающих;
- вовлечь учащихся в деятельность по формированию и сохранению собственного здоровья;
- подвести учащихся к выработке нравственной позиции по отношению к вредным привычкам;
- пропагандировать здоровый образ жизни; развивать внимание, речь.



Разговор с классом о связи самоуважения и склонности к вредным привычкам.



3. Анкета «Моя самооценка», анализ возможности высокой самооценки и последствий низкой.



Обсуждение в малых группах «Как научиться думать о себе положительно».

Отрабатывание навыка использования обучающимися техники 5 шагов в «давящих» ситуациях.



Проигрывание формы отказа по ситуациям.



Рефлексия «Мое тело – мой выбор».

