Разработка классного часа

«Губительная сигарета»

Цель - на доступных примерах рассказать детям о вре­де курения.

Оборудование и реквизит:

1. Анкеты для курящих родителей (заранее приготовле­ны детьми и заполнены родителями).
2. Карточки со словами: табак, никотин, пассивное куре­ние, табачный деготь.
3. Пипетка, вода, лист бумаги.
4. Белая салфетка с коричневым пятном от дыма на ней.
5. Вырезанные кружки из белой альбомной бумаги, цветные карандаши (для учащихся).
6. Плакаты на доске: «Курить - здоровью вредить!», «Ни­котин - один из самых опасных ядов растительного про­исхождения».
7. Таблица .

Учитель. Ребята, сегодня у нас с вами пойдет серь­езный разговор. А говорить мы будем о курении. Что вы представили, когда я произнесла это слово - «куре­ние»? Поднимите руку те, у кого родители курят - папа или мама? Хорошо ли это - мы и попытаемся сегодня выяснить.

Припомните, что вы испытываете, когда находитесь рядом с курящими людьми. (Ответы детей: кашель, тошноту, резь в глазах и другие симптомы.) И это неспроста, так как в сигарете находится измельченная трава - табак.(Прикрепляет на доску карточку со словом «табак».) А теперь вспомните, как мы избавили наши комнатные растения от вредителей - белых мелких насекомых в цветочных горшках. Мы обсыпали несколько раз растения порошком табака. И что же? Какой вывод напрашивается? (Ответы детей.) Верно. В табаке содержится яд, и название ему - никотин. Прочитаем с доски. (На доске плакат «Никотин - один из самых опасных ядов растительного происхождения».)

Воробьи и голуби погибают, если к их клюву всего лишь поднести стеклянную палочку, смоченную никоти­ном. Кролик погибает от 1/4 капли никотина, собака - от 1/2. Для человека смертельная доза составляет две-три капли. (С помощью пипетки учитель наносит на бумагу кап­лю воды.) 1/2 - это половина одной капли, 1/4 - половина половины капли. А если перевести все это на сигареты, то для взрослого человека одна пачка, выкуренная за один прием, смертельна, для детей - полпачки! И это было доказано множеством фактов.

Например, во Франции однажды проводился чудо­вищный конкурс «Кто больше выкурит». В результате двое горе-победителей умерли, выкурив по 60 сигарет, остальные же участники были отправлены в больницу в тяжелом состоянии.

Могу привести вам и другой пример, из литературы. Маленькая девочка умерла только из-за того, что в ком­нате, где она спала, положили порошок-табак в связках.

Смерть может наступить даже от одной сигареты, если она выкурена впервые. И если кто из наших мальчиков уже пробовал курить, то, конечно же, может описать свое состояние в тот момент. (Ответы мальчиков, по желанию.)

Вот как ваши родители ответили в анкетах на вопро­сы «Когда (в каком возрасте или классе) вы начали ку­рить?» и «Что вы тогда почувствовали?». (Учитель зачи­тывает ответы из анкет.)

Действительно, при первом курении у человека обыч­но першит в горле, учащенно бьется сердце, во рту - про­тивный вкус, в глазах темнеет, голова начинает кружить­ся, тошнит... И это не случайно. Так организм человека борется с ядом и «говорит» хозяину: «Не губи себя! Ни­когда не пробуй больше!»

Ну а если за одной сигаретой последует другая, то организм перестает сопротивляться: человек привыкает к курению, а потом уже и бросить трудно. Вот что ответи­ли ваши папы и мамы на вопрос «Пытались ли вы бро­сить курить?». (Зачитывает ответы.)

А отвыкать нужно! Ученые и врачи доказали, что куря­щий человек сокращает себе жизнь, раньше умирает, чаще болеет, да и выглядит неважно: желтая кожа, жел­тые зубы и пальцы, кашель и сиплый голос, постоянный запах табака.

А что же происходит с людьми, которые не курят сами, но находятся рядом с курящими? Как бы думаете? (**От**­веты детей.) Почему? Оказывается, и на это ученые дали ответ. Эти люди, то есть мы с вами, становимся, в таком случае (читает с карточки) пассивными курильщиками. Если курильщик несколько раз наберет в рот дым от си­гареты и выдохнет его на чистую салфетку, то (**дети мо­**гут договорить) на белой ткани образуется коричневое пятно. (Показывает салфетку с пятном.) Это - табачный деготь - яд, который содержится в дыму. И если пома­зать кролику уши этим дегтем, он заболевает и умирает.

Сделаем вывод: значит, и сигаретный дым опасен для здоровья не только курящих, но и дышащих этим дымом. Вот почему надо стараться не находиться в помещении, где курят, быстрее проветрить такое помещение.

Теперь вы сами можете сделать вывод, полезно ли ку­рение детям? (Ответы детей.) Это подтверждает таблица.

Таблица на доске.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Курящие | Некурящие |
| 1. Нервные | 14 | 1 |
| 2. Снижение слуха | 13 | 1 |
| 3.Ухудшение памяти | 12 | 1 |
| 4.Плохое физическое состояние | 12 | 2 |
| 5.Плохое умственное состояние | 18 | 1 |
| 6. Нечистоплотны | 12 | 1 |
| 7. Имеют плохие отметки | 18 | 3 |
| 8.Медленно соображают | 19 | 3 |
|  |  |  |

Учитель. Ученые в течение нескольких лет проводи­ли наблюдение над 200 курящими и 200 некурящими школьниками. И вот что выявили. Итак, таблица. Да и вы сами наблюдаете в жизни, что если среди учеников есть курящие, то успеваемость в классе низкая. У курящих де­тей плохая память. Такие дети медленно соображают, быстро устают, на физкультуре не могут выполнить на­грузку, задыхаются. Они нервные и обидчивые, часто ле­зут в драку, неопрятны, плохо учатся.

А теперь «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.

К доске выходят мальчики, изображают затаптывание сигареты.

Учитель. Вот что ответили ваши родители на вопрос анкеты «Хотели бы вы, чтобы ваши дети курили?». (Зачи­тывает ответы.)

Подведем итог нашей беседы. Прочитаем, что написа­но на плакате. (Дети хором читают: «Курить - здоровью вредить!») Почему я не написала «Курить - себя губить!» или «Курить - своему здоровью вредить!»? (Ответы де­тей.) Курильщик губит не только свое здоровье, но и вре­дит здоровью окружающих его людей, которые являются в этом случае пассивными курильщиками, вдыхая яд. А ядов в табаке ученые насчитали 1200! Мы познакоми­лись только с двумя. Назовите их. (Ответы детей: нико­тин и деготь.)

Давайте попробуем выразить свой протест курению в виде запрещающего дорожного знака. (Если дети не зна­ют, что это такое, учитель объясняет, показывает.) Что

нарисовать в кругу, а потом перечеркнуть красной лини­ей - это вы решаете сами. Итак, за работу!

Учитель раздает детям заготовленные кружки из белой альбомной бумаги. Ученики рисуют. Демонстрация ра­бот. (Все почему-то нарисовали сигарету и перечеркну­ли ее красной линией.)

Учитель. Как назовем свою работу? (Ответы детей: «Нет курению!», «Курить запрещено!», «Не кури!» и др.)

Почему человек привыкает к курению, что происходит в его организме - это разговор следующего занятия.

Понравилась ли вам наша беседа? Чем? Что нового узнали? Что каждый взял для себя из этого занятия?

Домашнее задание - расскажите папам и мамам о том, что узнали на уроке, попробуйте убедить родителей, что курить вредно.

Анкета для родителей

Уважаемая(ый) (фамилия, имя, отчество матери, отца), пожалуйста, ответьте на вопросы:

1. Когда (в каком возрасте или классе) вы начали курить?

2. Что вы тогда почувствовали?

3. Нравится ли вам курить? Сколько сигарет вы выкуриваете за день?

4. Пытались ли вы бросить курить? Если да, то сколько раз?

5. Почему вы хотели бросить курить? Ваше отношение к курению.

6. Хотели бы вы, чтобы ваши дети курили? Почему? Ваше пожелание детям.

Спасибо за откровенность !