МКОУ «Чаравалинская СОШ»

**Классный час**

**«Курить или жить»**



Подготовила и провела

учительница начальных классов Закириева М.А.

**Тема:** **Курить или жить?**

**Цель:**

* Формирование осознанного отношения к здоровью.
* Профилактика вредных привычек.

**Задачи:**

* Формирование осознанного негативного отношения  к курению.
* Коррекция мышления на основе аналитико-синтетической деятельности.
* Воспитание у учащихся ответственности за своё здоровье.

**Ход классного часа**

**I.Организация класса.**

**II.Вводная часть.**

*Просмотр мультфильма «Иван – царевич и табакерка». Обсуждение просмотренного.*

Из газет и телевидения мы часто слышим о том, что наше население вымирает, потому что растёт детская смертность. А причиной тому является распространение среди подростков наркомании, пьянства и курения. Иногда от курильщиков можно услышать: «Какое ваше дело, курю я или нет. Это мой организм, хочу и отравляю его. Это моё личное дело»

- Что бы вы ответили на такое высказывание? (*ответы учеников*) - Поэтому в мире давно существует как бы война между курящими и некурящими людьми. В разных странах стали создавать и принимать законы по борьбе с курением. Во многих странах ввели запрет на рекламу сигарет по радио и ТВ.

В Америке, например, за курение в многолюдных местах наказывают штрафом в 1000 долларов или сажают в тюрьму на 1 год; шофёр такси, выкуривший сигарету в машине, платит штраф в 2000дол. Подвергаются штрафу люди, вошедшие в лифт с закуренной сигаретой, едущие в общественном транспорте. Даже на работу принимают желательно некурящих, чем курящих. Курить запрещено в магазинах, школах, больницах, даже в городах на свежем воздухе! Во многих общественных местах висят призывы «Если вы затягиваетесь сигаретой, то не выпускайте дым из себя». Очень тяжело приходится человеку в США. Сегодня в Голландии не курят 11млн. человек – больше половины всего населения.

Но в нашей стране, к сожалению, люди мало прислушиваются к предупреждению медиков о вреде курения, и поэтому Россия остаётся в ряду самых курящих стран мира. – Ребята, а где запрещено курить в нашей стране? - В каких местах вы повесили бы этот знак?

**III. Основная часть.**

– Сегодня на уроке мы должны выявить причины того, почему одни люди курят, а другие отказываются от курения, вспомним о вредных последствиях курения для здоровья, сделаем выводы и ответим для себя на главный вопрос – тему нашего урока «Курить или жить?».

– Многие, наверное, задумывались над тем, откуда же появились сигареты. На этот вопрос у нас есть ответ.

***1.Появление табака в России.***

Табак родом из Америки. Впервые его попробовали в 1492г. матросы знаменитой флотилии Христофора Колумба. Жители одного из островов поднесли подарок – сушёные листья растения «петум», свёрнутые в трубочки. Они сами курили эти подсушенные на солнце листья, свёрнутые в трубочки. Жители государства Кубы называли траву для курения «сигарой». В ту эпоху в Англии курильщиков приравнивали к ворам и водили по улицам с верёвкой на шее. В России, во времена царствования Михаила Романова курильщиков наказывали в первый раз 60 ударами палок по стопам ног, во 2 раз – отрезанием носа или ушей. А после сильнейшего пожара в Москве в 1643г, причиной которого стало курение, оно было запрещено под страхом смертельной казни. Торговля табаком и курение были разрешены в России при царствовании Петра 1, который сам стал заядлым курильщиком, после посещения Голландии. – С тех самых пор многие не расстаются с сигаретой. Так какие же причины подталкивают человека к курению, выясним после рекламы.

***2.Реклама сигареты****.*

*(Мини сценка)*(участники: два покупателя, сигарета)

*Ученица держит и показывает модель сигареты)*

**Сигарета:** Покупайте сигареты, прекрасные сигареты. Я не простая, а с секретом. От моего табака собака не укусит, вор в дом не залезет, стариком не будешь . **Покупатели:** А почему собака не укусит ?

**Сигарета:** Так ведь с палкой будешь ходить.

**Покупатели:** А почему вор в дом не залезет? **Сигарета:** Потому что всю ночь кашлять будешь.

**Покупатели:** А почему стариком не буду ?

**Сигарета:** Потому что не доживёшь.

Моё имя – сигарета, Я красива, я сильна,

Я знакома с целым светом, Очень многим я нужна.

Мозг и сердце я дурманю Молодым и старикам, Независимо от знаний,

Скажем прямо – слабакам.

***Покупатели: (сигарете)***

***Запомни:*** человек не слаб, Рождён свободным, он не раб! Сегодня вечером, как лягут спать, Курильщик должен сам себе сказать: «Я выбрал сам себе дорогу к свету

И презираю сигарету, Не стану ни за что курить Я – человек! Я должен жить!».

- Что заманивает некурящего человека? - На какие органы действует курение со слов хвалящейся сигареты? - Почему человек не может бросить курить? - Многие считают, что курение это не болезнь, и ничего страшного для курильщика и окружающих нет. Но мы сейчас попробуем доказать обратное.

***3. Сценка «Не кури!»***

***Ученица:*** *Что случилось в нашем классе? Почему огонь и дым?* ***Мальчики:*** *Это мы сигару курим. Повзрослеть скорей хотим.* ***Ученица****: Вы не знаете что такое курение? Это же заблуждение: Вы не повзрослеете, а отравитесь и заболеете.*

*От курения не взрослеют, а болеют и стареют. Не пройдёт и пары лет, станешь ты, как старый дед.* ***1 курильщик****: У меня изнеможение, прекратить пора курение.* ***2 курильщик****: Пожелтели наши лица…Мы же не самоубийцы.* ***Ученица:*** *Как противен этот дым!* ***1 и 2 курильщики:*** *Курить мы больше не хотим!*

***Главный курильщик****:*

*Вы – сплошная малышня, не пример вы для меня. Испугались наставления! Продолжаю я курение. Я –не хлюпик, не сопляк, буду я курить табак!* (пускает дым и падает в обморок)

***Ученица:*** *Эй, не слушал ты меня, не протянешь ты и дня. Смерть его уж стережёт, только врач его спасёт.* ***Все (кричат):*** *Доктор, доктор!* ***1 курильщик :*** *Дайте, доктор, нам ответ, будет жить он или нет?* ***Доктор:*** *Может, ноги не протянет, только инвалидом станет.*

*(курильщик, весь жёлтый, встаёт)*

***Курильщик:***  *Объясните, что со мной? Неужели я больной?*

***Доктор:*** *Что за глупые вопросы? Это всё от папиросы!*

***Ученики:*** *Так что же такое курение?*

***Ученица:*** *Это дым из носа и рта.*

***Доктор:*** *А в лёгких сажа, чернота.*

*Зачем вы себя засоряете*

*И жизнь свою сокращаете?*

***Ученица:*** *Курильщикам разум надо иметь,*

*Неплохо бы им поскорей поумнеть*.

-А сейчас послушайте, как описал первую попытку курения подростка Л.Н.Толстой в повести «Детство. Отрочество. Юность» (отрывок)

***4.Отрывок из повести Л.Н.Толстого***

***«Детство.Отрочество. Юность»***

…*Запах табака был очень приятен, но во рту было горько и дыхание захватывало. Однако, скрепив сердце, я довольно долго втягивал в себя дым, пробовал пускать кольца и затягиваться. Скоро вся комната заполнилась голубоватыми кольцами дыма, горечь во рту усилилась, а в голове появлялось маленькое кружение. Я хотел уже перестать и посмотреться в зеркало, как комната пошла кругом, и с трудом подойдя к зеркалу, я увидел своё белое бледное лицо. Едва я успел упасть на диван, как почувствовал такую тошноту и слабость, что подумал будто я умираю. Я страшно испугался и с сильной головной болью, расслабленный, долго лежал на диване.*

- А теперь, пожалуйста, вспомните юных курильщиков в сценке и данного героя и ответьте: «Как реагировал организм подростков на курение? А почему это случилось? Когда ещё случается рвота и тошнота? - Это было отравление табаком. А все эти симптомы – его признаки. Организм, таким образом старается избавиться от ядов, от всего того, что попадало в него из-за курения. Т.е. организм сопротивляется, а человек курит и курит. Наступает привыкание и организм перестаёт сопротивляться и привыкает.

5. **Физминутка**

**-** Люди давно хотели уменьшить влияние курения на организм. Медики даже подсчитали, что одна выкуренная сигарета стоит курящему 15мин жизни;

- из 100 человек, умерших от хронических заболеваний лёгких, 75 -курильщики; - из 100 человек, умерших от болезни сердца, курили 25 человек; - если человек выкуривает пачку, 20 сигарет, в день, он дышит воздухом, загрязнённым в 580 – 11000 раз;

- 400 химических веществ, содержащихся в табачном дыме, наносят вред и тем, кто находится рядом с курильщиком;

- если взрослый человек выкурит одну за одной за один раз пачку сигарет, он умрёт; - каждый курильщик страдает заболеванием кровеносных сосудов. Поэтому много специалистов разных стран стремятся уменьшить влияние курения на здоровье. Но пока самые лучшие в мире сигареты калечат здоровье людей. В сигарету добавили часть, которая задерживает часть никотина. – Кто из вас знает как называется эта часть? (*фильтр)*

***6. Наблюдение над вредными последствиями для здоровья.***

- Как вы считаете, человек, который курит, наносит вред только себе? Почему? - Что является причиной заболевания? (дым) - Что содержится в дыме? (вредные вещества, более 400) - Подумайте, а какими болезнями может заболеть пассивный курильщик ? - Пассивный курильщик болеет теми же болезнями, что и курильщик.

**IV. Практическая работа по группам.**

Класс делится на три группы и выполняет задания.

1 группа «Эксперты»: перечислить причины, по которым одни подростки начинают курить, а другие отказываются от курения.

2 группа «Медики»: составить схему о влиянии курения на здоровье человека

3 группа «Члены городской Думы»: выработать проект закона по борьбе с курением в городе или селе. В своём проекте вы должны указать конкретные требования: - в каких местах можно курить;

- где нельзя курить; - меры к нарушителям;

- лицам, с какого возраста можно разрешать продажу сигарет в руки; (Учащиеся выражают свои предложения и обосновывают их)

**VI. Подведение итогов.**

– Пора подводить итог нашего занятия. Над какой темой мы работали на протяжении всего урока? Народ даже сложил такую поговорку «Кто курит табак, тот сам себе враг». Почему? - Какой вывод сделали вы для себя на сегодняшнем уроке? Покажите своими рисунки. (показывают свои рисунки о вреде курения и прикрепляют на доску) - Какое решающее слово из темы урока для вас главное, прочтите его хором. (жить!)