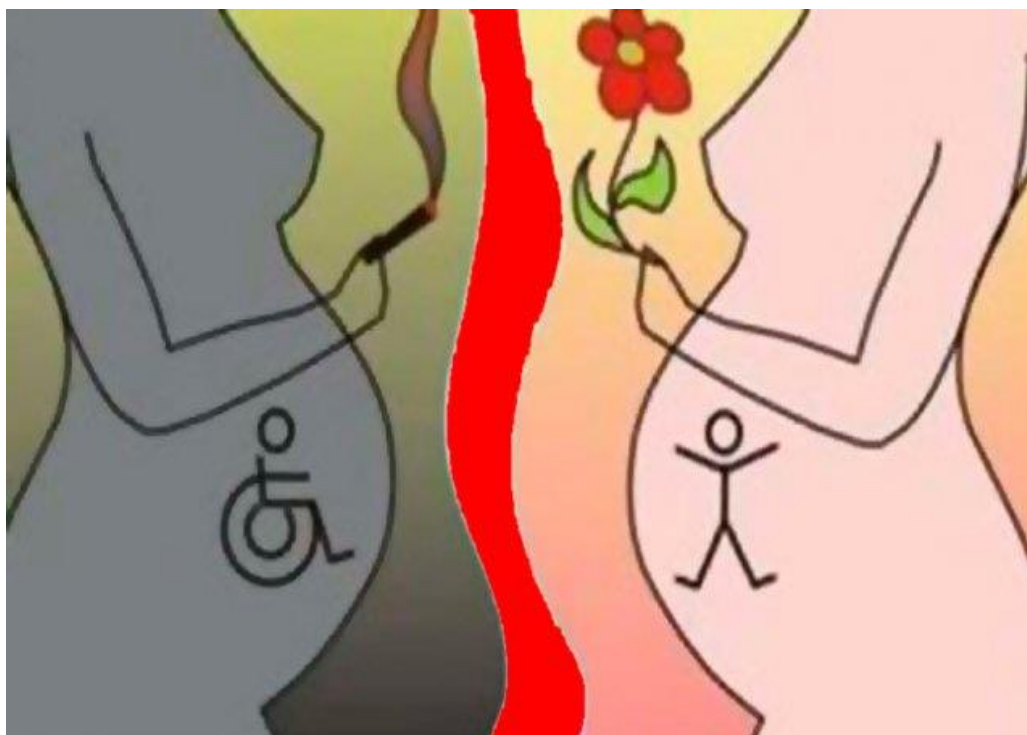


МИНИСТЕРСТВО ТРУДА И СОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ
КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

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

План-конспект
воспитательного занятия по теме:
«Сигарета - женщина-ребенок»



Воспитатель Павлова А.Н.

пос. Совхозный,
Славянский район

Тема: «Сигарета-женщина-ребенок».

Цели:

образовательная: формировать у детей представление об отрицательном влиянии курения на организм, учить умению управлять своими желаниями и поведением;

развивающая: развивать речевую и познавательную активность;

воспитательная: воспитывать положительные привычки, пропагандировать здоровый образ жизни.

Оборудование: проектор, слайды.

Форма проведения: беседа-диалог.

Дата проведения: _____

Ход занятия.

I. Вводная часть.

Привычка – это тоже ведь зараза,
Привычка – тоже некая болезнь,
Она болит и заживет не сразу,
С ней очень трудно жить, поверь!
Она растет микробом в теле,
Она, как рана, у тебя в груди.
Ее не видно, но на самом деле
Она испепеляет и горит.
Ей зародиться ничего не стоит,
Но виноват ты только в этом сам.
Она попросит, а потом заставит,
Приказы отдавая по часам.
Тема нашей беседы: «Сигарета-женщина-ребенок».
Сегодня поговорим об опасности курения для организма. Но сначала немного истории.

II. Основная часть.

Есть такая присказка: «Если бы молодость знала, если бы старость могла».
Начать – проще всего, а вот, привыкнув, бросить... Марк Твен на вопрос: «Трудно ли бросить курить?» отвечал: «Совсем не трудно, я раз сто бросал».
Великий Бальзак сказал «Табак приносит вред телу, разрушает разум, отупляет целые нации».

Давайте вместе с вами обсудим, что дает человеку курение (два ученика записывают на доске в два столбика)

Позитив.

1. Элемент комфорта.
2. Кокетство(игра красивой зажигалкой, пачкой дорогих сигарет).
3. Похудение.
4. Снятие нервного напряжения.
5. Желание казаться взрослее.

Негатив.

1. Старит кожу.
2. Желтеют зубы.
3. Плохой запах изо рта.
4. Голос становится хриплым, прокуренным.
5. Нервные срывы.
6. Психологическая неуравновешенность.
7. Склонность к простудным заболеваниям.
8. Пальцы рук, ногти желтеют.
9. Замедляется рост.
10. Страдают дети курильщиков.
11. Повышенная заболеваемость бронхитом, пневманией.
12. Рак легких, горла, губ.
13. Лишняя трата денег

Давайте вместе сделаем выводы. Чего же все-таки больше в курении пользы или вреда. Выслушать ответы ребят. Дополнить.

В табачном дыме содержится много ядовитых вредных веществ: синильная кислота, сероводород, никотин, аммиак, оксид углерода, радиоактивный изотоп калия, мышьяк.

Некоторые курильщики полагают, что сигаретные фильтры, освобождая дым от содержащихся в нем частиц, делают его безвредным. К сожалению, это не так.

Никотин способствует нарушению зубной эмали и отложению на поверхности зубов табачного дегтя, вследствие чего она приобретает желтоватый цвет, а полость рта начинает издавать специфический запах.

Температура дыма оказывает влияние на слизистые оболочки рта и носоглотки. Капилляры их расширяются, слизистая оболочка воспаляется. Тепло табачного дыма и находящиеся в нем химические вещества раздражают слюнные железы. Ядовитые вещества дыма, переходя в слюну, действуют на слизистую оболочку желудка, что не остается бесследным.

Потери аппетита, боли в области желудка, чередование запора и поноса, хронические гастриты и, наконец, язвы желудка – вот расстройства, которые встречаются у курящих во много раз чаще, чем у некурящих.

Постоянное курение, как правило, сопровождается бронхитом, который проявляется кашлем после пробуждения и отхаркиванием сероватой, грязно-коричневой мокроты. Хроническое раздражение слизистой оболочки голосовых связок сказывается на тембре голоса. Он теряет звучность и чистоту.

В результате поступления дыма в кровь, кровь обогащается угарным газом вместо кислорода. В результате снижается гемоглобин.

Высокая доза синильной кислоты в дыме возбуждает центральную нервную систему, может наступить ее паралич, прекращение дыхания, а затем остановка сердца.

У курящего человека снижается сопротивляемость легких к различным инфекционным заболеваниям, в частности, к туберкулезу.

Как видим, курение сопровождается весьма неприятными ощущениями.

Релаксационная пауза (под музыкальное сопровождение).

«Привычка – вторая натура» - именно этим можно объяснить курение многих людей, которые и рады бы бросить это никчемное занятие, да не могут изменить своей вредной привычке.

Если причиной начала курения у мальчиков является стремление подражать взрослым, то у девушек начало курения часто связано с кокетством, желанием нравиться юношам.

Подсчитано, что смертельная доза никотина для человека составляет 50-70мг для подростка. Но растущий организм примерно в 2 раза чувствительнее к никотину, чем взрослый. Значит, смерть может наступить, если подросток за один раз выкурит полпачки сигарет.

Случаи смерти молодых людей от поступления в организм больших доз никотина не столь уж редки. Особенно часто такие случаи бывают при выкуривании сигарет в компании «на спор».

Самой грозной расплатой за курение оказывается рак.

Бросить курить под силу каждому. Для этого нужно четко обосновать для себя причину побудившую принять такое решение. Это может быть стремление сохранить здоровье. Начать лучше учиться, желание избавить окружающих от вредного воздействия дыма, наконец, стремление приобщиться к спорту.

Бросить курить под силу каждому. Этому может помочь приобщение к спорту.

О чувствах человека, оставившего дурную привычку курения, прекрасно сказал В. Маяковский в стихотворении «Я счастлив!»:

Я сегодня дышу как слон, походка моя легка,

И ночь пронеслась, как чудесный сон, без единого кашля и плевка...

Я стал определенный весельчак и остряк – ну, просто – душа общества,

Я порозовел и пополнил в лице, забыл и гриппы и кровать.

Граждане, вас интересует рецепт? Открыть? Или... не открывать?

Сообщаю: граждане – я бросил курить.

Слайд № 1

Ребята, как вы себе представляете легкие курильщика? Почему они черного цвета.

Посмотрим на опыте.

Если бы человек жил правильно, мог бы прожить до 120 лет.

Предложите рецепты долголетия. (Высказывания детей).

Слайд № 2

Курение мужчин – беда. Курение женщин – дважды беда, ибо угроза от женской сигареты двойная и для самой курильщицы, и для ее ребенка.

Выяснилось, что дети отстают в физическом и умственном развитии не только потому, что их отец пьет, но и потому, что мать курит.

Механика отравления детского организма проста: в табачном дыму, помимо никотина, содержатся вещества высочайшей токсичности – угарный газ и бензидин. Это нервные яды. А центральная нервная система ребенка не защищена: доступ яда к мозгу плода свободен.

III. Заключительная часть.

Итак, вы теперь знаете, как влияет никотин на организм человека. А умеете ли вы сказать «нет». Наверное, многие попадут в такое положение, когда кто-то будет уговаривать вас попробовать закурить.

Сценка.

Один ученик уговаривает попробовать сигарету другого ученика и этого же ученика уговаривает другой ученик отказаться.

Кому из ребят было тяжелее всего?

Конечно же, тому, кто убеждал отказаться.

Итак, для вас задание:

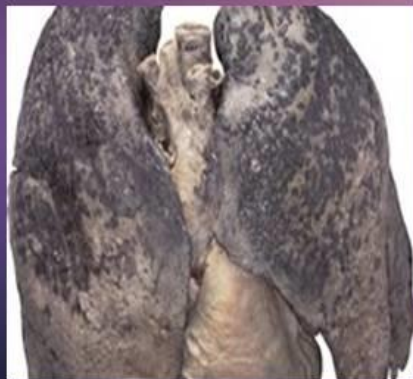
Попробуйте хотя бы одного человека убедить отказаться от курения.

На следующем занятии выскажите свое мнение по этому поводу.

Слайд №1

Что будет если употреблять табак.

Легкие курильщика.



Легкие здорового человека.



Слайд №2

Дети курильщиков

Дети, родившиеся от курящих матерей отстают от своих сверстников в умственном и физическом развитии.

Самый большой вред курение наносит детям при внутриутробном развитии.

