**Мы хотим расти здоровыми. (круглый стол)**

**Учитель Махун Вера Игнатьевна, классный руководитель 5 класса.**

**МОУ Новоивановская СОШ, Свободненского района, Амурской области.**

**Цель:** какой вред приносит курение, почему люди начинают курить.

***Метапредметные УУД***.

**Коммуникативные:** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме; интересоваться чужим мнением и высказывать свое; устанавливать и сравнивать разные точки зрения, прежде чем принимать решение и делать выбор.

**Регулятивные:** ставить задачу на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено, и того, что неизвестно; самостоятельно формулировать познавательную цель и строить план действия в соответствии с ней.

**Познавательные:** анализировать и условия и требования задачи; самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем творческого и поискового характера; выбирать наиболее эффективные способы решения задачи в зависимости от конкретных условий; делать выводы; читать и слушать, извлекая нужную информацию.

***Ход мероприятия****.*

1. **Введение в тему.**

Сегодня мы с вами собрались за круглым столом, чтобы поговорить на очень серьезную тему. Тема звучит так: «Мы хотим расти здоровыми», а речь пойдет о вреде курения. Вы узнаете какой вред наносит курение человеку, все знают, что курение опасно для здоровья, многие начинают курить. Можно ли избежать, этой вредной привычки, и как это сделать.

1. **Беседа.**

Ответьте на мои вопросы и выскажите свое мнение.

- Кто из вас хотел бы быть здоровыми и почему?

- Кто из вас хотел бы, чтобы были здоровы ваши будущие дети?

- От чего зависит здоровье человека?

- Может ли человек влиять на свое здоровье и если да, то как, по вашему мнению, это должно осуществляться?

- Вы часто повторяете слова «нельзя курить, нельзя пить», и это действительно так.

«Табак приносит вред телу, разрушает разум…» - говорил О.де Бальзак.

Табак родом из Америки. В Россию табак был завезен английскими купцами в 1565г. Нельзя сказать, что табак беспрепятственно проникал всюду.

1. В Италии он был объявлен «забавой дъявола»
2. В Риме отлучали от церкви тех, кто курил.
3. 5 монахов, уличенных в курении, были заживо замурованы в монастырской стене.
4. В Англии курильщиков приравнивали к ворам и водили по улицам с веревкой на шее.
5. В России попавшийся на курении в первый раз наказывался 66 ударами палок по стопам, во второй раз – отрезанием носа и ушей. А тех, кто торговал этим зельем, повелевалось «пороть, ссылать в дальние города». Но, несмотря ни на что, курение прочно вошло в жизнь людей.

- Какой же вред наносит курение здоровью? На этот вопрос лучше всего могут ответить медицинские работники.

1. **Сообщение медсестры на тему «Курение и здоровье»**

Вещества, которые получаются при сгорании табака, вредные, главное из них – никотин. Итак, сигарета зажжена. Первыми в контакт с табачным дымом вступают рот и носоглотка. Первыми от дыма сигарет страдают зубы. В эмали зубов от вредных веществ появляются трещинки, и зубы разрушаются раньше у курящих людей, чем у некурящих. Трещинки способствуют отложению в них табачного дегтя, зубы приобретают желтоватый цвет и начинают издавать неприятный запах.

Далее ядовитые вещества дыма переходят в слюну и вместе со слюной проходят в наш организм, первым на их пути встречается желудок, что не остается бесследным для курильщика. Потеря аппетита, боли в области желудка, язва желудка.

Огромный вред дым наносит и легким. Курение ослабляет деятельность легких, в них поступает недостаточное количество кислорода. Это приводит к заболеванию туберкулезом, тяжелым бронхитом, отсюда постоянный кашель, мокрота, одышка, сердцебиение.

Сердце – главный орган человека. Через множество сосудов к сердцу поступает кровь, у курящего человека сосуды сильно сужаются и кровь к сердцу поступает плохо, что приводит к тяжелым сердечным заболеваниям.

1. **Стихотворения о вреде курения.**

***Ты выкурил всего 5 сигарет.***

Ты выкурил всего 5 сигарет –

И часа жизни твоей нет.

Во имя шаловливой моды

Кладешь ты в землю жизни год.

Себе болезни вызываешь,

Куреньем гибель приближаешь,

Меняешь жизнь на деготь, смрад.

В позорной сделке сам лишь виноват,

Тебе дан разум, царь природы!

Так откажись от глупой моды!

***У вас сложилось убежденье***.

У вас сложилось убежденье,

Что зря шумят про вред куренья,

Мол, дед ваш прожил 90,

Всю жизнь курил, питался просто,

А ты всегда, как дуб, здоров

И прожил жизнь без докторов.

На первый взгляд, все это так,

Но если б старец не курил табак,

То можно было бы ручаться,

Что жил ваш дед еще лет 20.

Посмотрите на рисунки, где вы отразили, что курение опасно для здоровья. Активное курение отнимает 8-10 лет жизни. Голубь под стеклянным колпаком погибает от дыма одной сигареты, воробей погибает от прикосновения к нему палочкой, смоченной никотином. Огромный вред природе приносит курение.

Общая масса окурков на земле за год – 2млн 250 тыс. тонн. Одна выкуренная сигарета выпускает в атмосферу столько же вредных веществ, сколько заводская труба. Очень много происходит пожаров при неосторожном обращении с сигаретами.

Все знают, как вредно курение для здоровья. Но тем не менее начинают курить.

- Как вы думаете, почему?

**V. Социально- психологические причины, способствующие табакокурению.**

1. Большое производство табачных изделий.

2. Широкая торговля и реклама этих изделий.

3. Простое любопытство, желание узнать, что же такое курение.

4. Стремление подражать взрослым, хотеть самому выглядеть взрослым.

5. От нечего делать.

6. У девушек – курение связано с кокетством, желание нравиться мужчинам.

Что нужно делать, чтобы не начать курить.

* Найти себе интересное дело.
* Заниматься спортом.
* Если предлагают – уметь отказывать.

1. **Моделирование жизненных ситуаций.**

***Ситуация 1***. Попробовать одурманивающее вещество предлагает знакомый младшему школьнику взрослый. Он утверждает, что небольшое количество одурманивающего средства не способно вызвать негативные последствия. Ответная схема: вежливый, но решительный отказ, изменение темы разговора.

***Ситуация 2***. Предлагает – незнакомый ребенку взрослый. Свое уверение он подкрепляет тем, что вещество вкусное, приятное. Ответная схема: решительный отказ, прерывание контакта.

***Ситуация 3:*** Предлагают – более старшие подростки, которые уверяют, что только этим он докажет свою взрослость, самостоятельность. Ответная схема: твердый отказ, уход от контакта.

***Ситуация 4:*** Предлагает сверстник, уверяя, что об этом никто не узнает. Схема: отказ, предложить заняться чем-то интересным и полезным.

***Ситуация 5:*** Есть возможность попробовать одурманивающее вещество, оставленное без присмотра. Вам интересно. Что делать? Схема: вспомнить о ценных источниках удовольствия.

1. **Итог.**

***Стихотворение «У берегов озер…»***

У берегов озер, морей и рек

Случается, что тонет человек.

Лишь он начнет на помощь звать,

Его, конечно же, спешат спасать.

И если дом гудит, охваченный огнем,

А человек без чувств остался в нем,

Тотчас на помощь кто-то поспешит-

Ему так сердце доброе велит.

Когда же школьник курит сигарету

И годы жизни отдает за это,

Пойми, он тонет, он горит… Беда!

Сейчас решается его судьба.

Не будь же равнодушным человеком,

Спеши спасать! Он может стать калекой!

***Вредные советы. Г.Остера***

Если друг – приятель Толя –

Предложил тебе немного «очень вкусного вина»,

Без сомненья соглашайся –

Что тут думать – размышлять,

Ведь вино не просто вкусно –

Это очень – очень нужный и полезный

Для здоровья человека компонент.

Если вдруг сосед по парте заявил,

Что тот, кто хочет

Настоящим взрослым дядей

Поскорее в школе стать,

В обязательном порядке должен

Тонкие сигареты с удовольствием курить,

Соглашайся – это правда.

Лишь закуришь – сразу люди сомневаться перестанут –

Ну, конечно, ты не мальчик, безусловно, взрослый ты.