Классный час уч. Истории МБОУ «Лицей 96»

Уланова И.Г.

Тема: «Курить – здоровью вредить»

Цель: Выработать у подростков негативное отношение к табакокурению, нывыки отказы от предложенных сигарет, развитие индивидуального и группового самосознания , формирование представлений о преимуществах здорового образа жизни.

1.Вступительное слово учителя.

2018 год – год Семьи: На эмблеме изображены разные ладони людей. Это символично. Если порезали 1 палец, болит вся ладонь. Если проблемы у кого-то в семье, это затронет всех.

С 6 класса по обществознанию мы знаем, что семья – малая группа общества. А из истории средних веков помним, по Конфуцию ,что благополучие общества связано с семьей и каждым ее представителей. В современном мире много проблем и преодолеть их можно сообща.

Вместе мы уже 5 лет. С нами наши родители. Мы одна семья. Вместе решаем многие вопросы , так как все хотят, чтобы вы выросли умными, порядочными, здоровыми людьми.

2. Диалог с классом

1)Поговорим о здоровье.

Здоровье – не просто отсутствие болезней, это состояние физического, психического, социального благополучия человека. Главные факторы здоровья – движение, режим дня, правильное питание.

Но есть факторы, которые вредят здоровью: алкоголь, курение, токсикомания, игровая зависимость. Это вредные привычки. Самой распространенной , опасной привычкой каждого пятого жителя планеты является табакокурение. Курильщики считают это «маленькой слабостью». Однако курение вызывает утомляемость, раздражительность, причины многих болезней, укорачивает жизнь. Опасно курение и для « пасивных курящих»; тех кто находится рядом.

2) Народная мудрость гласит. Здоровье всего дороже.

Продолжите цепочку.

Береги платье снову, а здоровье смолоду.

Болн – лечись, а здоров берегись.

Было бы здоровье, счастье будет.

Здоровье не купишь, его разум дарит.

Здоровый скачет, захворал – плачет.

Курить – здоровью вредить.

3. Соцопрос

Возьмите 2 камушка- черный и белый. И если в семье кто-то, или сами знакомы с сигаретой- бросьте черный, нет-белый

Вывод. Угроза табака есть.

Давайте поговорим об истории табака, его влиянии на человека и сделаем так, чтобы курящих вокруг нас было меньше!

4. Статистика показывает, что число курильщиков составляет одну седьмую от всех 7,6 млрд жителей планеты. Более 1,3 млрд человек употребляет табак, более 1 млн ежегодно умирает от болезней, связанных с ними. В России на сегодня курит примерно 40% населения, каждые 6 секунд на планете умирает 1 курильщик от никотинового отравления. Процент курящего населения возрастает от 15 лет в России 39,1%-всего, мужчин-60,2 , женщин- 21,7

В Р.Ф. курит 40% подростков, из них девушек-примерно четверть. Всего примерно 2 млн подростков.

5.Беседа

Как вы считаете, по какой причине и почему пробуют курить подростки? (пример взрослых, влияние друзей казаться взрослее и т.д. )

Да, все знают и понимают вред курения

Давайте вспомним историю табака и отношение в обществе.

6. Из истории.

1)Известно 66 видов табака, 45 из них из Америки, 21 из Австралии, . Он растет в США, Китае, Индии, Японии, Бразилии, Турции, на юге России.

2)В Древнем мире в племенах встречался табак в Центральной Америке. Считался целительным средством, имел ритуальный смысл

Первым из европейцев познакомился с табаком путешественник Христофор Колумб. На Кубе моряки увидели, что жители курят скрученные листья, взяли их с собой.семена

3) В средние века во многих странах употребление табака запрещалось законом. Например в Турции была введена смертная казнь. В Персии курильщикам вырывали ноздри.

В Англии любителей табака водили с веревкой на шее, а самым злостным отрубали голову и выставляли на всеобщее обозрение с трубкой во рту.

А потом в Европе решили, что табак имеет лечебное свойство и стали его нюхать.

Так во Франции лекарь Шан Нико посоветовал королеве Екатерине Медичи табак от головной боли. Внушение помогло. Вот откуда пошло научные название Nicotinic-никотин.

4) В России долгое время курение не поощрялось. При Иване Грозном его завезли английские купцы. К курильщикам применяли строгие меры.

При Михаиле Романове курение запретили. За это и торговлю полагалась смертная казнь.

При Алексее Михайловиче против выступила и церковь. Предусматривалось наказание плетки, кнут по пяткам, ссылка, а торговцам казнь.

5) При Петре1 торговля стала свободной. Сам он познакомился с табаком в юности, в Немецкой слободе, а потом и во время Великого посольства в Европе. В Голландии английские купцы рассказали ему о перспективах прибыли, он поддержал, пошла мода.

В 1699 в Россию было ввезено 1,5 млн фунтов табака, а в 1705 Петр учредил 2 табачные фабрики на привозном сырье. Вскоре и в России стали выращивать табак-махорку.

Царица Екатерина2 узаконила распространение и курение табака.

6) В современном мире много говорят и пишут о вреде курения.

Проводятся меры по оздоровлению нации. В некоторых странах, бросивших курить поощряют материально, существуют оздоровительные, спортивные комнаты на предприятиях. У нас запрещена продажа сигарет до 18 лет, курение в общественных местах, в магазинах табачные изделия закрыты ширмой. Применяются штрафные санкции. В телепередачах нет табачных реклам, в передачах, фильмах, где курят, возрастные ограничения.

7)Мы изучаем химию и знаем, что табачный дым содержит около 200 различных соединений, вредных для здоровья

Никотин- используется для борьбы с насекомыми и в производстве лакокрасочных материалов.

Толуол- для производства красителей, бензина. Вызывает кислородное голодание, сажает сердце, печень, почки, риск воспаления головного мозга.

Кадмий в производствах ядерных реакторов. Выдавливает из организма кальций, железо-малокровие, гипертония

Анилин в производстве взрывчатых веществ. Разрушает эритроциты(красные клетки крови), развивает токсический гепатит, нервно-психологические нарушения.

Синильная кислота-яд- уничтожает вредителей на растениях. У курящих вызывает истощение тканей мозга.

Формальдегид - сильный яд, используется в производстве красителя и взрывчатых веществ.  
Способствует развитию бесплодия, бьет по легким.

Проблема современности – наркотики. Эти вещества способны вызывать радость ,опьянение , а в дальнейшем зависимость , смерть.

Известны наркотики растительного происхождения ( марихуана , гашиш, опиум ,конопля) и синтетические , добытые химическим путем.

Продавцов и распространителей волнует только прибыль.

За это уголовная ответственность .

7) Суд над сигаретой.

Судья – приступает к рассмотрению дела о сигарете.

Прокурор – обвиняется никотин. как одна из вредных привычек, которая губит здоровье и укорачивает жизнь .  
Сигарета – Никотин помогает снять стресс , установить контакт, заполнить свободное время .

Судья - Приглашаем свидетелей .

Врач – При попадании никотина в кровь наступает кислородное голодание . При сгорании 1 кг табака образуется 55г табачного дегтя . Человек ,который ежедневно выкуривает 10 сигарет ,за день пропускает через себя 400г дегтя.

Спортсмен . Сердце курильщика не выдерживает физической нагрузки .

Бизнесмен – приносит прибыль.

Но детям и подросткам до 18 лет продажа запрещена ,а взрослые сами решают судьбу своего здоровья и своей семьи.

Присяжные заседатели

Вред здоровью , учебе , работе ,окружению .

Судья Признать никотин виновным и не пускать в нашу жизнь.

8) Видеоролик о вреде табака

9) Рефлексия

“ Круг жизни ”

На доске пустой круг. У учащихся белые и черные кружки. Ставят на доску. Озвучивают. Белые – здоровый образ жизни. Черные – вред, который несет человеку курение. От самого человека зависит каким его будет жизненное пространство.

Вывод

Печальные изменение в организме курившего всегда есть. Мы призываем, тех кто не курит хорошо подумать, перед тем как брать в рот сигарету. А тех, кто курит или пробовал – не сокращать себе жизнь, и помнить, что ваше окружение страдает тоже.

Мы за здоровый образ жизни.

Мы за здоровое поколение.