**КУРИТЬ – ЗДОРОВЬЮ ВРЕДИТЬ. 4 КЛАСС**

**Цели классного часа:**

1. Профилактика курения и популяризация здорового образа жизни среди учащихся;
2. Воспитание у учащихся ответственности за свое здоровье, устойчивого негативного отношения к курению
3. Расширение знаний о вреде курения.
4. Формирование у учащихся навыка критического анализа ситуаций;
5. Умение выражать собственные взгляды, аргументировать, работать с дополнительной литературой.

**Подготовка к классному часу:** учащиеся делятся на группы в соответствии с собственными интересами и желанием. Каждая группа получает конкретное задание.

|  |  |
| --- | --- |
| **группа** | **задание** |
| историки | В литературе найти сведения о том, как табак попал в Европу и Россию, откуда пошла привычка курить. |
| социологи | В литературе найти сведения о причинах начала курения, о том, почему люди не бросают курить. |
| медики | В литературе найти сведения о заболеваниях, связанных с курением. |
| химик | Готовит информацию о вредных и ядовитых веществах, находящихся в табачном дыме. |

**УЧИТЕЛЬ.** Здравствуйте! Итак, мы начинаем круглый стол! Сегодня на нашем занятии выступят специалисты в области истории, социологии, медицины, химии. Чтобы узнать тему, необходимо выполнить задание.

Вычеркните согласные буквы, которые повторяются дважды, а из остальных букв составьте слово.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **И** | **Б** | **У** | **З** |
| **Г** | **К** | **i** | **Е** |
| **Н** | **В** | **Р** | **Б** |
| **Г** | **Е** | **З** | **В** |

Именно об этом социальном явлении мы будем говорить сегодня. Курение прочно вошло не только в наш быт, но и в культуру. А ведь были времена, когда курение считалось несовместимым с обликом цивилизованного человека. Откуда же пришла к нам эта пагубная привычка? Я передаю слово историкам.

***Выступление историков.***

**Слайд 1**

Табак имеет почти 500-летнюю историю. Открытие Христофором Колумбом Америки связано с открытием европейцами многих новых для них растений, среди которых был и табак. Вопреки строгому запрету Колумба, некоторые из его моряков тайно привезли листья и семена табака в Европу. Сначала табак был объявлен всеисцеляющей лечебной травой. Он быстро распространился и стал очень популярным. Мужчины, женщины и молодые люди начали курить, нюхать и жевать табак. Рекомендуемый в начале, как лекарственное средство от всех болезней, табак очень скоро приобрёл плохую славу, и испанская королева Изабелла первая проклял его. Её примеру последовал французский король Людовик 14. В России, во времена царствования Михаила Романова, курильщиков наказывали в первый раз 60 ударами палок по стопам ног, во 2 раз - отрезанием носа или ушей. А после сильнейшего пожара в Москве в 1643 году, причиной которого стало курение, оно было запрещено под страхом смертной казни.

**Ведущий.** Огромное число людей на Земле курит и продолжает жить. Так ли опасно курение для нашего организма? С этим вопросом я обращаюсь к химику.

***Выступление химиков.***

**Слайд 2**

Ученые доказали — в табачном дыме содержится более 2000 ядовитых веществ. Папироса — маленькая «полониевая бомба» замедленного действия. Когда она зажигается, начинают вырабатываться радиоактивный калий и палладий, свинец, полоний. В дыме содержатся: никотин , окись углерода , сажа, муравьиная кислота, уксусная кислота, аммиак , мышьяк, синильная кислота, сероводород, ацетилен.

В состав табака входит никотин — сильный яд. В малых дозах он действует на нервную систему возбуждающе, в больших — вызывает ее паралич: остановку дыхания, прекращение сердечной деятельности.

Учёные установили, что никотин от 5 сигарет убивает кролика, а от 100 – лошадь. 1 сигарета укорачивает жизнь человека на 15 минут.

**Ведущий.** Впечатляет. А что на этот счет скажут медики?

***Выступление медиков.***

**Слайд 3**

Вещества, которые получаются при сгорании табака, вредные, главный из них - никотин.

Первым в контакт с табачным дымом вступают рот и носоглотка. Первыми от дыма страдают зубы. В эмали зубов от вредных веществ появляются трещинки и зубы разрушаются раньше у курящих людей, чем у некурящих. Трещинки способствуют отложению в них табачного дёгтя, зубы приобретают желтоватый цвет и начинают издавать неприятный запах.

Далее ядовитые вещества дыма переходят в слюну и вместе со слюной проходят в наш организм, первым на их пути встречается желудок, что не остаётся бесследным для курильщика. Потеря аппетита, боли в области желудка, язва желудка.

Огромный вред дым наносит и лёгким. Курение ослабляет деятельность лёгких, в них поступает недостаточное количество кислорода. Это приводит к заболеванию туберкулёзом, тяжёлым бронхитом, отсюда постоянный кашель, одышка, учащённое сердцебиение.

Сердце - главный орган человека. Через множество сосудов к сердцу поступает кровь, у курящего человека сосуды сильно сужаются и кровь к сердцу поступает плохо, что приводит к тяжёлым сердечным заболеваниям.

**Ведущий.** Все знают, что курение вредно для здоровья, но тем не менее начинают курить. Как вы думаете, почему? ( Реклама сигарет по телевизору. Широкая торговля ими. Любопытство. Желание выглядеть взрослым. От нечего делать.)

Наши социологи провели опрос и получили следующие ответы.

**Слайд 4**

**Ведущий.** А теперь давайте проанализируем ситуацию. Послушайте рассказ и помогите герою разобраться в его проблеме.

У меня есть два друга: Коля и Толя. Толя очень самостоятельный. Он в последнее время стал курить и теперь выглядит, как взрослый. Девчонки обращают на него внимание.

А Толя не выглядит так модно, как Коля с сигаретой. Но Толя зато всегда бодрый, весёлый и сильный. Он занимается спортом.

А я всё думаю, что мне делать: закурить, как Коля, или спортом заняться как Толя?

Какое место выберите вы?

**Ведущий.** Я предлагаю посмотреть мультфильм, снятый по стихотворению С. Михалкова «Медведь и трубка».

У автора есть своя версия окончания мультфильма. Я вам предлагаю придумать свои варианты концовки.

**Итог.**

Чтобы подвести итог нашего занятия, проведём игру «10 секунд».

Все встанем в круг и каждый за 10 секунд произнесет по одному предложению о том, что запомнилось.

**Слайд 5**

Я рада, что вы увидели негативные стороны этой пагубной привычки. Очень надеюсь, что вы не пополните ряды курильщиков.