

## Сценарий классного часа

# Курить – здоровью вредить

Автор Баранова Наталья Александровна,  
учитель русского языка и литературы  
МОУ Цнинской СОШ №1  
Тамбовского района Тамбовской области

Цель: формирование негативного отношения к курению.

Задачи:

- 1) Рассказать о вреде курения, выяснить отношение учащихся к курению.
- 2) Напомнить школьникам о негативном воздействии табачного дыма на организм человека, его влиянии на мозг, сердце, лёгкие.
- 3) Проанализировать причины, побуждающие к курению, сопоставить аргументы «за» и «против».
- 4) Познакомить с историей приобщения европейцев к табаку, отношением к табаку в России.
- 5) Привести данные социологического опроса и проанализировать их.

### **Предварительная подготовка**

- Проведена анонимная анкета (социологический опрос)
- Результаты анкеты проанализированы
- Даны индивидуальные задания учащимся

### **Оформление**

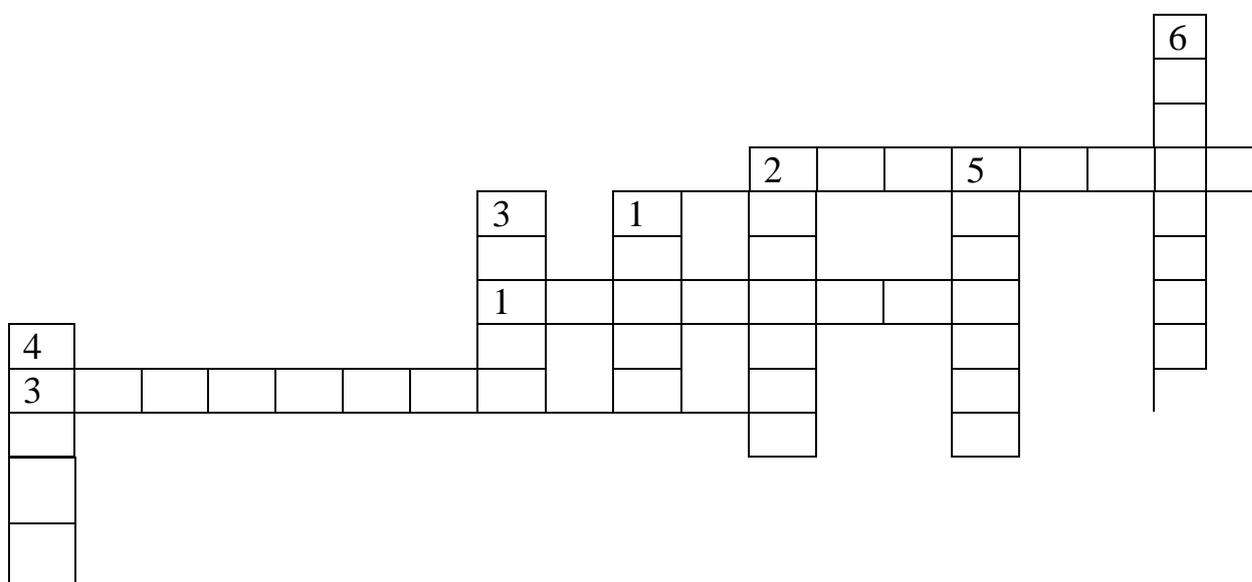
- ✓ Рисунки, пропагандирующие здоровый образ жизни
- ✓ Чистые листы бумаги
- ✓ Запись на доске
- ✓ Кроссворд
- ✓ Таблица

## Ход классного часа

### Вступительное слово учителя

Здравствуйте, дорогие ребята! Я говорю вам «Здравствуйте», а это значит, что я всем вам желаю здоровья! Думал ли вы когда-нибудь о том, почему в приветствии людей заложено пожелание друг другу здоровья? Наверное, потому, что здоровье – самая главная ценность для человека. Здоровье нельзя купить ни за какие деньги. Будучи больным, вы не сможете воплотить в жизнь свои мечты, не сможете реализоваться в современном мире. Говорить мы будем сегодня о вреде курения, а нашим девизом станут слова «Береги здоровье смолоду». (Плакат с записью девиза вывешивается на доску).

### Отгадайте кроссворд



#### **По вертикали:**

1. Часть физической культуры. (Спорт)
2. Ядовитое вещество, содержащееся в табаке. (Никотин)
3. Физиологическое состояние человека, животного, всего живого. (Жизнь)
4. Содержащие никотин высушенные и изрезанные или растёртые листья растения. (Табак)
5. Вдыхание в себя дыма, тлеющих растительных продуктов. (Курение)
6. Папироса без мундштука. (Сигарета)

#### **По горизонтали:**

1. Правильная, нормальная деятельность организма, его полное и психическое благополучие. (Здоровье)
2. Человек, страдающий наркоманией. (Наркоман)
3. Вообще вино, спиртные напитки. (Алкоголь)

**Учитель** Вредные привычки мешают человеку вести здоровый образ жизни. В настоящее время ни одна из пагубных привычек не уносит столько здоровья, как курение табака. По этому поводу позвольте рассказать вам одну притчу.

### Притча

В далеком прошлом, когда табак только что был завезен в Армению из дальних стран, у подножия Арарата жил один старец, добрый и мудрый. Он сразу невзлюбил это одурманивающее растение и убеждал людей не пользоваться им. Однажды старец увидел, что вокруг чужеземных купцов, разложивших свой товар, собралась огромная толпа. Купцы кричали: «Божественный лист! Божественный лист! В нем средство от всех болезней!»

Подошел мудрый старец, сказал:

– Этот «Божий лист» приносит людям и другую пользу: к курящему в дом не войдет вор, его не укусит собака, он никогда не состарится.

Купцы с радостью смотрели на него.

– Ты прав, о мудрый старец! – сказали они. – Но откуда ты знаешь о таких чудесных свойствах «Божественного листа»?

И мудрец пояснил:

– Вор не войдет в дом курящему потому, что тот всю ночь будет кашлять, а вор не любит входить в дом бодрствующего человека. Через несколько лет курения человек ослабнет и будет ходить с палкой! И его станут бояться собаки. Наконец, он не состарится, ибо умрет в молодости...

Отошли крестьяне от купцов и задумались...

Давайте и мы с вами задумаемся над вопросом: почему подросток начинает курить, хотя и знает, что курение опасно для здоровья?

(ответы учащихся)

▪ **Инсценирование отрывка из книги Марка Твена «Приключения Тома Сойера»**

**Учитель**

Вы, наверное, помните книгу Марка Твена «Приключения Тома Сойера»? В ней есть эпизод, который очень выразительно передаёт ощущения ребят от первой затяжки и неприятные последствия курения. Давайте посмотрим, как этот эпизод разыграют наши одноклассники.

« После вкусного обеда, состоящего из рыбы и яичницы, Том сказал, что теперь ему хочется научиться курить. Джо ухватился за эту мысль и объявил, что он тоже не прочь. Гек сделал трубки и набил их табаком.

Они растянулись на земле, опираясь на локти, и начали очень осторожно, с опаской втягивать в себя дым. Дым был неприятен на вкус, их немного тошнило, но всё же Том заявил:

- Да это совсем легко! Знай я это раньше, я уже давно научился бы.

- И я тоже, - подхватил Джо. – Плёвое дело!..

Разговор продолжался, но вскоре он начал чуть-чуть увядать, прерываться. Паузы стали длиннее. Пираты сплёвывали всё чаще и чаще... Несмотря на все их усилия, им заливало горло, и каждый раз после этого начинало ужасно тошнить. Оба сильно побледнели, и вид у них был очень жалкий».

▪ **Беседа, ответы на вопросы**

- Что же произошло в детском организме, если он столь бурно прореагировал на табак?

- В чём проявилась реакция сердца, нервной системы и органов пищеварения?

- Почему люди начинают курить?

(Ответы учащихся)

▪ **Обращение к записи на доске**

Выберите из списка описание влияния табачного дыма на мозг, сердце, желудок, лёгкие.

*От дыма сигарет желтеют зубы и пальцы.*

*Из рта плохо пахнет.*

*Снижается аппетит.*

*Дым сигарет загрязняет лёгкие, вызывает кашель.*

*Никотин затрудняет работу сердца, ускоряет пульс.*

*Человек становится напряжённым, раздражительным.*

(Обсуждение выбираемых утверждений)

**Учитель** Как вы думаете, а откуда пришла к нам пагубная привычка курить?

(Ответы учащихся)

**Учитель** Давайте обратимся к истории.

**Сообщение учащегося**

**Историческая справка**

Табак родом из Америки. История приобщения европейцев к курению началась так. 12 октября 1492 года матрос Родриго Триана с корабля «Пинта» знаменитой флотилии адмирала Христофора Колумба закричал: «Впереди земля!» В числе подарков местные жители поднесли Колумбу сушёные листья растения «петум». Они курили эти подсушенные на солнце листья, свёрнутые в трубочки. В поисках золота Колумб отправился дальше к югу и 27 октября 1492 года высадился на побережье Кубы. Жители встречали пришельцев с головнями в руках и с травой, употребляемой для курения, которую называли «сигаро». Дым этой травы, по образному выражению Колумба, они «пили». При курении каждый делал из неё 3-4 затяжки, выпуская дым через ноздри. После второго похода Колумба семена табака были занесены в Испанию, а оттуда – во все уголки Земного шара. Быстрому распространению способствовало удивительное свойства табака – привычная тяга к курению, с которой трудно совладать человеку.

**Учитель** Знаете ли вы, как в России относились к курению табака?

(Ответы учащихся)

**Сообщение учащегося**

### Историческая справка

В России в царствование царя Михаила Фёдоровича уличённых в курении в первый раз наказывали 60 ударами палок по стопам, во второй – отрезанием носа или ушей. После опустошительного пожара в Москве в 1634 году, причиной которого оказалось курение, оно было запрещено под страхом смертной казни.

В России торговля табаком и курение были разрешены в 1697 году в царствование Петра 1, который сам стал заядлым курильщиком после посещения Голландии. Более того, он всячески склонял к курению своих приближённых и разрешил свободный ввоз табака из-за границы.

**Учитель** Что такое курение? (Ответы учащихся)

Вот какое объяснение даёт словарь.

*Курение – это втягивание в себя дыма тлеющих растительных продуктов.*

### Исследование

**Учитель** Проведём небольшое исследование.

**Ответы на вопросы и их обсуждение**

- Знаете ли Вы, сколько стоит пачка сигарет? Запомните или запишите эту цифру.
- Сколько пачек в неделю выкуриваете Вы или Ваши знакомые, родные?
- Посчитайте, сколько денег на это тратится в неделю?
- Посчитайте, сколько денег тратится на сигареты в год?
- Что можно ещё купить на эти деньги?

(Ответы учащихся)

**Учитель** Стоит ли курить? Может быть, эти деньги лучше потратить на что-то другое?

**Учитель** А.С.Пушкин написал обращение к красавице, которая нюхала табак. (Четверостишие заранее записано на доске)

*Ты любишь обонять не утренний цветок,*

*А вредную траву зелёну,*

*Искусством превращённу,*

*В пушистый порошок!*

**Учитель** Как относится поэт к этой красавице? Осуждает он её или оправдывает? (Ответы учащихся)

Насколько вреден табак, по-вашему, для женского организма?

(Ответы учащихся)

**Сообщение учащегося**

### **Информация к размышлению**

Какой вред наносит табак женскому организму?

Каких-нибудь 80 лет назад курящие женщины были исключением. Сегодня их так много, что это стало, к сожалению, типичным явлением. Итальянские врачи сделали вывод: 10-30 сигарет, выкуриваемых девушкой в день, в два

раза увеличивает вероятность смертности детей при родах. Среди детей, родившихся от курящих матерей, значительно выше заболеваемость, отставание в физическом развитии. Примечательна надпись на рекламе сигарет «Мальборо»: «Главный хирург США предупреждает: курение беременных женщин может привести к травмам, преждевременным родам и пониженному весу новорождённых».

### **Работа в парах**

**Подумайте, что может написать поэт по отношению к курящим дамам – нашим современницам?**

(Чтение и обсуждение работ)

**Учитель** Перед проведением мероприятия вы отвечали на вопросы анкеты. Вот данные социологического опроса.

#### ▪ **Анализ социологического опроса (анонимных анкет)**

##### **Анкета**

1. Сколько Вам было лет, когда Вы начали курить?
2. Что Вы курили: сигареты, сигары, трубку?
3. Кто в первый раз Вам дал попробовать закурить: друг, родственник или кто-то ещё?
4. Почему Вы попробовали табак в первый раз?
5. Сколько месяцев (лет) Вы курили?
6. Пробовали ли Вы бросить курить?
7. Была ли попытка успешной?
8. Как Вы думаете, должны ли дети курить?
9. Почему?
10. Считаете ли Вы, что взрослые должны курить?
11. Почему?

### **Рефлексия**

**Учитель** Заполните таблицу «Мой выбор – не курить».

Аргументы «за»	Аргументы «против»
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	

### **Обсуждение аргументов**

#### **Итог**

**Учитель** Почему нужно отказаться от курения? Потому что это продлит Вашу жизнь!

Заядлый курильщик, согласно данным комитета «Курение и здоровье», сокращает свою жизнь на 8,3 года. Стоит ли ежедневная сигарета такого сокращения Вашей жизни? Подумайте об этом, ребята, и сделайте свой

выбор. Помогите другу, отцу, деду бросить курить и не дайте себе пойти на поводу компании, в которой курить престижно. Занимайтесь спортом и будьте здоровы!

#### Литература

Альтшулер В.Б. Вредные привычки – угроза здоровью. М.- Знание. 1989

Ахметова И.Ф., Иванова Т.Ю. Иоффе А.Н. Смирнова Г.К. Мой выбор. Рабочая тетрадь для учеников средней школы. М.: ЗАО «Учительская газета», 2002

Ягодинский В.Н. Школьнику о вреде никотина и алкоголя. – м.. Просвещение, 1986