

## Тема: «Полезные и вредные привычки»

**Цели :**Получить представление о полезных и вредных привычках.

### Введение в тему.

**ПРИВЫЧКА-** поведение, образ действий, склонность ,ставшие для кого-нибудь в жизни обычными, постоянными.

-То есть привычка- это то, что мы делаем постоянно.

-А у вас есть привычки?

- Внимательно рассмотрите данные рисунки.



-Как вы думаете, на какие две группы можно разделить изображённые на рисунках действия детей? Можно ли данные действия назвать привычками? **(На полезные и вредные привычки.)**

### К чему приводят *вредные привычки*?

Употребления табака, алкоголя у человека сначала развивается! п р и в ы ч к а , а затем з а в и с и м о с т ь (болезнь). Человеку, который имеет вредную привычку, и затем впоследствии попадает в зависимость, очень трудно отказаться от данной зависимости.

-Какой следует отсюда вывод?

Лучше всего не иметь привычки -это не начинать пробовать вообще!!!

### Внимательно прочтите задания и выполните его.

1. Прочитай список привычек.
2. Выбери из списка полезные привычки и поставь напротив каждой «+».

### Список привычек:

- спать с открытой форточкой
- обманывать
- умываться
- чистить зубы
- грызть ногти
- сутулиться
- класть вещи на место
- выполнять домашнее задание
- делать ежедневно зарядку
- пропускать уроки
- говорить правду
- лениться
- читать лёжа
- мыть за собой посуду
- драться
- конфликтовать

-Итак, какой можно сделать вывод?

*-Привычки есть у каждого. Они разные: плохие или вредные, хорошие или полезные. Одни привычки со временем проходят, другие – появляются третьи - остаются с человеком на всю жизнь.*

**Нарисуй свои « Полезные и вредные привычки»**

--	--