**Тема: Курение или здоровье?**

**Цель:** повысить уровень информированности подростков по проблемам, связанным с курением и показать вредное влияние табака на организм человека.

**Ход классного часа.**

1.**Вступительное слово.**

Сегодня мы затронем одну из главных тем безопасности жизни человека – проблему курения. Эта тема не случайно стала темой нашего классного часа. В жизни любого человека наступает такой период, когда хочется во всём разобраться самому. Несмотря на уверения взрослых, нужно на собственном опыте всё проверить. Только одна затяжка, что будет? Интересно. Чем я хуже других, которые с важным видом достают из кармана пачку сигарет?

У нас в стране курит около трети детей в возрасте от 10 до 17 лет. Цифра эта увеличивается с каждым годом, причём в основном за счёт представительниц женского пола: за последние 15 лет число курящих девочек увеличилось втрое. Примерно 16% подростков сигаретами ещё только «балуются», покуривая от случая к случаю. Зато 12% уже втянулось и стало заядлыми курильщиками. Сейчас в России насчитывается 36 млн. курильщиков. «Эпидемия» курения каждый год уносит 400 тысяч россиян, но каждый год на место выбывших становятся новые курильщики из числа молодёжи. По данным опросов, 80% мужчин и 50% женщин начинают курить ещё в школе. Я надеюсь, что проведение этого классного часа поможет всем разобраться и определиться в отношениях к сигарете.

А что вы знаете о курении, мы попробуем определить путём проведения

**2. Блиц-опрос.** Я буду задавать вам вопросы и три варианта ответов. Ваша задача за 5 секунд выбрать правильный ответ и приклеить каждому стикер напротив выбранного вами ответа.

**\* Существуют ли сигареты, которые не приносят вреда человеку?**

1. Сигареты с фильтром.

2. Сигареты с низким содержанием никотина и смол.

*3. Нет.*

**Что такое пассивное курение?**

*1. Нахождение в помещении, где курят.*

2. Когда куришь «за компанию».

3. Когда не затягиваешься сигаретой.

**\* Как влияет курение на работу сердца?**

1. Замедляет его работу.

*2. Заставляет учащённо биться.*

3. Не влияет на его работу.

**\* Какое заболевание считается наиболее связанным с курением?**

1. Аллергия.

*2. Рак лёгкого.*

3. Гастрит.

**\* Зависит ли возможность бросить курить от стажа курения?**

1. Стаж не имеет значения.

*2. Чем больше куришь, тем сложнее бросить курить.*

3. Чем дольше куришь, тем легче бросить курить.

- Подведение итогов блиц-опроса (учитель прикрепляет красный стикер напротив правильного ответа и делаем вывод)

**3. Просмотр презентации и беседа**

* Слайд 1.- знаешь ли ты, что**в мире от курения умирает больше людей, чем от употребления других (официально признанных) наркотиков, от СПИДа, насильственной смерти, чем в авто - и авиакатастрофах.**?
* Слайд 2 – я хочу вас, ребята, познакомить с человеком, имя которого занесено в Книгу рекордов Гинеса – это академик Фёдор Углов. Посмотрите на даты его жизни. Так вот в свои 100 лет он был ещё оперирующим хирургом. За всю свою долгую и трудную жизнь он не выкурил ни одной сигареты и не выпил ни грамма спиртного.
* Слайд 3 - слова человека, видевшего последствия всех негативных влияний на организм человека. Что же такого знал он как специалист о сигарете и чего, как мне кажется, не знает большая часть людей.
* Слайд 4 – из чего состоит сигарета
* Слайд 5 – курение провоцирует заболевания
* Слайды 6- 8 – об этом должен помнить каждый, ведь в будущем каждый – родитель.
* Слайд 9 – вред, причиняемый организму.
* Слайд 10 – в народе говорят: «Хочешь быть счастлив один день – сходи в гости, хочешь быть счастлив неделю – женись, хочешь быть счастлив месяц –купи себе машину, хочешь быть счастлив всю жизнь – будь здоров!» Так что же выбираешь ты?
* Слайд 11 – сделай выбор: **Курение или здоровье?**

На доске учитель вывешивает листы с надписями: «Кто курит табак, тот сам себе враг», «Табак уму не товарищ», «Курильщик – сам себе могильщик», «Я остаюсь при своём мнении: многие курят – и ничего!»

4. В заключении нашего классного часа я предлагаю посмотреть вам фильм.