МОУ ИРМО «Кудинская СОШ»

Классный час

Тема: « Вред курения».

5 класс

Классный руководитель

Зуйкова Римма Вячеславовна

2018/19 учебный год

﻿ Пояснительная записка

Антитабачная пропаганда является проблемой комплексной и должна проводиться совместно с руководителями и общественными организациями, в первую очередь среди детей, подростков, молодежи, с целью воспитания у населения отрицательного отношения к курению, формирования общественного мнения о необходимости искоренения этой пагубной привычки. Опыт проведения мероприятий по гигиеническому воспитанию населения показывает, что эффективная **борьба с курением возможна** лишь при условии целенаправленного и систематического воздействия на различные группы населения. У плдростков15—18 лет обращает на себя внимание исчезновение такого мотива курения, как подражание взрослым, ослабевает влияние товарищей, однако сохраняется любопытство. Отношение к курению, как правило, уже сформировано. Причем появляется больше школьников, связывающих курение с желанием не отстать от моды, значительно возрастает число лиц, считающих, что они курят по причине личных неприятностей. Поэтому антитабачное воспитание студентов должно идти по 2 направлениям: 1) предупреждение употребления табачных изделий, 2)  ликвидация  привычки.

[**Классный час на тему "Вред курения"**](http://uchkopilka.ru/vne-deyat/klassnye-chasy/item/869-klassnyj-chas-na-temu-vred-kureniya)

**Цель:** выяснить вместе с учащимися, какой вред приносит здоровью курение; привить отрицательное отношение к табаку.

**Оборудование:** таблички с надписью "Никотин", Мозг", "Желудок","Сердце","Лёгкие"

предметы для проведения опыта, бумага для анкетирования, воздушные шарики.

**План занятия:**

**1.Вступительное слово учителя.**

**2. Историческая справка.**

**3. Сценка.**

**4.Викторина**

**5. Проведение опыта.**

**6.Конкурсы.**

**7.Анкетирование**

**Ход**

**1. Вступительное слово классного руководителя.**

О том, что табак вреден для здоровья, знали давно. Видели, что курильщиков мучает надсадный кашель, знали, что в накуренном помещении трудно дышать, что табак мешает умственной работе. Опыты показали, что животные гибнут под действием никотина. Тогда и родилась фраза: <капля никотина убивает лошадь>. Если быть точным, то каплей чистого никотина можно убить не одну, а целых три лошади. Но курильщик только посмеивались: видно, я крепче лошади, сколько никотина потребил, а жив! Утешали себя: табачный деготь остается на фильтре.

**А как вы думаете**? (высказывания учащихся)

**2.Как появился табак?** Историческая справка.

Впервые европейцы познакомились с табаком во время путешествия Колумба. Туземцы угощали путешественников табаком, причем сначала курили сами, потом передавали трубку гостям. Отказ от «трубки мира» хозяева рас сматривали как недружелюбные действия. Испанцы же не хотели портить отношения с туземцами. Вероятно, эти испанцы и были первыми европейцами, пристрастившимися к курению. На вернувшихся в Испанию моряков смотрели с подозрением: человек выпускает изо рта и носа дым, значит, спутался с нечистой силой. Курильщики завезли семена табака и стали его культивировать.

Распространение табака встречало в странах сильное противодействие. В Турции курение табака рассматривалось как нарушение законов Корана, и виноватых сажали на кол. Персидский шах Аббас приказал сжечь торговца, который завез табак в военный лагерь. Римский папа Урбан VII отлучил от церкви тех, кто курил или нюхал табак, а однажды за курение сигар монахов заживо замуровал в стену.

В Россию табак попал в конце ХVI века и тоже был встречен не очень приветливо. За курение полагалось весьма серьезное наказание - от палочных ударов и порки кнутом до отрезания носа и ушей и ссылки в Сибирь. Торговцев табаком ждала смертная казнь. Но постепенно запрет на курение отменялся в одной за другой странах. С годами к вредной привычке приобщились мужчины, женщины, молодые люди, подростки и даже дети. Возникла мода на курение: сигареты, мол, придают девушкам особую элегантность, а юношам мужество. Обязательной принадлежностью теле- и киногероев стала сигарета.

**3.Сценка.** **Какой вред наносит никотин организму человека? (показ сценки)**

**Никотин:** Гляньте, детки, на меня, вон какой хороший – только каплею одной убиваю лошадь! Заходите ко мне на огонёк! Ведь нет дыма без огня.

Напевает: «Давай закурим, товарищ, по одной, давай закурим, товарищ мой!»

**Появляются Мозг, Желудок, Лёгкие и Сердце. Радостно направляются навстречу, машут ему руками.**

**Никотин**: Привет, братцы! Очень рад вас видеть, у меня для вас, как всегда, подарки. (По очереди достаёт из мешка пакеты с хорошо читающимися надписям начинает   их вручать).

**Сердцу**: Вот тебе Стенокардия. А вот Инфаркт миокарда, обширный, обширный. (Сердце мимикой, пантомимой отрицательно реагирует на вручаемые подарки.)

**Желудку**: Вот тебе Тошнота, Рвота, Язва, свежая, зияющая. (Нахваливает.) (Желудок мимикой, пантомимой отрицательно реагирует на вручаемые подарки.)

**Мозгу:** Вот тебе Склероз, Слабоумие, отдохни, родимый! (Мозг мимикой, отрицательно пантомимой реагирует на вручаемые подарки, а потом читает стих-признание.)

Иссушил меня гадкий злодей,

Нет больше здесь светлых идей,

Ни вниманья, ни памяти нет –

Погубил меня дым сигарет!

Легким: А вам, голубушки мои любимые, всё самое лучшее – Кашель, громкий,   надрывистый, затяжной. Вот ещё и Туберкулёз припас. А напоследок – Рак!!! (Лёгкие мимикой, пантомимой реагируют на вручаемые подарки. А при вручении «Рака» падают замертво.)

Сердце, Желудок и Мозг подбегают к Лёгким, помогают им подняться.

**Никотин.** Курите ВСЕ! Курите дружно!!!Курите намертво, всерьез!!!Курить с любовью, с чувством нужно.До упоения, до слез!Вдыхая сладостный табак,Его зловредности не верьте,А будет или не будет рак?На жизни собственной проверьте!Пуская в поднебесье дым,В курении проявив старанье,Вы и умрете молодым!Всем некурящим в назиданье!

**4.Рекламная пауза: (викторина)**

1) Как говорят, когда дело плохо? (Дело табак!)

2) Дружба дружбой, а он врозь. Назовите его. (Табачок. «Дружба дружбой, а табачок врозь».)

3)Голосом какого знаменитого актёра театра и кино говорит мультяшный кот Матроскин? (Олега Табакова.)

4)Как называется тушка цыплёнка, разрезанная вдоль и поджаренная со специями? (Цыплёнок –табака.)

5) Когда на Руси впервые появился картофель, некоторые его называли «чертовым яблоком». А что же люди называли «чертовым ладаном»? (Табак.)

6) На какие российские острова мечтают попасть все курильщики? (На Курильские острова.)

7) Не только морской родственник окуня, но и остаток выкуренной сигареты. Назовите это. (Бычок.)

8) Как называют короткий отдых или перерыв в работе?   (Перекур.)

9) Как называется очень тонкая бумага для детского творчества?   (Папиросная бумага.)

10) Знак перемирия у воинствующих индейцев – это... Что?   (Трубка мира)

11) Известный лошадиный убийца – это... Кто?   (Никотин.)

12) Почему ночной грабитель обходит стороной дом курильщика? (Потому что он всю ночь кашляет и не спит.)

13) Почему собака не кусает курильщика? (Он слаб и поэтому ходит с палкой, а собаки не кусают человека с палкой.)

14) Почему курильщик никогда не состарится? (Потому что он умрёт молодым.)

**Научные данные о вреде курения.** Данные опросов показывают, что от болезней, связанных с курением, ежегодно погибают около 400 тысяч россиян, а к 12 годам свою первую сигарету выкуривают 30% россиян. Курение является причиной более 75% смертей от рака легких. Причина 75 % смертных исходов при бронхите и эмфиземе легких. У юных курильщиков развивается грудной кашель. Многие начинают задыхаться во время спортивных занятий и труда.

Общенациональный мониторинг "Подростковое курение в России" (проведенный Институтом сравнительных социальных исследований (ЦЕССИ), Центром мониторинга вредных привычек среди детей и подростков Минздрава РФ, Московским институтом медико-социальной реабилитации и столичным Центром по профилактике и лечению табакокурения), показал, что к 12 годам сигареты пробуют уже 30% россиян, к 13 годам – 47%, к 14 – 55%, к 15 – 65%, к 16 – 78%, к 17 – 80%. Это говорит о том, что подростковое курение стремительно молодеет. Свою первую сигарету мальчики выкуривают в возрасте до 10 лет, девочки – в 13-14. К 15 годам каждый десятый курящий подросток уже страдает никотиновой зависимостью.

**5. Проведение опыта с пластиковой бутылкой и сигаретами, имитирующего поступление никотина в легкие.**

**6. Конкурсы «За здоровый образ жизни»: надувание шариков, армрестлинг.**

7.**Анкетирование учащихся (анонимное).**

**Вопросы анкет:**

1.Курят ли ваши родители?

2. Говорят ли с вами родители о вреде курения?

3. Пробовали ли вы курить и что вас побудило к этому?

4. Какие меры по борьбе с курением в нашей школе вы бы предложили?

**Заключительное слово учителя**

Подумайте о том, что вы сейчас услышали. Если ты считаешь, что вред, наносимый курением твоему здоровью, маячит где-то далеко, а может быть, и вообще минует тебя, — ты ошибаешься. Посмотри внимательно на курящих людей, на цвет их лица, кожу, пальцы, зубы, обрати внимание на их голос. Ты можешь заметить внешние признаки табачной интоксикации. Подумайте обо всем этом! Будьте разумны и воздержитесь от сигареты.

Литература:

Генкова Л,Л., Славков И.Б. Почему это опасно. – М.: Просвещение, 1989.

Деларю В.В. Губительная сигарета. – М.: Медицина, 1987.

Запорожченко В.Г. Образ жизни и вредные привычки – М.: Медицина, 1985.

Стоппард М. Бросить курить. – М.: Физкультура и спорт, 1986.

Спасибо, не курю! /Сост. Н. Заикин, А. Никитин. – М.: Молодая гвардия, 1990.