

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 здороваётся и с вами.

Почему мы при встрече 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 сушённые 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 мультфильма «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 мультфильма. 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 народу, 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 , презирая 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.