**Дата: 21.02.2025р. Урок: Основи здоров’я Клас: 8-А**

**Тема: Психологічні і соціальні наслідки ранніх статевих стосунків, підліткової вагітності.**

**Мета:** сформувати поняття про фізіологічну та соціальну зрілість, їх ознаки; поглибити уявлення учнів про небезпеку для здоров’я раннього статевого життя і вагітності неповнолітніх;

розвивати здоров’язбережувальну компетентність шляхом набуття учнями навичок здорового способу життя та безпечної поведінки;

виховувати розуміння необхідності побудови стосунків між дівчатками та хлопцями на основах дружби і поваги; виховувати свідоме ставлення до свого життя і здоров’я.

**Тип уроку:** засвоєння нових знань, вмінь і навичок.

**Хід уроку**

**Перегляд відеоуроку за посиланням**

**<https://youtu.be/KAq6HHgSeRY?si=h13Z5iJIVG-BwpB> .**

1. **Організаційна частина.**
2. **Привітання, створення позитивного настрою.**

Продовжіть речення. Мені сказали … Мені пощастило…

У Гренландії, навіть коли за вікном температура повітря сягає позначки -400С місцеві жителі вітаються один до одного словами «Гарна погода!». То ж давайте привітаємось по-гренландськи.

**II. Активізація опорних знань і практичного досвіду учнів.**

Зворотний зв’язок.

***Мозковий штурм «Фактори, що негативно впливають на репродуктивне здоров’я».***

**ІІІ. Мотивація навчальної діяльності. Повідомлення теми і мети уроку**

Протягом другої половини XX ст. і на початку третього тисячоліття спостерігається стійка тенденція як у Європі, так і в Україні зниження віку сексуального "дебюту" молоді та підлітків. Переважно для періоду початку статевого життя характерна повна непоінформованість або недостатня інформованість партнерів щодо можливих негативних та небезпечних наслідків незахищених сексуальних стосунків.

**Тема уроку…**

**ІV.Основна частина.**

**Репродуктивне здоров’я –** це стан повного фізичного, психічного та соціального благополуччя, що характеризує здатність до зачаття й народження дітей, можливість сексуальних відносин без загрози захворювань, що передаються статевим шляхом, гарантія безпеки, пологів, виживання та здоров’я дитини, благополуччя матері, можливість планування наступних вагітностей і попередження небажаної вагітності.

1. Обговорення ситуації у параграфі підручника

*Причини порушення репродуктивного здоров’я*:

* Недотримання правил особистої гігієни;
* Хронічні інфекції;
* Гострі інфекційні хвороби;
* Переохолодження;
* Шкідливі звички;
* Раннє й безладне статеве життя;
* Аборти.

*1. Що таке раннє статеве життя.*

**Раннє статеве життя –** це початок сексуальних стосунків до того моменту, як молода людина стала зрілою: біологічно, психологічно та соціально.

***Причини раннього статевого дозрівання:***

- **надлишкова вага дітей** (наростаючий вплив гормону лептину, що виробляється в жировій тканині). Кожне наступне покоління має все більшу середню вагу, оскільки  збільшуються жирові запаси організму і рівень лептину. Джерелом цього процесу є те, що  сучасні діти споживають більше калорійної їжі, в тому числі фаст-фуду, і менше свіжих овочів, фруктів, менше ходять пішки, менше рухаються;

- постійний **стрес** в сім'ї, відсутність стабільності в навколишньому середовищі їх (спрацьовує древній еволюційний механізм, що стимулює більш ранню передачу генетичного матеріалу новому поколінню);

- **вплив шкідливих речовин** **у харчуванні** (можливо, вживання у їжу м’яса, вирощеного з використанням гормонів росту) та навколишньому середовищі (екологічні чинники та використання хімічних сполук у побуті).

Інтимні статеві стосунки – частина повноцінного життя більшості **дорослих** людей

**2.Вправа "Асоціативний кущ".**

* Чи можна сказати,що проблеми ранніх сексуальних стосунків не існує? / На жаль,ні.
* А до того вони ще призводять до багатьох небажаних наслідків. А до яких саме?

**"Психологічні і соціальні наслідки ранніх статевих стосунків".**

* Ми визначили цілий ряд негативних наслідків ранніх статевих стосунків ? Але чому, незважаючи на наслідки, підлітки все ж таки погоджуються на статеву близькість?
* То які ж причини ранніх статевих стосунків ?

Підручник с.87-88

**3**.**Вправа «Твій свідомий вибір»**

Обговоріть, які з цих причин, на вашу думку, є відповідальними, а які - ні.

**Причини, з яких люди погоджуються на сексуальну близькість:**

* Щоб довести своє кохання
* Щоб утримати коханого, через побоювання, що в іншому разі він її покине
* З цікавості
* Через упевненість, що «всі так роблять» Тому, що це здається правильним
* Щоб стати популярнішим серед однолітків
* Тому, що партнер пропонує довіритися йому, запевняє, що не буде жодних проблем
* За гроші чи подарунки
* Тому, що обом цього хотілося
* У стані алкогольного чи наркотичного сп'яніння
* Щоб довести, що вони вже дорослі
* Якщо люди хочуть мати дитину
* Якщо люди створили сім'ю
* Коли люди кохають один одного, готові до близьких стосунків і до відповідальності за можливі наслідки.
* Через побоювання бути «білою вороною»)

Рефлексія вправи: Що ви відчували під час виконання цієї вправи? Які думки у вас виникали?

**Висновок:** хоча ранні статеві стосунки породжують багато проблем, молоді люди часто погоджуються на них. Рішення про це зазвичай приймається необдумано, під впливом алкоголю.

Дуже важливо, щоб рішення про статеві стосунки приймалися завчасно у спокійній атмосфері.

Ваша позиція має бути зваженою і чітко визначеною. Лише в цьому випадку ви зможете пояснити її своєму другу й відстояти.

Приймаючи це важливе рішення, беріть до уваги свої життєві цінності і плани.

Впевнена, чітка відмова - запорука уникнення небажаних стосунків. Наведені поради допоможуть вам відмовитися від статевого життя, уникнути небажаних стосунків. Прочитайте їх.

**4. Руханка «Родинне дерево».** Підведіться, уявіть себе деревом своєї родини, в якого широке та високе гілля, покажіть наскільки…

**5. Обговорення ситуації. Робота в групах.**

Послухайте історію, подібні до якої трапляються в реальному житті.

**Історія.**

Олена, як і багато її подруг, давно задивлялася на одиннадцятикласника Максима : гар­ний, дотепний, має мотоцикл. Щоправда, репутація в нього не вельми - багатьох дівчат довів до сліз. Та це лише дода­вало йому популярності.

Одного разу Максим зу­стрів Олену після школи і за­просив покататися. Дівчина одразу погодилася: нарешті її мрія здійснилася! «Головне, - подумала вона, - не розчару­вати його».

Коли вони залишилися на одинці, Максим запитав: «Я тобі подобаюся? Ти мене любиш?» Дівчина зашарілася і тихо відповіла: «Так». «Тоді довірся мені, - сказав Максим, і вона не насмілилась відмо­вити... »

Наступного дня Олена по­бачила Максима у школі. Він розмовляв з хлопцями. Підій­шла, привіталася, але Максим навіть не глянув у її бік. Дів­чина кілька тижнів пережи­вала, шукала зустрічі з ним, а він уникав її. Невдовзі Олена відчула, що вагітна...

***Групи отримують один з варіантів подальшого розвитку подій та питання, на які потрібно відповісти.***

Варіанти розвитку подій:

1. **Під тиском батьків Олена і Максим погоджуються взяти шлюб.**
2. З якими психологічними і матеріальними проблемами вони зіткнуться?
3. Чи готові вони самостійно розв'язувати ці проблеми?
4. Чи вдасться їм продовжити навчання?
5. Чи великі шанси на збере­ження цього шлюбу?

**II. Олена вирішує народити дитину, не виходячи заміж.**

1.Які можливі негативні на­слідки для здоров'я дитини під час вагітності і матері - під­літка?

2.Які шанси має Олена продо­вжити навчання і здобути професію

3.Які наслідки цього рішення для Максима (тест на ДНК крові є підставою для визначення батьківства і призначення аліментів на дитину)?

**III. Олена зважується на аборт.**

1. Як це вплине на фізичне здоров'я дівчини?

2. Як це вплине на психічний стан Олени і Максима?

3. Як можуть поставитися до цього її батьки, родичі, знайомі?

**IV.Олена вирішує народити дитину і віддати її на всиновлення**

5. Як почуватиметься дівчина в подальшому житті?

6. Як це може вплинути на її подальший шлюб?

7. Як це може позначитися на долі її дитини?

Виступи груп.

Рефлексія вправи: Що ви відчували під час виконання цієї вправи? Які думки у вас виникали?

**Висновок**: Ранні статеві стосунки призводять до багатьох проблем. Утримання від раннього статевого життя єдиний засіб уникнення небажаної вагітності, осуду оточуючих, психологічних травм.

Часом підліток вважає, що він вільна особистість і може робити все, що захоче, зокрема й у сексуальній сфері. Однак **свобода завжди передбачає відповідальність.** Там, де немає відповідальності, там немає й свободи. Вільна людина за все відповідає сама, і тому вона вільна. Свобода існує для того, щоб ми могли приймати виважені, розумні рішення.

Рішення почати сексуальнее життя треба приймати, маючи відповідну інформацію. Треба враховувати, що раннє статеве життя призводить до багатьох негативних наслідків. А якщо сексуальні стосунки закінчилися нервовим зривом, небажаною вагітністю, безпліддям, одруженням «через потребу», а не через любов, або вихованням дитини в неповній сім’ї, то яка ж це свобода?

Раннє статеве життя геть не потрібне підліткові, воно шкодить його психічному та фізичному здоров’ю. Організм підлітка не готовий до цього фізіологічно й психологічно, підліток не може брати на себе відповідальність за складні стосунки, оскільки соціально й економічно він залежить від батьків.

Вагітність неповнолітніх – це важке фізичне й моральне випробовування. Вагітність у дівчаток-підлітків дуже часто спричинена їхньою безграмотністю, невмінням відповідально приймати рішення, неприпустимою в таких ситуаціях легковажністю

**Вправа «Подаруй серце».**

Напишіть на сердечках, як можна виразити свою симпатію до людини протилежної статі, не вступаючи у статеві стосунки.

**V. Осмислення та систематизація знань. Підсумок уроку.**

\* Обговорення питань.

- Чому сексуальні стосунки тісно пов’язані з відповідальністю перед іншими людьми?

- Як людина може окультурювати та вносити духовний елемент у стосунки між статями?

- У чому полягає небезпека для здоров’я неповнолітніх осіб раннього статевого життя та ранньої вагітності?

- Чи можна вважати, що вільна людина може робити все, що їй заманеться?

- Чим небезпечне штучне переривання вагітності?

- Яку відповідальність несуть батьки за своїх дітей?

- Які соціальні, духовні і фізіологічні потреби повинні забезпечити батьки своїм дітям?

- Чи може людина, котрій виповнилося 14-15 років забезпечити ці потреби?

**VI. Домашнє завдання.**

Опрацювати матеріал підручника. Підготувати інформацію про статистику захворюваності на ВІЛ та ХПСШ по Україні.

**Повторення теми “Невідкладна домедична допомога”.**