

МИНИСТЕРСТВО ТРУДА И СОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

Государственное казённое учреждение социального обслуживания
Краснодарского края «Славянский социально-реабилитационный центр для
несовершеннолетних»

План – конспект

занятие по теме

«Спасибо, не курю! Пассивное курение»



Воспитатель
Капралова Т.А.

пос. Совхозный

Открытое занятие по теме

«Спасибо, не курю! Пассивное курение»

Табак приносит вред телу,
разрушает разум,
отупляет целые нации.

Оноре де Бальзак

Цели и задачи:

- показать негативное влияние курения на здоровье человека;
- выяснить воздействие курения на организм человека, вызываемые им болезни и возможные последствия;
- на доступных примерах рассказать детям о вреде курения;
- закреплять знания о вреде курения и «пассивного курения», формировать привычку избегать табачного дыма;
- развивать умения сравнивать, наблюдать и делать выводы.

Оборудование и наглядность: лист ватмана, цветной маркер, видеозапись м/ф «Ну, погоди!», разрезанный текст, цветные иллюстрации о вреде курения, отдельные фрагменты лучиков солнца, смайлики, мультимедийная доска, компьютер.

Ход занятия

1. Вводная часть

(Слайд № 1)

Воспитатель:

Утром ранним кто – то странный,

Заглянул в моё окно.

На ладони появилось

Ярко-рыжее пятно.

Как вы думаете, кто это мог быть? (*предположения детей*)

Это солнце заглянуло

Будто лучик протянуло,

Тонкий лучик золотой.

И как с первым лучшим другом поздоровался со мной.

Оно сейчас здоровается и с вами.

Почему мы при встречи здороваемся? (Желаем друг другу здоровья)

И я говорю вам, «Здравствуйте!» т. е. желаю вам , здоровья!

«Здравствуйте» - это слово очень древнее. Русские люди в старину при встрече снимали шапку, кланялись в пояс, желали друг другу доброго здоровья. Слово «здравствуйте» и означает «будь здоров».

«Здравствуй» - это пожелание, просьба - будь здоров. А когда человек здоров, то у него хорошее настроение, он весел, жизнерадостен. Когда мы здороваемся, то вольно или невольно желаем друг другу что- то хорошее. А если вокруг будет много здоровых, счастливых людей, то и мир вокруг нас будет добрым и счастливым.

А у вас, ребята, какое сейчас настроение? (*дети поднимают смайлики*)

Сегодня мы с вами поговорим подробнее о том, что происходит с человеком, если он курит сам, и что происходит с теми некурящими людьми, которые его окружают во время курения и вдыхают дым от его сигареты.

2. Основная часть

Немного истории: (слайд № 2)

Табак родом из Америки. Первыми европейцами, попробовавшими его в 1492 г., были матросы знаменитой флотилии адмирала Христофора Колумба. В числе подарков жители острова Гуанахани, который Колумб назвал Сан-Сальвадор, поднесли сушёные листья растения «петум». Сами они курили эти подсушенные листья на солнце, свёрнутые в трубочки. Жители Кубы, куда Колумб высадился 27 октября 1492 г., называли траву для курения «сигаро». И хотя в представлении набожных испанцев пускать из ноздрей , как это делали островитяне, могли лишь черти, многие матросы, да и сам адмирал, втянулись в это занятие.

В Англии, в эпоху Елизаветы 1, курильщиков приравнивали к ворам и водили по улицам с верёвкой на шее.

В России, во времена царствования Михаила Фёдоровича Романова, уличённых в курении в первый раз наказывали 60 ударами палок по стопам, во второй – обрезанием носа или ушей.

После сильнейшего пожара в Москве в 1634 г. причиной которого, как стало известно, было курение, оно было запрещено под страхом смертной казни.

Торговля табаком и курение были разрешены в России в царствование Петра 1, который сам стал курильщиком после посещения Голландии.

Ребята, предлагаю вам посмотреть пролог из мультифильма «Ну, погоди!»

(После просмотра) (Слайд № 3)

- Почему Волку стало плохо?
- Для чего Волк начал курить сразу несколько сигарет?
- Зачем это было нужно Волку?
- Что же случилось с Волком дальше?
- Понятно, что Волк отравился, ведь он выкурил столько сигарет сразу!
- Но почему же закашлялся Зайчик, ведь он совсем не курил?
- Потому, что табачный дым не приятен. Он обдирает горло. Вреден всем.
- В горящей сигарете в процессе сгорания табака образуется огромное количество вредных, опасных для жизни человека вещества.
- При вдохе дым попадает в лёгкие. Как вы думаете, такой дым полезен человеку? (ответ детей) **(Слайд № 4)**

- Правильно, он мешает чистому воздуху поступать в лёгкие. У курящего человека лёгкие изменяются, чернеют. Сердце начинает чаще сокращаться, изменяются сосуды, по которым кровь поступает в сердце. И сердце начинает болеть.
- А вы можете описать, как влияет курение на внешность человека? Слайд № 6
- Как изменяется у курящего кожа?
- Что происходит с волосами?
- Как выглядят его глаза?
- Что происходит с зубами?

- Как пахнет одежда курящих?

- Так что же делает табакокурение с человеком?

Он его делает больным. Организм человека быстро привыкает к табаку, попадает в зависимость от него. Курящему требуется выкуривать ежедневно всё больше и больше сигарет, и вскоре он уже совсем не может обойтись без табака. Это болезнь.

- Ребята, кому из вас приходилось быть в одной комнате с курящим?

Расскажите, что вы ощущали? (*ответы детей*)

- Почему вы чувствовали себя плохо? Потому что табачный дым от сигарет распространялся по всей комнате.

- Вспомните зайчика из мультильма. Он тоже не курил, а только вдыхал табачный дым. И что же стало с зайчиком? (*ответ детей*)

- Действительно, табачный дым вреден не только для самих курящих, но и для тех. Кто находится рядом. Все, кто окружают курящего, называются **«пассивными курильщиками»**. И хотя они сами не курят, но так же вдыхают табачный дым и наносят вред своему здоровью.

Именно потому, что от табачного дыма страдают не только сами курящие, но и те, кто их окружает, в закрытых помещениях, где бывает много народа, вывешивают знак «Не курить!» Во многих общественных местах отведены специальные места для курения. Так защищают от дыма некурящих. Эти места тоже обозначены специальным знаком.

А как вы думаете, почему человек начинает курить?

Ответы детей:

- Из любопытства;
- За компанию;
- Слабая воля и незанятость ;
- Непонимание опасности курения;
- Влияние рекламы, кино, телевидения;
- Наличие карманных денег;
- Не занимается спортом;
- Думает , что «покурит и сам сможет бросить вес» и т. д

Тема о вреде курения не теряет своей актуальности вот уже много лет. Во всех странах стараются «бороться» с этой вредной привычкой. 31 мая объявлен Всемирным днём борьбы против курения .

Творческая работа:

Детям предлагается сложить и приклеить напечатанный разрезанный текст на ватмане, не теряя смысла цитаты.

Я умею думать.

Я умею рассуждать.

Что полезно для здоровья,

То и буду выполнять.

В защиту планеты!

Знают взрослые, и знают дети:

Объявлен курильщикам бой на планете...

Но курят и взрослые, курят дети...

НЕ жаль им здоровья и лёгких планеты!

Какая цитата вам больше понравилась? И почему?

Прикрепите на этот лист своё солнышко. И пусть оно освещает ваш, правильно выбранный жизненный путь.

Парный тренинг: «Убеди друга»

Одному из детей, знающему, что друг начал курить, необходимо убедить его бросить это опасное занятие, пока он не стал заядлым курильщиком.

В заключение нашей беседы сформулируем главные выводы против курения.

Наши аргументы против курения (Слайд № 5)

- Курение разрушает организм.
- Курение приводит к неизлечимым болезням.
- Курение снижает физическую активность.
- Курение портит цвет кожи.

- Никотин забирает свободу, человек становится его рабом.

Что же выигрывает человек отказавшись от курения?

- Через неделю улучшается цвет лица, пропадает неприятный запах от кожи, от волос, от дыхания;
- После первого месяца становится лучше дышать, исчезает головная боль, повышается вкусовая чувствительность;
- За полгода улучшаются спортивные показатели – пульс становится реже, уже можно задерживать дыхание на долгое время, а значит в хорошей форме;
- Можно сосчитать, сколько денег уже сэкономлено, и сделать на сэкономленные деньги себе подарок себе.

Медики выделяют несколько главных факторов реального здоровья:

- Наследственность;
- Качество и своевременность медицинского обслуживания;
- Внешняя среда (качество воздуха, питьевой воды, пищи) и т. д.

Но решающим фактором здоровья человека является его образ жизни - он определяет до 60% здоровья. Под образом жизни мы понимаем и режим, и характер питания, и занятия физкультурой, и водные процедуры, и что очень важно, отсутствие проблемных таких вредных веществ, как алкоголь, табак, наркотики. Образ жизни, казалось бы, легче всего поменять, ведь он зависит только от нас.

3. Заключительная часть. (Слайд № 6)

Запомни – человек не слаб.

Рождён свободным. Он не раб.

Ты должен так себе сказать:

«Я выбрал сам дорогу к свету и , презирай сигарету,

НЕ стану ни за что курить.

Я – человек! Я должен жить!»

И давайте все вместе хором скажем:

«Мы выбираем жизнь!»

На этом наше занятие подошло к концу, всех благодарю за активное участие.