Государственное казённое общеобразовательное учреждение

Пензенской области

«Кузнецкая школа-интернат для обучающихся по адаптированным образовательным программам»

**Занятие**

**по профилактике табачной зависимости:**

«**Курить — здоровью вредить»**

Составитель:

социальный педагог

Елина Е.А.

Цель: воспитание у обучающихся ответственности за свое здоровье, устойчивого негативного отношения к курению.

Задачи:

1. Повысить уровень информированности подростков по проблемам, связанным с курением и показать вредное влияние табака на организм человека.

2. Активизировать размышления о вреде курения и его последствиях, осознанное негативное отношения к курению.

3. Воспитывать потребность в здоровом образе жизни.

Категория:обучающиеся 8 класса.

Время проведения:40 минут.

Оборудование: ручки, бланк с вопросами, упаковка от сигарет, коробочка, нэтбук, мультимедийное оборудование, презентация.

Ход занятия

1.Организационный момент.

Соц.педагог: Здравствуйте! При встрече люди обычно говорят это хорошее слово, желая друг другу здоровья. Вот и я обращаюсь к вам – здравствуйте уважаемые участники сегодняшнего занятия. А начну я его с притчи:

*-* Продавец табака расхваливает на ярмарке свой товар:

«Покупайте табак, прекрасный табак! Мой табак не простой, а с секретом.

От моего табака стариком не будешь, собака не укусит, вор в дом не залезет.

Один парень купил немного табака и начал расспрашивать продавца:

- А почему стариком не будешь?

- Потому, что до старости не доживешь.

- А почему собака не укусит?

- Так с палкой ведь ходить будешь.

- А почему вор в дом не залезет?

- Потому что всю ночь будешь кашлять.

Ну, вот мы и подошли к теме нашего занятия «Курить – здоровью вредить».

*-*Кто из вас знает,откуда появился табак, какова его история происхождения? (ответы обучающихся)

2. Основной этап.

Соц.педагог: В 15 веке, во время открытия Америки, флотилия Христофора Колумба, проходя Карибским морем, обнаружила неведомую землю. Корабли бросили якорь. (слайд №3) Мореплавателей встретили местные жители. Они держали во рту свитки высушенных листьев (сигаро), пускали дым изо рта и носа и в качестве подарков преподнесли их Колумбу.

И хотя в представлении набожных испанцев дым из ноздрей могли пускать толькочерти, многие матросы и сам адмирал втянулись в это занятие. Так табак начал шествие по странам и континентам.

Соц.педагог: Курение табака в странах Европы изначально применяли как лекарство: его жевали, курили натощак и даже принимали как таблетки.

Такое лечение часто вызывало тяжелые отравления, нередко заканчивающееся смертью, поэтому в разных странах за курение применяли жесткие наказания:

- В Италии табак был объявлен забавой дьявола, в Риме 5 монахов за курение были заживо замурованы в стену.

-В Англии курильщиков приравнивали к ворам и водили по улицам с веревкой на шее.

- В Турции курильщиков сажали на кол.

- В Персии просто сжигали.

В Россию табак завезли в 17 веке, но уже при царе Михаиле Романове за курение полагалось наказание: за1-ый раз - 60 ударов палками по ногам, за 2-ой раз - отрезали нос и уши.

А после пожара в Москве, причиной которого оказалось курение, оно было запрещено под страхом смертной казни.

Вы видите, во все времена курение считалось не безобидным занятием. А почему? (ответы обучающихся)

Народ даже придумал пословицы о вреде курения. Вы их знаете, поэтому прошу мне помочь. Я начну пословицу, а вы продолжите:

* Табак курить – здоровью вредить.
* Табак - забава для дураков.
* Табак – наш враг.
* Кто хочет долго жить — бросай курить.
* Полюбил табак – впереди рак.
* Табак и верзилу сведет в могилу.
* Курильщик - сам себе могильщик.

Соц.педагог: Если курить вредно, то почему люди это делают? (ответы обучающихся)

- Почему большинство людей не могут бросить курить? Ведь знают, что курить — здоровью вредить (ответы обучающихся).

- Мы много раз говорили с вами о вреде курения, так почему же некоторые из вас начинают курить? Сейчас мы проведём небольшой опрос и выясним это. Посмотрите, на доске и на листах опроса написаны фразы. Поставьте, пожалуйста, галочку напротив фразы, с которой вы согласны. Вам понятно задание?

от нечего делать □ для снятия напряжения □

модно □ за компанию □

любопытство □ успокаивает □

хочется быть взрослым □ просто так □

помогает похудеть □ баловство □

поднимает настроение □ затрудняюсь ответить □

В то время, пока соц.педагог обобщает ответы обучающихся, они смотрят отрывок из мультипликационного фильма: «Тайна жёлтого куста».

Соц.педагог называет причины, которые, по мнению класса, приобщают подростков к курению.

Физкультминутка «Хлопок-имя». Обучающиеся образуют круг. Педагог задаёт ритм (хлопок в ладоши, хлопок по бёдрам и т.д.). На хлопок в ладоши ведущий называет своё имя, на хлопок по бёдрам – имя кого-нибудь из круга и т.д.

Игра «Коробочка».

Соц.педагог: То, что лежит в этой коробочке – плохо, нельзя. Сейчас мы будем передавать ее по кругу. Каждый из вас может сделать с этой коробочкой все, что хочет» (коробочку передают по кругу. Как обычно в группе есть дети, которые из любопытства посмотрят, что лежит в коробочке).

- Как вы понимаете пословицу «Запретный плод сладок»?

- Что вы чувствовали, когда держали коробочку в руках?

- Трудно ли было не заглядывать в коробочку?

- Чем руководствовались в своём поведении?

Соц.педагог делает вывод: Нашим поведением движет любопытство, воля и разум. Человек находится в процессе поиска и принятия решения «за» и «против» чего-либо. Но для того, чтобы принять какое-либо решение, нужно собрать определённую информацию об объекте, в отношении которого надо принять решение, проанализировать её, рассмотреть с разных сторон. В этом человеку помогают, с одной стороны,  его интерес к объекту – любопытство, с другой стороны – разум, который пытается показать обратную сторону, заставить отказаться от этого объекта, всё хорошо взвесить, приводит разумные аргументы, с третьей стороны – воля.

Многие из вас знали, что это плохо, нельзя, но все равно посмотрели. Почему? (ответы обучающихся)

Точно так же происходит, когда подростки начинают курить. В большинстве случаев ими движет интерес. Многие подростки, когда пробуют закурить, считают, что всегда могут бросить, когда захотят. Но статистика показывает, что более чем у 50 % ребят курение становится вредной привычкой, от которой потом, очень тяжело избавиться. Появляется зависимость от табака – постоянное желание закурить.

Соц. педагог:Какие проблемы возникают у подростка, который курит? (примерные ответы обучающихся: проблемы с родителями; где достать деньги на покупку сигарет; приходится порой курить тайком; не разрешают курить в школе, дома; приходится говорить неправду родителям, куда дел деньги).

- А во взрослой жизни? (примерные ответы обучающихся: проблемы со здоровьем; приходится тратить деньги на покупку сигарет, следовательно, семья чего-то лишается; возникают сcоры из-за курения с женой, родственниками; плохой пример для детей; плохо пахнет от одежды, волос; раньше времени стареют, болеют, умирают).

Соц.педагог: Как вы думаете, возможно отказаться от предложенной сигареты? давайте разберём несколько ситуаций:

Ситуация № 1

Дима и Сергей договорились идти вместе на дискотеку. Придя на дискотеку, они увидели своих одноклассников. Подошли к ним. Ребята закурили и предложили Диме и Сергею закурить. Сергей не курит. Как ему отказаться от предложенной сигареты?

Ситуация № 2

Татьяна, Наташа и Лена после школы решили зайти в кафе — мороженое. Сели за столик. Наташа достала пачку сигарет и предложила подругам закурить. Лена не курит. Татьяна курит редко, но сейчас взяла предложенную сигарету. Что делать Лене? Как отказаться от сигареты?

Ситуация № 3

Представьте, что вы уже взрослые люди и у вас есть дети. Вы бы хотели, что бы ваши дети курили? А что вы им скажете? (ответы обучающихся)

3. Рефлексия.

Соц.педагог: Вы считаете, что курение вредит здоровью? Какие заболевания могут возникнуть от курения? А наше занятие для вас было полезным или вредным? (ответы обучающихся)

На этом занятие заканчивается. Помните, ребята, у вас всегда есть право, выбирать то, что будет полезно для вас и отказываться от того, что может принести вред вашему здоровью.

(

Приложение №1

Бланк опроса

от нечего делать □ для снятия напряжения □

модно □ за компанию □

любопытство □ успокаивает □

хочется быть взрослым □ просто так □

помогает похудеть □ баловство □

поднимает настроение □ затрудняюсь ответить □