***«КУРИТЬ - ЗДОРОВЬЮ ВРЕДИТЬ»***

**Цель**: донести до сознания детей, какова расплата за беспечное отношение к своему здоровью.

**Задача**: развивать у детей осознание неприятие табака как одного из способов воздействия на личность.

**Возраст:**12-14 лет.

**Оборудование:** стенгазета «Хочешь жить –бросай курить!» , карточки с заданиями викторины, магнитофон и аудиозаписи песен: «Девочка, не кури!» группы «Левостороннее движение», «Не курите, мальчики!» И.Корнелюк используются для создания музыкального фона во время проведения викторины.

**Форма:** час общения.

**Воспитатель:** В настоящие время актуальна проблема курения у подростков. Подростки не задумываются, что курение не приносит никакой пользы человеку. Наоборот – незаметно подтачивает здоровье курильщика, которой вместе с дымом втягивает в себя более сорока вредных веществ. Одним из них является никотин. Никотин относится к алкалоидам – веществам растительного происхождения сложного состава, многие из которых – сильнейшие яды. В чистом виде представляет собой маслянистую, бесцветную, прозрачную жидкость, жгучую на вкус. При проникновении в органы отрицательно действует на:

- нервную систему;

- органы чувств;

- органы дыхания;

- сердечно-сосудистую систему;

- органы пищеварения;

- снижает работоспособность и т.п.

**1-й ведущий:** Утром наполнить спешу никотином

Хилые лёгкие. Пусть похрипят.

Так я воюю и с медициной.

И с утверждением –«Курение – яд!»

Это непросто: щеки обвисли,

Сердце в груди совершает прыжки.

Выпали волосы. Спутались мысли.

Руки дрожат. Под глазами мишки.

Но ненавистным журналом «Здоровье».

Что издается на радость ханже,

Вплоть до победы биться готов я.

Врач успокоил: «Не долго уже».

(Г.Касмынин)

**Воспитатель:** Сегодня мы познакомимся поближе с растением « табак», из которого изготавливают сигареты и когда же человечество приобщилось к курению? Обратимся за разъяснением вопроса к историческим фактам.

Презентация «Из истории курения..»

**1- слайд**: Табак родом из Америки. История приобщения европейцев к курению началась так. 12октября 1492 года матрос Родриго Триана с корабля «Пинта» знаменитой флотилии адмирала Христофора Колумба закричал: «Впереди земля!» Высадившись на незнакомый берег, Колумб и его друзья увидели , что туземцы держали в зубах дымящие пучки тлеющих листьев. Туземцы предложили путешественникам покурить и в качестве подарка подарили сушеные листья растения «петум». В поисках золота Колумб отправился дальше к югу 27 октября 1492 года высадился на побережье Кубы. Жители встречали пришельцев с головнями в руках и с травой, употребляемой для курения, которую они называли «сигаро». Дым этой травы, по образному выражению Колумба, они пили. При курении каждый делал из неё 3-4 затяжки, выпуская дым через ноздри.

**2**- **слайд**: Возвратившись в Испанию. Экспедиция привезла с собой небольшие запасы табака и привычку его курения. Курение широко распространилось после того, как по прошествии какого-то времени, при возвращении в Англию, большая группа эмигрантов, побывавшая в Америке, захватив с собой семена табака, стала заниматься его разведением.

**3- слайд**: Известен такой факт: будто бы французский посол в Португалии Жан Нико рекомендовал Екатерине Медичи и одному из её сыновей принимать пилюли табака как средство от головной боли. «В честь» НИКО, по-видимому. Получило своё название основное вредное вещество табака – никотин. Постепенно курение стало «путешествовать» по Европе, дошло и до России, но активного распространения не получило , пока царевич Пётр Алексеевич, постоянно общавшийся с чужеземцами, не научился курить. А потом он стал царевичем и начал , как известно, вводить в России «европейские» порядки, в том числе и пропаганду курения. При Петре 1 в России появились табачные фабрики. Курение распространилось по всей стране. Тогда ещё никто не знал, насколько опасна эта привычка.

**2-й ведущий**: А теперь проверим ваши знания о табакокурении, проведём викторину.

**Вопросы викторины**:

1.Родина табака:

-Южная Америка;

-Южная Африка;

-Южный полюс.

2.Когда Колумб в 1492 году высадился на побережье Кубы, то он встретил жителей с головнями в руках и с травой, употребляемой для курения, которую они называли:

-папирус;

-сигаро;

-самокруто.

3.Екатерина Медичи использовала нюхательный табак как лекарственное средство:

-мигрени;

-от насморка;

-простуды.

4.Кто обнаружил в табаке никотин?

-Жан-Жак Руссо;

-Жан Нико;

-Жан-Поль Бельмондо.

5.В какой стране табак в 16 веке был объявлен «забавой дьявола»?

-Испания;

-Бразилия;

-Италия.

6.Самый популярный способ употреблять табак в США до 19 века:

-нюхание;

-жевание;

-курение.

7.Для чего чистят курительные трубки?

-чтобы собрать остатки табака;

-чтобы удалить табачный дёготь;

-от нечего делать.

8.Кого называют «курильщики поневоле»?

-тех, кто находится в обществе курящих;

-тех, кто курит в тюрьме;

-тех, кого заставляют курить принудительно.

Презентация (продолжение)

**4-слайд**: С табачным зельем в давние времена велась жестокая борьба. В конце 16 столетия в Англии за курение казнили, а головы казнённых с трубкой во рту выставили на площади. Французский король Людовик 13 издал специальный указ о том, что лишь аптекарям разрешается продавать табак только как лечебное средство. В Турции курильщиков сажали на кол. В Италии , в назидание потомству, пятеро монахов ,уличенных в курении, были заживо замурованы в монастырской стене. В Англии по указу Елизаветы 1 курильщиков приравнивали к ворам и водили по улицам с верёвкой на шее. В России в царствование Михаила Фёдоровича уличенных в первый раз наказали палочными ударами, во второй раз –отрезанием носа или ушей.

Далее цитируются высказывания известных деятелей, писателей о курении.

**2-й ведущий**:

Я раньше курил и потом бросил и совершенно не понимаю, как могут люди брать в рот эту гадость… (Л. Толстой)

Табак усыпляет горе, но неизбежно ослабляет энергию..

(О. Бальзак)

Этот порок будут осуждать и всегда к нему тянуться..

(Б. Рамазини)

Яд, который не действует сразу, не становится менее опасным.

(Г. Лессинг)

**1-й ведущий**: Сейчас многие из наших сверстников начинают курить, но знаете ли вы, к чему это приводит? Например у юноши под воздействием никотина замедляется рост и развитие некоторых органов. Вдыхание дыма в лёгкие приводит к бронхитам, создает опасность пневмонии, повышает вероятность раковых заболеваний. Курение поражает сердечно-сосудистую и эндокринную систему, органы пищеварения, дыхания – и этот список можно продолжать.

**Воспитатель**: Завершая разговор хочется заметить, что от каждого из нас зависит , какие привычки, вредные или полезные, будут преобладать. Врачи и психологи утверждают: начать курить гораздо легче, чем бросить. Поэтому давайте поступать, так как действовал герой этого стихотворения.

Я шел домой со спортзанятий.

Меня окликнул мой приятель.

Он сигаретою дымил

И закурить мне предложил.

Но ведь куренье – это вред.

И я сказал: «Спасибо, нет.

Дышать нам надо кислородом.

Зачем травиться углеродом?»

Рефлексия : Что вы узнали нового о вреде курения?

Полезен ли был для вас сегодня час общения?

Какой вы выбираете образ жизни?

(ответы детей).