|  |
| --- |
| « **Губительная сигарета»** Цель: предупредить формирование у детей вредной привычки – курения. Задачи: на доступных примерах рассказать детям о вреде курения; расширять кругозор ,способствовать развитию воображения, внимания, мышления обучающихся; способствовать воспитанию бережного отношения к своему здоровью. Ход занятия 1. Организационный момент. -Рано утром мы встаём, звонким голосом поём, Солнцу, ветру улыбаемся и при этом, не стесняемся. Всем здоровья мы желаем, никого не обижаем. Хватит места на земле людям всем, животным, мне. Чтоб земля наша цвела, мы желаем всем добра. 2. Актуализация знаний - Ребята, сегодня у нас с вами пойдёт серьёзный разговор. А о чём, вы узнаете, если отгадаете загадку: «Что на свете дороже всего?». Дети. Здоровье. (На доске записана пословица: «Здоровье дороже всего».) Как вы понимаете смысл этой пословицы? Для чего человеку нужно здоровье? Что надо делать, чтобы быть здоровым? (Мнения детей) 3. Игра « Составь пословицу» (Обучающимся раздаются карточки с частями пословиц. Необходимо сложить пословицы.) Болен - лечись, а здоровье смолоду. Чисто жить а здоров берегись. Береги платье снову, здоровый дух. В здоровом теле здоровью вредить. Курить - здоровым быть. 4. Стихи о курении О вреде курения Веселая лошадь однажды жила, Паслась на лужайке и воду пила. И всё бы прекрасно, и всё б ничего – Жила бы лет двести скорее всего. Но ей сигареты бычок подарил И сам вместе с нею одну закурил. Понравился лошади сизый дымок И курит лошадка уйдя в закуток. Веселая лошадь вдруг стала груснеть, И стала вдруг кашлять и стала потеть. И сыпится грива, и меньше стал рост, Дрожит и трясется прокуренный хвост. - Ах, доктор, скорее спасите её ! Скорей аспирина, скорей мумиё! Но доктор ответил - Не стоит спешить. Должна пациенточка бросить курить. Ведь знают все люди и знает скотина, Что вреден здоровью и грамм никотина. А если лошадка не бросит курить, То может до свадьбы своей не дожить. Мамы и папы, Бабушки и дедушки, Юноши и девушки, И даже малыши! Мы хотим Вам предложить Без куренья жизнь прожить. Быть здоровым так легко: Соки пить и молоко, Заниматься физкультурой, Музыкой, литературой, Жить, мечтать, творить, любить И, конечно, не курить. Словно трубы не дымите, Мы Вас просим: НЕ КУРИТЕ!!! 5.Страничка « Кто курит табак, тот сам себе враг» К сожалению, почти у всех людей есть вредные привычки. К ним относится и курение. Учёные в течение нескольких лет проводили наблюдения над 200 курящими и 200 некурящими школьниками. И вот что выявили. Итак, таблица.(Работа по таблице). Если среди учеников есть курящие, то успеваемость у них низкая. Такие дети быстро устают, медленно соображают, у них плохая память, они нервные и обидчивые, на физкультуре не могут выполнить нагрузку, задыхаются. 6. « Рекламная пауза». Частушки. -Коля, Коля , не кури: Вредно для здоровья! Лучше пей ты каждый день Молоко коровье. Говорили, говорили, Чтоб мальчишки не курили. А Андрюшка за углом Подавился табаком. Каждый день у нас Денис Курит по полпачки. Лучше ел бы мальчик наш Леденцы на палочке. Никотин - здоровью враг, Учат детей в школе. Дома папа курит так, Что взвоешь поневоле. Никотином травим всех, Тех, кто с нами рядом. Чтобы не было беды, Курить бросить надо. 7. Притча о мудреце. Учитель. Послушайте притчу о мудреце. В далёком прошлом, когда табак только начал своё распространение, это растение привезли к подножию Арарата, где жил один старец, добрый и мудрый. Он сразу невзлюбил это растение и убеждал людей не пользоваться им. Однажды старец увидел, что вокруг купцов, разложивших свой товар, собралась толпа крестьян. Купцы расхваливали свой товар. Мудрец подошёл к ним и сказал: « Этот лист приносит пользу: к курящему в дом не войдёт вор, его не укусит собака, он никогда не состарится.» Купцы обрадовались такой рекламе и попросили мудреца подробнее рассказать об этом великолепном листе. Мудрец продолжал: « Вор не войдёт в дом курящего потому, что тот всю ночь будет кашлять, а вор не любит входить в дом, где человек не спит. Через несколько лет курения человек ослабнет и будет ходить с палкой; как собака укусит человека, если у него в руках палка? И наконец, он не состарится , ибо умрёт в молодости». Вот такая притча… И дома, и в общественных местах некурящий человек часто вынужден находиться рядом с курильщиком и вдыхать табачный дым. Курение в присутствии некурящих - это не только элементарная невоспитанность, но и покушение на чужое здоровье. В этой ситуации некурящий человек получает даже большую дозу вредных веществ, чем сам курильщик. 8. Говорят цифры и факты Почему дети начинают курить? Ученые установили несколько причин, но выделили основную: «Стремление казаться взрослым и независимым», но курить в школьном возрасте, как правило, начинают те, кто ничем и никак не проявил себя ни в учёбе, ни в труде, ни в школьной жизни. Советы тем, кто решил никогда не курить: \* Старайтесь не бывать в компаниях, где «балуются» сигаретами. \* Если вам предложили «попробовать», не стесняйтесь проявить самостоятельность и волю - вежливо откажитесь. \* Старайтесь быть подальше от курящих, не оставайтесь в помещении, где курят. \* Если закурил кто-то из родителей - уйдите в другую комнату. \* Помните: всегда лучше не начинать того, от чего будет очень трудно избавиться! Табак приносит вред телу, разрушает разум, отупляет целые нации. (О. де Бальзак)\*\*\* \*\*\* Задумайся: • На 15 минут короче становится жизнь после каждой выкуренной сигареты. • Ежегодно от болезней, вызванных курением, в мире умирают 700 тысяч человек, из них в России до 100 тыс. человек. 9. Домашнее задание. Учитель. Расскажите папам и мамам о том, что узнали на занятии, попробуйте убедить родителей, что курить вредно. Спросите у своих курящих родителей: хотели бы они, чтобы их дети (вы) курили? 10. Исп. Песня «О вреде курения» (тексты песен у детей на партах) Колумб Америку открыл - Великий был моряк! Но заодно он научил Весь мир курить табак. От трубки мира, у костра Раскуренной с вождём, Привычка вредная пошла В масштабе мировом. Минздрав предупреждает: Куренье - это яд! Минздрав предупреждает, Минздрав предупреждает, А Колумб, а Колумб, а Колумб Ни в чём не виноват! Колумб, который Христофор, Не ведал, что творил. Немало утекло с тех пор В дым сизый наших сил. Нам слаще аромата роз Табачный перегар, А в дыме том - инфаркт, склероз, Рак лёгких и катар... Минздрав предупреждает: Куренье - это яд! Минздрав предупреждает, Минздрав предупреждает, А Колумб, а Колумб, а Колумб Ни в чём не виноват! Я, лично, бросил, не курю - Я бодр и полон сил, Родной Минздрав благодарю, Что он предупредил. Курильщик, извини меня За грустный каламбур: Куренью с нынешнего дня Объявим перекур! Минздрав предупреждает: Куренье - это яд! Минздрав предупреждает, Минздрав предупреждает, А Колумб, а Колумб, а Колумб Ни в чём не виноват! 11. Итог занятия. Курить иль не курить? Вот в чем вопрос. Задумайтесь об этом все всерьёз. Ведь никотин - сильнейший яд! Об этом факты говорят. Ты сигарету выкурил одну, Но всё кругом находится в дыму. Два литра дыма в воздухе висят, Им дышат взрослые и дети - все подряд, Но никотин не спит, Ему нельзя дремать, Он изнутри курящих начинает разрушать. Сигаретная страна - очень вредная она. Кто хоть раз в неё ступил, сигарету закурил, Тот во многом прогадал, тот здоровье потерял. Лучше спорт, компьютер, книжки Для девчонок и мальчишек. Научись ответить «нет» Любой пачке сигарет! |