

**Конспект занятия с элементами тренинга для девочек - подростков
«График жизни»**

Цель: Ознакомление девушек-подростков с жизненными ценностями.
Профилактика несовершеннолетнего материнства.

Задачи:

1. Определить установки и ценностные ориентации воспитанниц, связанные с созданием семьи;
2. Уделить внимание роли мужчины и женщины в создании семейного очага;
3. Способствовать формированию ответственного отношения к своему здоровью и будущему материнству;
4. Развивать рефлекссию и самопознание.
- 5.

Ход мероприятия.

Здравствуйте.

В начале нашего занятия мы посмотрим с вами видеоклип. Во время его просмотра попытайтесь понять о чем мы будем сегодня говорить.

Видеоклип «Малыш и ангел»

О чем будет наш разговор?

Сегодня темой нашего разговора станет счастливое материнство и его роль в жизни каждой женщины.

Легко ли быть мамой?

.Какие домашние дела должна уметь делать каждая женщина?

Вы получаете сегодня уникальный шанс побыть настоящей мамой. Ненадолго, на время нашего занятия. Закройте глаза.

Ребенка нужно держать бережно, как самое ценное, что есть у вас в жизни. Немного прижимая к себе, ведь недавно родившийся ребенок думает, что всё ещё находится у мамы в животе.

Теперь мы продолжим занятие, а выполнять все задания вам придется с ребенком на руках.

Для начала мы с вами обсудим несколько вопросов.

Анкета.

1.Считаешь ли ты материнство одной из важнейших целей в жизни женщины?

1.Да, безусловно.

2.Нет, есть более важные задачи.

2. Часто ли ты думаешь о будущем материнстве?

- 1. Редко.
- 2. Часто.
- 3. Не задумывалась.

3. Как ты считаешь, нужно ли заранее готовиться к будущему материнству?

- 1. Нужно.
- 2. Нет, я справляюсь без подготовки.
- 3. Не знаю.

4. Есть ли у тебя представления, как готовиться к будущему материнству?

- 1. Да.
- 2. Неопределенные.
- 3. Нет.

5. С какого возраста, по-твоему, нужно готовиться к будущему материнству?

- 1. Подготовка не нужна.
- 2. С самого раннего детства.
- 3. Когда решишь выйти замуж.
- 4. Когда узнаешь, что ждешь ребенка.

6. Можешь ли ты сказать, что сейчас готова и смогла бы стать достойной мамой?

- 1. Да.
- 2. Не совсем готова.
- 3. Нет.

7. Каков основной источник твоих знаний о будущем материнстве?

- 1. Родственники.
- 2. Педагоги.
- 3. Подруги.
- 4. Книги.
- 5. Фильмы.

Другие источники. Какие? _____

ПЛАЧЬ ребенка. (погремушка) Что делать? Почему он плачет?

Вывод: какой у вас получился результат? Можно сделать вывод что вы нуждаетесь в информации по этим вопросам.

Сегодня мы поговорим о вашей будущей жизни и о счастье материнства.

Для девушки женское здоровье особенно важно.

Почему? (Будущее материнство).

Здоровая девочка – счастливое материнство.

Статистика.

За последние годы во всём мире наблюдается в поведении девушек заметная деградация.

Что такое деградация? - Постепенное ухудшение, упадок, развитие в обратную сторону.

Некоторые девочки ведут беспорядочную половую жизнь. Начиная её уже с 12-13 лет. Растёт наркомания. Увеличивается женская преступность. Более 80%

девушек, чтобы казаться «круче», взрослее начинают употреблять алкоголь, сигареты.

А всё это пагубно оказывает влияние не только на здоровье самой девушки, но и на здоровье её будущего ребенка.

1. ЗДОРОВЬЕ

Что же входит в понятие «женского здоровье»? Что от вас зависит, что нужно делать чтобы быть здоровой? (лист – девочки пишут) /знание репродуктивной (половой) функции женщины, личная гигиена, нет вредным привычкам, здоровое питание, занятие спортом/.

Вывод: это всё важно. Ведь тогда у женщины больше шансов родить здорового ребенка а не ребенка с врождёнными заболеваниями переданными от матери или ребенка-инвалида.

А с какого момента девушка может стать матерью? (с начала менструации).

В среднем первая менструация у девушек начинается в 12-15 лет. Но организм девочки в этом возрасте не готов еще к рождению ребенка. Девочка еще физически растет, да и психика ещё не достаточно устойчива.

Дак во сколько же лет лучше стать мамой?

Лет в 20-25 лет. Гинекологи считают, что этот возрастной период наиболее оптимальный для беременности. У женщин этого возраста уже более установленное, крепкое здоровье, которое позволит после родов легче и быстрее восстановиться организму.

А какая основная деятельность девочки в этом возрасте? Это учеба в школе. Сможете ли вы, учиться в школе с ребенком? А мама-неуч сможет ли воспитать умного и развитого ребенка?

Что же нужно ещё для счастливого материнства? (закончить школу)

2. ОБРАЗОВАНИЕ

Что такое образование?- это процесс становления и обучения человека, направленный на формирование и развитие его умственных и физических возможностей, приобретение знаний и навыков.

Учёба дает нам не только знания об окружающем мире, но и учит нас трудиться, общаться и накапливать опыт предшествующих поколений, который и мы должны передать нашим детям. Ну и вообще как вы будете помогать делать домашние задания вашим детям?

Девочки, а сколько всего необходимо для ребенка купить? Что необходимо будет для новорожденного?

Назовем хотя бы минимум.

Перед вами списки тех вещей в которых нуждается ребенок. Распределите их по категориям.

Для сна

1. Кроватка;
2. Матрас;
3. Клеенка;

4. Одеяла 1 теплое (шерсть или пух), 1 легкое (байковое). Пододеяльники 2 шт., простынки 3-4 шт. (подойдут большие пеленки);
5. Погремушка на кроватку;
6. Ночник.

Для купания

1. Ванночка для купания;
2. Термометр для воды;
3. Горка для ванночки тряпочная;
4. Рукавичка или губка для мытья малыша;
5. Детское мыло, шампунь;
6. Большое махровое полотенце;
7. Ковшик (для ополаскивания ребенка);
8. Мыло хозяйственное детское (для застирки).

Для прогулок

1. Коляска.
2. Матрасик;
3. Дождевик, который защитит от дождя;
4. Теплый чехол на коляску;
5. Противомоскитная сетка;
6. Сумку, для принадлежностей малыша.

Одежда

1. Распашонки тонкие и плотные по 4-5 шт.,
2. Ползунки – 3-4 шт.,
3. Шапочки по 2 тонких и плотных;
4. Носочки (легкие и теплые);
5. Царапки (несколько пар);
6. Слюнявчики, нагрудники;
7. Костюмчики для прогулок;
8. Пинетки;
9. Для прогулок комбинезончики и шапочки по погоде.

Для питания

1. Бутылочки с соской - 2 шт.;
2. Молокоотсос;
3. Термосумка. Для хранения молока/смеси;
4. Ершики для мыться сосок и бутылочек;
5. Первая посуда.

Прочее

1. Горшок ;
2. Пустышка – 2 шт.;
3. Кенгуру или слинг.
4. Подгузники;
5. Клеенка 2 шт. – в кроватку и на столик для пеленания;
6. Пеленки штук по 7 теплых и 5 тонких;
7. Радионяня;
8. Автокресло.
9. Игрушки, погремушки и т.д.

И это только начало.

А ведь это всё действительно необходимо.

А сколько всё это стоит? Это стоит денег. А где взять деньги? (нужно работать). А много ли вы заработаете, если у вас не будет профессии?

Вот мы с вами и подошли к следующей необходимости жизни.

ПЛАЧЬ (накормить)

3. ПРОФЕССИЯ

Выбор профессии – выбор будущего. Где взять профессию? (поступить и окончить среднее или высшее учебное заведение). И затем уже найти стабильную и хорошо оплачиваемую работу.

4. РАБОТА

Что главное в работе? (официальность, стабильность, зарплата, дружный коллектив, справедливое руководство, желание здесь работать, оплачиваемый отпуск и больничный и т.д.)

Устроится на работу не так уж и просто, а тем более, так что бы она стала любимой. И если в декретный (послеродовой) отпуск вы уйдете с работы то вы будете обеспечены детским пособием и после декрета работа остается за вами, что обеспечит вам материальное обеспечение в будущем.

Ну хорошо. ЗДОРОВЬЕ И ОБРАЗОВАНИЕ у нас есть, ПРОФЕССИЮ мы получили, на РАБОТУ устроились. Что же теперь нужно создать?

Видеоролик «Любовь есть!»

Конечно следующей составляющей является семья.

5. СЕМЬЯ

Что такое семья? (муж, жена, дети)

О муж! Но где же взять мужа? Где их продают или раздают? (Ответы)

Хочу рассказать вам анекдот.

Одна девушка спрашивает другую:

- Какого мужа ты хотела бы для себя?

Подумав, вторая девушка ответила:

- Блондина.

- Почему именно блондина? — удивленно спросила подруга.

- Потому что он будет хорошо гармонировать с моей мебелью.

Это, конечно, анекдот, но он не так далек от жизни, как может показаться на первый взгляд. Давайте разберемся в себе.

Сейчас мы с вами попробуем построить свою семью, но для этого необходимо найти будущую свою половинку. Подумайте и запишите список качеств, которые вы хотели бы видеть в своем возлюбленном. Составьте словесный портрет «парня мечты».

(Раздача шаблонов)

Получился идеальный жених. А вы, то же идеальны? Примерьте на себя этот портрет?

Найти свою любовь мечтает каждый человек, но принять человека таким какой он есть не простая задача.

Быть друг с другом - это целое искусство. Не пытайтесь «перекраивать» друг друга. Каждая личность неповторима. Постарайтесь уверовать в то, что именно тот человек, который идет с вами по жизни рядом, ценен и значим для вас, как никто другой.

Ведь семья это помощь и поддержка в трудную минуту, где нам хорошо, где нас любят и могут защитить от всех невзгод.

Семья это мама, папа и ребенок.

Кто это – ребенок? (продолжатель рода, пищащий комочек, мамин зайчик, моё солнышко, моя доченька, мой сынок, моя радость, моя гордость и.т.д.)

Ребенок - это трудное, но СЧАСТЬЕ!

Вы сегодня совсем чуть-чуть ощутили это счастье. Вам сегодня повезло ощутить себя мамой. Что вы чувствовали? Какие были ощущения? Что поняли для себя? (ответы)

Девочки что же у нас получилось? Какой можно сделать вывод? Сколько жизненных этапов нужно, пройти, что бы стать счастливой мамой и обрести благополучную семью.

Посмотрите на нашу проделанную работу, её нужно упорядочить. Давайте вспомним с чего мы начинали. Что было первым, а что вторым..... вот какой получился график жизни.

Какие выводы вы для себя сделали? что нового узнали?

Работа мамой очень ответственная и нелегкая. ЗНАЧИТ, быть матерью - не только большая радость, великое счастье, но и огромная ответственность. Ребята! Многие из вас уже считают себя взрослыми, адекватно оценивают свои поступки и решения. Пройдет не так много времени, и вы задумаетесь о создании собственной семьи. Хочется, чтобы все это пришло к вам в нужное время, в нужный час: успешная сдача экзаменов, учеба в колледже, любимая работа, встреча спутника жизни и...рождение желанного первенца.

Всему своё время!