Муниципальное бюджетное образовательное

учреждение

средняя общеобразовательная школа №7 г.Павлово Нижегородской области

**МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА**

**РАЗДЕЛА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

**«ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ» 5 КЛАСС**

**Программа: Программы общеобразовательных учреждений**

**Основы безопасности жизнедеятельности 1-11 классы под общей редакцией А.Т.Смирнова, М.:«Просвещение»2008г.**

**Аттестационная работа**

**На первую категорию**

**Учителя Основ безопасности**

**жизнедеятельности**

**Ларцевой Валентины Витальевны**

**Образование высшее**

**Педагогический стаж 31 г.**

г. Павлово

2012г.

**Форма урока:** урок - общение

Класс:5 А класс

Цели урока: ознакомить учащихся с разрушающим действием табака и табачного дыма на организм человека. Профилактика курения.

Задачи урока:

* + Дать учащимся представление о табакокурении как о факторе, разрушающем здоровье.
  + Формировать у учащихся стойкое неприятие к курению табака.
  + Формирование у детей мотивационной сферы здорового образа жизни.

**Ход урока:**

1. Организация начала урока . Беседа по теме: «Что вы понимаете под здоровым образом жизни.
2. Историческая справка о начале потребления табака.
3. Диаграмма распространения табакокурения разных возрастных групп населения России.
4. Причины, заставляющие детей курить.
5. Знакомство с отрывком из повести Л.Н.Толстого «Детство, юность, отрочество»
6. Обсуждение.
7. Работа с таблицей о вреде курения на организм человека.
8. Опыт «Аппарат вредных привычек»
9. Дифференцированное домашнее задание

**Необходимое оборудование:** мультимедийный проектор, компьютер, экран, звуковые колонки, таблицы. Творческие работы учащихся.

**Формы и методы обучения:** словесный, наглядный – эвристическая беседа с применением учебно-наглядных и технических средств обучения; практический – индивидуальная работа,; здоровьесберегющие технологии.

Формы учебной работы учащихся: фронтальная работа, групповая работа, работа в парах, индивидуальная работа.

Знания, умения, навыки, которые приобретут ученики в ходе урока: ­ актуализация, систематизация и практическое применение полученных знаний в новой ситуации

**Ход урока:**

**Вступительное слово учителя:**

Сегодня мы поговорим о курении и его последствии на организм человека.

. Научно доказано, что это – пагубная привычка, вредная и опасная для человека.

Посмотрите на экран: (слайд № 4)

Население нашей планеты составляет более 6 млрд. чел. По данным Всемирной организации здравоохранения, количество курильщиков более 1 млрд. чел. В России курят 34% населения и ежегодно умирают от последствий курения 375 тыс. чел.. Это 1030 человек в день. 43 человека в час и 32 чел. за 45 мин.учебного времени.

Несмотря на эти страшные цифры люди продолжают курить, а молодежь, глядя на рекламу приобщаются к этой пагубной привычке. 28% подростков в возрасте до 18 лет курят. 14 % курят женщины.

Вот такая статистика вызывает тревогу за будущее страны, сокращается продолжительность жизни населения. Эта проблема обсуждается медиками, социологами, политиками, а сегодня мы поговорим на уроке.

А начнем с того как все начиналось и как к курению в разные периоды истории относился народ.

**Ученик 1: (слайд № 5, 6) (домашнее задание)**  Во время своего путешествия в 1492 г. Христофор Колумб увидел, как жители острова Куба сосут туго свернутые тлеющие листья какого-то растения. Эти свернутые листья назывались «сигаро».От названия провинции Табаго, где эту траву стали выращивать, растение получило название «табак».Первоначально табак использовался в качестве лекарства от мигрени: аромат табачных листьев уменьшал головные боли. Со временем нюханье табака и его курение быстро распространилось и стало модным.

**Ученик 2: (Слайд № 7)** В России табак появился в 1583 г. При царе Иване Грозном, а распространение получил при царе Федоре Ивановиче. Со временем было замечено, что курение табака приводит к многочисленным отравлениям организма и даже смерти. При небрежном обращении с непогашенной трубкой происходит возгорание деревянных построек. Курение в России стало преследоваться властями и духовенством. При царе Михаиле Федоровиче запрещалась продажа, покупка и потребление табака. Нарушающих этот запрет наказывали палочными ударами. При повторном нарушении им отрезали ноздри или уши, иногда казнили. При Петре 1 табак стал новой доходной статьей для торговцев и правителей. Для борьбы с распространением табака вводилась на его импорт пошлина, проводились операции по борьбе с контрабандой.

**Учитель: (Слайд №8)** Посмотрите внимательно на диаграмму распространения табакокурения разных возрастных групп населения России. Какие выводы можно сделать?

**Ученики делают выводы, что** более 40% курильщиков – это молодые люди школьного возраста.

**Учитель:** Ребята, как вы думаете, какие причины заставляют детей начать курить?

**Ученики: (Слайд № 9)**

* + подражание взрослым
  + любопытство
  + желание испытать себя
  + способствует похудению
  + это модно
  + помогает успокоить нервы, расслабиться
  + желание выглядеть солидно, круто
  + неверие во вредность курения
  + помогает сосредоточиться, лучше работать

**Учитель:**  Многие дети курят не потому, что им нравится курить, а потому, что хотят показаться взрослее, Не у каждого хватает сил проявить свой характер и отказаться от сигареты в курящей компании. А ведь вредно даже находиться рядом с курящим, так как приходится вдыхать ядовитый дым. И через несколько лет, кто курит, начинает кашлять, задыхаться при беге и даже при ходьбе, быстро уставать. И ждет курильщика болезни органов дыхания: астма, туберкулез, рак. (**слайд № 10,11)**

Ребята, а сейчас я предлагаю послушать отрывок из повести Л.Н.Толстого «Детство, отрочество, юность», где герой делится своими впечатлениями о первой попытке покурить.

**Ученик чикает отрывок, подготовленный дома:** « Скрепив сердце, я довольно долго втягивал в себя дым, пробовал пускать кольца и затягиваться. Скоро комната вся наполнилась голубоватыми облаками дыма… во рту я почувствовал горечь и в голове маленькое кружение… К удивлению моему, зашатался на ногах, комната пошла кругом, и , взглянув в зеркало, к которому я с трудом подошел, я увидел, что лицо мое было бледно, как полотно. Едва я успел упасть на диван, как почувствовал такую тошноту и такую слабость… что мне показалось, что я умираю».

**Учитель:**

Ребята, я хотела бы услышать от вас, пробовали ли вы закурить

и совпадают ли ваши впечатления от выкуренной сигареты с впечатлениями героя повести Л.Н.Толстого.

(обсуждение)

**Учитель:** Когда человек курит, то медленно сгорает табак и образуется дым. Дым состоит из множества вредных веществ, среди которых 30 ядовитые, это никотин, угарный газ и табачные смолы. Никотин отрицательно влияет на работу сердца – оно быстро изнашивается. Угарный газ затрудняет доступ кислорода в организм, а табачные смолы засоряют легкие. Ученые установили, что извлеченный из пяти сигарет никотин убивает кролика.

**Учител**ь: **(слайд № 12)**  **А теперь посмотрите в таблицу. Постарайтесь запомнить, какой вред вашему здоровью может нанести табачный дым.**

**(слайд 13,14) Сравните легкие здорового человека и легкие человека курящего. Стоит задуматься?**

**Показ опыта** “Аппарат вредных привычек” Задача: продемонстрировать учащимся, что смолистые вещества немедленно проникают в легкие и последствия табачного дыма на легкие человека.

**Необходимо**: прозрачная пластиковая бутылка, вата, сигарета, спички.

**Опыт**: вставить сигарету в проделанное отверстие в крышке, сжав бутылку, выдавить из нее воздух, зажечь сигарету, медленно ослабляя давление на бутылку производить курение аппаратом.

**Выводы**: при осмотре ваты внутри бутылки определить ее цвет и отложение на ней табачного дегтя и какой эффект оказывает курение на внутреннюю поверхность легких.

**Учитель: Давайте подведем итоги: Что мы можем порекомендовать всем (слайд № 15, 16)**

Вы дома готовили творческие работы по борьбе с табакокурением. Давайте посмотрим, что у вас получилось**.(и еще посмотрите слайд № 17, 18)**

Дети предлагают рисунки, буклеты, плакаты.

**Учитель:** Целью нашего урока было окончательно убедиться во вреде этой пагубной привычки.

В заключении нашего урока я предлагаю посмотреть видеоролик о вреде курения.