Внеклассное мероприятие

***«Курильщик- сам себе могильщик»***

***Человек - существо странное.***

***Сначала он вопреки здравому смыслу***

***разрушает собственное здоровье, а***

***затем, прилагая неимоверные усилия,***

***стремиться его поправить.***

***Методические рекомендации***: мероприятие под таким названием проводится для учащихся 5-10классов. Перед началом мероприятия кабинет или актовый зал оформляется тематическими газетами, плакатами и литературой о вреде курения.

***Актуальность выбранной темы:*** Здоровье людей, в наши дни, не всегда связано с генетической наследственностью. Все большее воздействие на свое здоровье оказывает сам человек.

**Цель**: Выработать у учащихся негативное отношение к курению, разъяснить какой вред организму человека наносит табачный дым, информировать об уголовной и административной ответственности за употребление, распространение, изготовление и приобретение наркотических веществ.

**Задачи:**

1.Дать достоверную информацию о причинах и последствиях табакокурении.

2. Развивать умение противостоять давлению среды в приобщении к курению и употреблению наркотических средств, развивать представление о воздействии никотина на физиологию организма и психику человека.

3. Воспитывать желание подростков вести здоровый образ жизни.

**Ход мероприятия:**

1. **Вводная часть.**

Добрый день, ребята! Мы рады видеть вас и уверены, что тема нашего разговора для вас будет интересной - курение. Именно об этом социальном явлении мы будем сегодня говорить.

Сегодня в нашей программе участвуют специалисты в области истории, биологии, социологии, медицины, химии.

(Звучит отрывок песни о курении в исполнении Земфиры, или групп «Кино», «Нэнси» - 1-2мин.

**Вед.** – Это лишь небольшая часть песни о вреде курения. Об этой вредной привычке уже сказано немало. Однако беспокойство ученых и врачей растет, так как растет число курящих. И причем не только среди взрослых (мужчин и женщин), но и среди подростков. Курение прочно вошло не только в наш быт, но и в культуру.

А ведь были времена, когда курение считалось несовместимым с обликом цивилизованного человека.

Откуда пришла к нам эта пагубная привычка?

Я передаю слово историкам.

**ИСТОРИК** - Табак известен человечеству с древних времен, но использовался он для религиозных ритуалов. Европейцев курить табак научили индейцы, которые дымом табака отпугивали москитов. Родом он из Америки.

В Европу табак в качестве декоративного растения завез в 1496 году испанский монах Роман Пано. В 1559 году Жан Нико подарил Екатерине Медичи нюхательный табак для лечения головных болей. Так появилась мода нюхать табак, причем ему приписывались лечебные свойства.

О вреде табака стало известно гораздо позже, в связи с чем Людовик XII издал декрет, по которому только аптекарям разрешалось продавать это «лекарство». Но табак продолжали нюхать и курить.

В Россию табак попал в начале XYII века. Но курение табака и его нюхание в России жестоко преследовалось и наказывалось.

***Наказание за курение:***

Еще при царе Алексее Михайловиче повелевалось всех, у кого будет найден

табак, бить кнутом до тех пор, пока курильщик не признается, откуда взят табак.

Правило, запрещающее курение на улицах, действовало многие десятилетия в

городе на Неве.

Еще современникам А.С.Пушкина строго-настрого запрещалось «как при прогулках пешком, так и проезде в экипажах курить цигарки».

Нарушителей порядка доставляли в участок, где опустошали их кошельки и брали подписку – обещание, что злостный поступок не повторится.

За курение полагалось весьма серьезное наказание – от палочных ударов и порки кнутом до отрезания носа и ушей и ссылки в Сибирь. Торговцев табаком ждала смертная казнь .

Правда, надо сказать, что инициаторами запрета курения на улицах были отнюдь не медики. Приказ продиктовали пожарные. Им приходилось тушить десятки больших пожаров за год, когда жадное пламя уничтожало целые кварталы. Куда ни глянь – сухое дерево: дома, мосты, ограды.

**В ряде стран**, например **в Италии**, табак был объявлен «забавой дьявола». Пятеро курящих монахов были заживо замурованы в монастырской стене.

В **Англии** курильщиков приравнивали к ворам и водили с верёвкой на шее.

В **Турции** курение табака рассматривалось как нарушение законов Корана, и виновных сажали на кол

**А вот еще.** В архивах венгерского города Эстергома найден любопытный документ: когда курильщики обязаны были зарегистрироваться в ратуше и платить особый налог в пользу пожарных бригад. Тех, кто покуривал тайком – штрафовали. Не осиливших штраф пороли розгами.

Но постепенно запрет на курение отменяется в одной за другой странах.

В России в 1698 году **ПЕТР I**  снял запрет на курение. С тех пор курение стало быстро распространяться среди широких слоев населения.

**Вед.** – Спасибо. Трубки, сигареты, папиросы, сигары все мы видели не раз эти предметы, но вряд ли задумывались о том, что у них внутри.

О том, чем набита сигарета, мы попросим рассказать ботаника.

**БОТАНИК:** Табак относится к семейству пасленовых, роду табак (никотина) .

Этот род включает 66 видов, 45 из них произрастает в Америке, а 21 вид – в Австралии и Полинезии.

Обычно это однолетние травы, реже многолетние, имеющие трубчатые или колокольчатые цветки, которые опыляются насекомыми и колибри. Плод – коробочка. Растение имеет неприятный, тяжелый запах. Многие виды содержат никотин и другие ядовитые алкалоиды. В странах, где растет табак в диком виде, часто наблюдаются отравления домашних животных листьями и побегами табака. Сейчас табак выращивают 120 стран мира. Это примерно 6 млн. тонн табака ежегодно.

Многие виды содержат никотин, пиридин, этилен, изопрен, бензопирен, радиоактивный полоний. Мышьяк, висмут, свинец 210, аммиак, синильная кислота, ядовитые газы ( сероводород, угарный, углекислый газ) и другие химические элементы. Наиболее ядовитые из них – никотин и синильная кислота.

**Вед.** - Итак, мы видим, что никотин – это яд, что курить вредно и все же, почему процент курящих растет? Почему так происходит? Почему возникает привыкание к табаку? С этими вопросами обратимся к медикам.

**МЕДИК** - Составные части табачного дыма быстро всасываются в кровь и уже через 2-3 мин достигают клеток головного мозга. Ненадолго эти вещества повышают активность клеток мозга. Однако это состояние скоро проходит, и. чтобы его снова ощутить, человек тянется за новой сигаретой. Постепенно никотин встраивается в процесс обмена веществ. И человеку его постоянно не хватает. Привыкание к табаку формируется от нескольких недель до 10 лет в зависимости от особенностей организма и интенсивности курения. Чаще всего табака зависимость устанавливается за год.

У человека, привыкшего к курению, в случае резкого прекращения курения наблюдается абстинентный синдром (ломка), который выражается: головной болью, колебанием артериального давление, боли в области сердца, желудка, повышенная потливость, вялость, нервозность, подавленность. Поэтому резко бросать курить нельзя, а это делать надо постепенно.

**Вед**. - Так забава, шалость, а иногда любопытство превращаются в привычку.

Послушаем. Что на это скажут социологи.

**СОЦИОЛОГ** - Известно, что в мире систематически курит 60 -70% мужчин и 40% женщин, хотя за последние одно-два десятилетия численность курящих женщин увеличилось и увеличилось курение среди подростков.

Из систематически курящих мужчин 16,9% начали курить в 8-9 возрасте. Большинство подростков начинает курить под влиянием товарищей в компании – 27%, из любопытства – 40%. В подражании взрослых – 17%.

Показательно, что 85% курящих подростков из семей, где хотя бы один родитель курит, остальные 15% - из некурящих семей.

Среди девушек причины курения такие: желание привлечь к себе внимание выглядеть модно, современно. Еще в начале XX века курящая женщина была редкостью.

**Вед.** – Итак, мы видим, что следование моде, примеру и подражание перерастает в привычку, от которой трудно избавиться.

Установлено, что 80% закуривших детей не бросают этой привычки, а если подросток выкурил 2 сигареты, то в 70% случае он будет курить систематически.

Почему люди не бросают курить даже зная о негативных последствиях?

**СОЦИОЛОГ** - Примерно 65% курильщиков хотят бросить курить, но 80% из них не могут сделать этого самостоятельно. Примерно 20% молодых людей не знают о негативных последствиях длительного курения. Мы провели мини-социологи-

ческий **опрос среди своих сверстников и установили следующее**:

среди них курящих \_\_\_\_\_, курящих девушек \_\_\_\_\_, курящих год и менее \_\_\_\_\_, начали курить в обществе товарищей \_\_\_\_, неприятности \_\_\_\_ и других причин \_\_\_\_ .

Знают о вреде курения \_\_\_\_, пытались бросить курить \_\_\_\_, не смогли бросить \_\_\_\_ , не задумывались о последствиях курения \_\_\_\_, не считают нужным бросить курить \_\_\_\_ .

Вед. – Огромное число людей на Земле курит и продолжают курить и жить. Так ли опасно курение для нашего организма? С этим вопросом давайте обратимся к химику.

**ХИМИК** - В момент затяжки на кончике сигареты развивается температура 600-900оС. При этом происходит сухая перегонка табака, при которой образуется около 6000 веществ, из которых 120 ядовитых. Причем 28,7% общей токсичности приходится на никотин. Никотин всасывается слизистыми оболочками и разносится по всему организму в течение 21-23 секунд. Смертельная доза никотина для человека 2-3 капли. За 30 лет курильщик поглощает 800г -1кг никотина..Кроме никотина в табачном дыме содержится аммиак, угарный газ, синильная кислота, сероводород, радиоактивные изотопы калия, мышьяка, полония, канцерогены, табачный деготь, тяжелые металлы.

Выкуривая пачку сигарет в день курильщик получает дозу облучения в 3,5 раза превышающую предельно допустимую. В легкие из сигарет попадает сажа За 20 лет в легких скапливается до 6 кг. сажи.

25% веществ в табаке сгорает и разрушается, 50% попадает в воздух, 20% - в организм курильщика и только 5% остается на фильтре.

За год курильщики Земли выбрасывают в атмосферу 720тонн синильной кислоты, 384тыс тонн аммиака, 108 тыс.т никотина, 600тыс.т табачного дегтя, 550 тыс. угарного газа.

**Вед.** – Впечатляет! А что на это скажут медики?

**МЕДИК** - Курильщики значительно подрывают свое здоровье и сокращают себе жизнь. Каждая сигарета сокращает жизнь на 8-15 мин. У курильщиков в 2-3 раза чаще бывают сердечно -сосудистые заболевания, в 15.30 раз чаще – рак легких, в 13 раз – стенокардия, в 12 раз – инфаркт миокарда, в 10 раз – язва желудка.

Курильщики чаще страдают ОРЗ, бронхитами, астмами. У них нарушаются зрения и слух. Часто развивается рак губы, гортани, голосовых связок, пищевода.

**Вед.** – А сейчас давайте послушает, что на это нам скажут сами органы:

(выходят дети в костюмах органов - Сердце и Легкие)

**СЕРДЦЕ:**  Мне так плохо, я так устало,

И нет уж больше сил стучать.

Наверно, осталось мало. . .

Могли бы только вы понять –

Мне не хватает кислорода,

Меня так душит никотин,

А этот яд не победим.

Мои сосуды кровяные

В дыму сгорают день за днем,

И если вы нас не спасете,

Мы только от куренья пропадем!

**ЛЕГКИЕ:** Ой, мы бедные, сожженные совсем,

Мы хотим спросить вас, люди:

А вы курите зачем?

Нас полоний отравляет,

Никотин нам – страшный яд,

Наши бронхи он сжигает,

Кто же в этом виноват?

По утрам ужасный кашель

Раздирает горло в кровь.

Кто же нам теперь поможет,

Чтобы стать здоровым вновь?

Чтоб вдыхать нам полной грудью

Свежий, чистый кислород.

Чтобы газам ядовитым

Не давать нам больше вход!

**Вед**. – Курение среди женщин, девушек, девочек растет с каждым годом . А это наши будущие мамы. Как курение может отразиться на ее будущем ребенке? Послушаем медика.

**МЕДИК**: - Да! Курение женщины приносит вред, так как сказывается на будущем потомстве. Дети, родившиеся у курящих матерей, ослаблены и больны. Смертность новорожденных у курящих матерей на 28% выше, чем у некурящих.

Дети курящих родитей чаще болеют, у них ослаблен иммунитет, бывают судороги, эпилепсия. Такие дети отстают в интеллектуальном развитии, им сложнее учиться в школе, часто бывают головные боли, в физическом развитии слабые.

**Вед.** – А существует ли наказание за курение в наши дни у нас в России и других странах?

**Наказание за курение в наше время.**

Англия – вычитают деньги из зарплаты за время, проведенное в курительной комнате.

Дания – запрещено курить в общественных местах.

Сингапур – курение – 500 долларов штраф. Нет рекламы на табачные изделия.

Финляндия – врачи установили 1 день - 17 ноября, когда курильщики приходят на работу без сигарет.

Япония г. Ваки – решение: 3 дня в месяц без курения.

Франция – После антитабачной кампании число курильщиков сократилось более, чем на 2 млн.

В нынешней Канаде, по свидетельству ученых. Курильщики не только вредят своему здоровью, но и наносят вред экономике страны – почти в 23 млн. долларов ежегодно. Как именно?

По вине курильщиков каждый год до 132 человек становятся жертвами пожаров. За последние 10 лет в стране зарегистрировано 12152 пожара, случившиеся по вине курильщиков.

Так, в индийской деревне Хундер штат Раджастан курение не только запрещено, но и наказуемо. Любой житель. Застигнутый с сигаретой или трубкой, будет оштрафован на 51 рупий.

Привычка выбрасывать за окно автомобиля даже докуренную сигарету может дорого стоить жителям бразильского города Белу-Оризонте: его власти решили штрафовать «автонарушителей чистоты».

**А что у нас в России?**

В России, пятнадцатого ноября 2013 года, вступило в силу наказание за **"**курение в неположенных местах», таких как вход в аэропорт, метро, больницу**,** вокзал, школу, на детских площадках… Сумма штрафа от 500 до 3000 рублей. Если у курильщика нет с собой ни денег, ни документов, могут задержать до выяснения личности, а неоплаченный штраф может создавать проблемы, как и другой штраф.

Еще вводится повсеместный запрет на рекламу табака, различных акций, ужесточается ответственность за продажу табака несовершеннолетним, за вовлечение детей в курение. Таким образом, новый закон в России призван сократить число курильщиков и по максимуму оградить некурящих от табачного дыма.

**Вед.** – Все же хорошо тем, кто не курит!

Сейчас ребята мы посмотрим с вами сценку «Как медведь трубку нашел».

И еще раз убедимся к чему может привести эта вредная привычка. Что самое дорогое на Земле – это здоровье. И что это здоровье в наших с вами руках

( Выступление ребят.)

**Сценка «Как медведь трубку нашел».**

**Вед.** - Наше мероприятие подходит к концу. Вы многое узнали о вреде курения.

Из сценки поняли к чему может привести эта пагубная страсть к курению. Первый шаг, который нужно сделать для того, чтобы искоренить дурную привычку, - выяснить ее причину. Признайтесь себе, почему вы курите и решите для себя, стоит ли разрушать свое здоровье.

На этом мы с вами прощаемся**.**  Будьте Здоровы!

**Сценка «Как медведь трубку нашел»**

Рассказчик- Потерял лесник в лесу трубку, кисет с табаком и самодельную зажигалку. А Медведь их нашел. С этого все и началось! Стал Медведь трубку курить. И так он к этой трубке привык.

Раньше, бывало,