

**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
Егорлыкский Центр внешкольной работы**

**Сценарий тематического часа для обучающихся
«Скажи «НЕТ» курению»**

подготовила
педагог дополнительного образования
Рак Людмила Алексеевна

**станция Егорлыкская
Ростовская область
2015 год**

Цель: расширение знаний о вреде курения, формирование отрицательного отношения к курению, оказание помощи учащимся в осознании ответственности за свое здоровье.

Задачи:

1. Дать достоверную информацию о причинах и последствиях табакокурения;
2. Развивать навыки уверенного отказа от предложения попробовать курить;
3. Способствовать воспитанию культуры здоровья и навыков личной гигиены;
4. Проверить уровень усвоения предложенной информации.

Место проведения: учебный кабинет.

Форма проведения: час общения.

Педагог: Здравствуйте, ребята! Давайте наше мероприятие начнём с викторины.

Викторина «В объятиях табачного дыма»

Вопросы:

1. Родина табака.
 - Южная Африка;
 - **Южная Америка;**
 - Южный полюс.
2. Когда Колумб в 1492 году высадился на побережье Кубы, то он встретил жителей с головнями в руках и с травой, употребляемой для курения, которую они называли...
 - **сигаро;**
 - папирус;
 - самокруто.
3. Кто обнаружил в табаке никотин?
 - Жан Жак Руссо;
 - Жан Поль Бельмондо;
 - **Жан Нико.**
4. В какой стране табак в 16 веке был объявлен «забавой дьявола"?
 - Испания;
 - **Италия;**
 - Бразилия.
5. Большие дозы никотина действуют подобно яду...
 - мышьяку;
 - **кураре;**
 - синильной кислоте.
6. Самый популярный способ употребления табака в США до 19 века.

- курение;
- нюхание;
- **жевание.**

7. В 1934 году во французском городке Ницца компания молодежи устроила соревнование: кто выкурит больше папирос. Двое "Победителей" не смогли получить приз, так как скончались, выкурив по...

- 40 папирос;
- **60 папирос;**
- 80 папирос.

8. Кого называют «курильщиками поневоле»?

- **тех, кто находится в обществе курящих;**
- тех, которых заставляют курить принудительно;
- тех, кто курит в тюрьме.

Педагог: А теперь мы с вами отправимся на «Остров мечты», чтобы увидеть своё будущее.

Каким вы его видите?

Обычно ответы: семья, дом, деньги, любовь, работа, дружба, слава и т.д. Здоровье иногда забывают. (Работа с доской).

Подвести к здоровью (здоровье – основа будущего)

Что может нарушить наше здоровье?

Вот об этом я и хочу с вами поговорить.

Что же может помешать нам достичь нашего прекрасного будущего, которое мы здесь с вами нарисовали.

Вы уже поняли, мы сегодня говорим о курении.

История табака.

Что из себя представляет?

Растение с тяжёлым, неприятным запахом. Первыми курильщиками были американские индейцы, которые использовали табак для религиозных ритуалов. (трубка мира) В Европу это зелье завёз Колумб. В Россию был завезён при Иване Грозном... Несмотря на то, что принимались жестокие меры в отношении курильщиков, табак распространился по всему миру. Сегодня курение считается в порядке вещей, нормой. Но так ли это на самом деле?

Почему люди курят?

(Дети высказывают свое мнение)

О том, что табак вреден для здоровья, знали давно. Видели, что курильщиков мучает надсадный кашель, знали, что в накуренном помещении трудно дышать, что табак мешает умственной работе. Опыты показали, что животные гибнут под действием никотина. Тогда и родилась фраза: «Капля никотина убивает

лошадь». Однако, чтобы умереть, человек (или лошадь) должны проглотить эту дозу за один раз. Но на самом деле яд попадает в организм очень малыми дозами, от которых организм успевает избавиться довольно быстро. Поэтому отравление никотином обычно хроническое (постоянное), а не острое. Представьте себе: каждый курильщик – это хронически отравленный человек.

Учитель: предлагаю провести анкетирование, для того, чтобы выяснить, ваше отношение к курению.

АНКЕТА «ТВОЁ ОТНОШЕНИЕ К КУРЕНИЮ»

Как ты относишься к курению? (положительно, отрицательно)

Влияет ли курение на здоровье человека? (да, нет)

Влияет ли курение на здоровье детей, которым вы подарите жизнь?
(да, нет)

Влияет ли дым от выкуренной сигареты на окружающих людей.

Имеет ли значение возраст и курение? (да, нет)

Ты куришь? (да, нет)

Когда ты впервые закурил?

Если ты куришь, то, как часто? (1 сигарету в день, 1-5 сигарету в день, 1 пачку в день)

Есть ли в вашей семье курящие? (да, нет).

Что ты будешь делать, если твой друг закурит?

- а) помогу ему бросить курить;
- б) сам попробую курить с ним;
- в) мне всё равно;
- г) у меня нет таких друзей.

Беседа по теме, обмен мнениями.

Педагог: Молодцы ребята, все верно говорите, а курить или не курить - это пусть каждый решает сам. Но любому увлечение никоим образом не должно оказывать вреда окружающим людям и твоему здоровью. А здоровье - это красота. Так будьте же всегда красивыми, не растрачивайте попусту то, что дано вам природой, поддерживайте и сохраняйте свое здоровье.

Спасибо всем!

Литература и сетевые ресурсы:

1. <http://festival.1september.ru/>
2. <http://ru.wikipedia.org>
3. <http://nsportal.ru>