

Занятие: *«Курить – здоровью вредить».*



+10

Разработала:
воспитатель 1 категории
Карпова С.А.

с. Троицкое

2021 г.

Занятие: «Курить – здоровью вредить».

Цель: закрепление и обобщение знаний о вреде курения на организм человека.

Задачи:

1. Формирование у воспитанников осознанного негативного отношения к курению.
2. Развитие мыслительной деятельности, устной речи на основе упражнений и заданий о вреде курения.
3. Активизация словарного запаса (понятия: активное курение, пассивное курение, ограничение мест для курения).
4. Умение сказать «нет» в определённых ситуациях.
5. Воспитание ценностного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих людей.

Раздаточный материал: конспекты на неоконченные предложения, карточки к неоконченным предложениям, ручки и листочки для решения задачи, лучи солнца жёлтые и оранжевые, клей – по 6 шт.

Материал: картинки для выводов, рисунок солнышка без лучей.

Домашнее задание: подготовка инсценировки стихотворения «Крошка-сын и отец».

Для того, чтобы детей настроить позитивно для работы, предлагается поздороваться с гостями, улыбнувшись им и улыбнуться друг другу.

Слайд 1 (Ассоциации).

Ассоциации:

- склонность к простудным заболеваниям
- старит кожу
- голос становится хриплым
- замедляется рост
- плохой запах изо рта

- желтеют зубы
- лишняя трата денег

-Ребята, Вероника вам прочитала ассоциации к теме сегодняшнего занятия. Вы должны сказать, о чём мы будем говорить на нашем занятии (о курении).

Слайд 2 (Название занятия в занимательной форме).

-Посмотрите и прочитайте тему нашего занятия.

-Верно, тема нашего сегодняшнего занятия: «Курить – здоровью вредить». Мы до этого много говорили на эту тему, и сегодня у нас будет обобщающее занятие.

Слайд 2.1.

-Для начала посмотрите на экран и прочитайте привычки.

- Заботиться о близких
- Делиться новостями в столовой во время обеда
- Мыть за собой посуду
- Читать лёжа
- Смотреть телевизор с выключенным светом
- Говорить правду
- Конфликтовать
- Питаться в одно и то же время
- В течение трёх часов сидеть в телефоне
- Ложиться спать с открытым окном
- Класть вещи на место
- Слушать музыку на всю громкость
- Поддерживать активный двигательный режим
- Громко, чётко, с интонацией рассказывать стихотворение
- Сутулиться
- С удовольствием смотреть телевизор с утра до вечера

-Теперь выберите из списка положительные привычки.

-Выберите отрицательные привычки.

-А теперь назовите вредные привычки, опасные для здоровья человека (курение, употребление алкоголя, употребление наркотиков). Так как мы сегодня говорим о курении, **мы делаем первый вывод: курение – это вредная привычка, опасная для здоровья человека.**

-Как вы думаете, почему подростки начинают курить? (Интерес, любопытство; за компанию, чтобы быть своим в компании, потому что все друзья курят, чтобы понравиться своему другу, подруге; чтобы казаться современными, подражают взрослым...)

-Подросток, который каждый день курит, потихоньку привыкает и курение ему становится необходимым, как пища, как ваш завтрак, обед, ужин. Но вот он решил бросить курить. Легко ли избавиться от этой вредной привычки? (Трудно).

-Почему многие попытки избавиться от курения оказываются неудачными? (Человек привыкает к курению, вырабатывается зависимость. Так как **никотин – это наркотик, чем дольше человек курит, тем тяжелее бросить**).

-Знаете ли вы людей, которые избавились от этой привычки?

-Все люди, в том числе подростки, владеют информацией о вреде курения, о том, что курильщики чаще других страдают различными заболеваниями. Но факт остаётся фактом, что в Европе и Америке количество курильщиков снижается, люди начинают заботиться о состоянии своего здоровья.

-В нашей стране все магазины, телевидение приглашают к курению. Противостоять трудно, особенно подросткам, если взрослые люди постоянно тянутся к сигарете. Раньше в России в наказание за курение полагалось в первый раз 60 ударов палками по ногам, во второй раз отрезали нос и уши. После опустошительного пожара в Москве в 1634 году, причиной которого оказалось курение, оно было запрещено под страхом смертной казни. И лишь при царе Петре 1 российским подданным было приказано курить. С тех пор в России люди курят.

-Ребята, вспомните, что означают термины: **активное курение и пассивное курение?**

Активное курение – вредная привычка по вдыханию дыма горящих сигарет.

Слайд 3 (показ активного курения).

Пассивное курение - вдыхание некурящими людьми табачного дыма, содержащегося в воздухе.

Слайд 4 (показ пассивного курения).

- Скажите, может ли курильщик навредить людям, которые находятся в непосредственной близости с ним, но не курят? **(Некурящим людям приходится вдыхать табачный дым, поэтому мы делаем второй вывод, что курильщик приносит вред здоровью окружающих его людей).**

Слайд 5

- Вот поэтому, чтобы защитить права людей, в феврале 2013 г. вышел федеральный закон об **ограничении мест для курения**, за нарушение которого наказывают штрафом от 500 до 1500 рублей. Как вы понимаете слова «ограничение мест для курения»? (Курение разрешено в специальных местах, отведённых для курения).

-Какой же вред приносит курение, вы должны доказать, выполнив задания на неоконченные предложения.

Задание №1 (приложение 1)

«О вреде курения» (задание на неоконченные предложения).

- Одна из главных причин, почему подростки курят, - **это желание быть «как все».**
- **Никотин** – один из самых опасных ядов растительного происхождения.
- Существует четыре стадии приобщения к курению: **узнавание, проба, привыкание, зависимость.**
- Курение приводит: **к возникновению заболеваний внутренних органов, к рождению ослабленного потомства.**
- Курение отнимает наши деньги, **которые можно было бы потратить на что-то полезное.**
- Особенно опасным является курение для женщин, **так как здоровье её будущих детей зависит от здоровья матери.**
- Некурящие люди могут страдать от заболеваний дыхательной системы **в результате пассивного курения.**
- Курение сейчас не в моде, **сегодня в моде спорт и здоровый образ жизни!**
- Нужно решительно отказывать тем, **кто предлагает покурить!**

Дети читают полученные предложения, выводятся слайды для проверки. Во время чтения предложений вспомнить с детьми, что подразумевают слова: узнавание, проба, привыкание, зависимость (таблица 1).

Задание №2

Просмотр видеоролика: «Как курение влияет на организм» 4, 25 мин.)

-Какой вывод можно сделать по просмотренному видеоролику?

-Посмотрев видеоролик, мы убедились, как влияет курение на внутренние органы человека.

-А как же борются с табаком в наше время?

Слайд 6

В наше время проводятся Международные экологические акции против курения:

- **31 мая – объявлен Всемирным Днём без курения, третий четверг ноября отмечается как Международный день отказа от курения.**
- **По Международной классификации болезней, вступившей в силу в 1999 году, табачная зависимость признана болезнью.**

Слайд 7

Как же борются с курением в других странах?

- **В Швеции среди молодёжи популярен лозунг "Некурящее поколение".**
- **Финляндия – врачи установили один день – 17 ноября – когда курильщик приходит на работу без сигарет.**
- **Дания – запрещено курить на рабочем месте.**
- **Франция – после антитабачной кампании число курильщиков сократилось на миллион человек.**
- **Япония, город Ваки – три дня каждого месяца – без курения.**
- **Сингапур – за курение штраф 500 долларов.**
- **В Америке растёт количество фирм и компаний, предпочитающих нанимать на работу некурящих.**

Ролевая игра «Умей сказать «нет»!

Слайд 8 (рисунки «Умей сказать – нет).

-Мы знаем, что курение наносит вред нашему здоровью. Тем не менее, многие подростки поддаются давлению курящих людей: это своим друзьям, одноклассникам, не хотят обидеть их, показаться перед ними несовременными. И в некоторых ситуациях надо научиться отказывать и говорить «Нет».

Слайд 9 (ситуации)

1 ситуация.

-Твой друг зовёт тебя посмотреть фотографии, которые ему отправили друзья. Ты не должен его обидеть, но должен отказаться (ролевая игра проводится по цепочке).

Например:

-Ваня, пойдём, посмотрим мои фотографии.

1)-Нет, Ваня, я сейчас не могу. Вот закончу свой рисунок, и мы обязательно потом посмотрим твои фотографии.

2)-Я очень рада, что тебе отправили фотографии. Давай их посмотри немного попозже...

3)-Конечно посмотрим. Но вот мне надо сначала закончить домашнее задание. Ты мне поможешь?

2 ситуация.

-Представь, что твой самый близкий друг предлагает пойти покурить и расслабиться. Ты должен ему (ей) решительно отказать (игра проводится по цепочке).

Например:

-Маша, пойдём, покурим.

1)-Нет, я не пойду курить, я не курю.

2)-Нет, я не пойду курить, я сейчас пойду на секцию в спортзал.

3)-Нет, я хочу ещё вырасти, а курильщики плохо растут.

-Ребята, сегодня мы разыграли ситуации с фотографиями, с курением. Но в жизни вам могут встретиться ситуации намного сложнее. Например, вас могут позвать в компании кого-нибудь обидеть, избить, обворовать. И вот в

этих ситуациях вы должны вспомнить наше сегодняшнее занятие и с достоинством и решительно ответить «Нет».

Слайд 10 (советы «Умей сказать – нет!»).

-Давайте сделаем вывод по этому заданию. В таких ситуациях главное проявлять решительность, думать своей головой, и тебя будут уважать твои же друзья, будут считаться с твоим мнением, советоваться с тобой. Самое главное – вовремя сказать «нет»!

-Мне хочется, чтобы вы были и сильными, и смелыми. Каждый сам в будущем выбирает себе дорогу и идти в жизни с нехорошими привычками или избавляться от них, конечно же, решать только вам.

Домашнее задание (подготовили Даниил и Алексей)

Инсценировка стихотворения «Кроха – сын и отец».

Кроха – сын пришёл к отцу, И спросила кроха: - Если я курить начну, Это очень плохо? Видимо, врасплах застал сын отца вопросом. Папа быстро с кресла встал, бросил папиросу.

И сказал отец тогда, глядя сыну в очи: - Да, сынок, курить табак – это плохо очень. Сын, услышав, сей совет, снова вопрошает: Ты ведь куришь много лет и не умираешь? – Да, курю я много лет, отдыха не зная, я не ведал страшных бед, голова седая. Закурил я с юных лет, чтоб казаться взрослым. Ну, и стал от сигарет меньше нормы ростом. Я уже не побегу за тобой вприпрыжку, бегать быстро не могу, мучает одышка. Прошлым лет, Иль забыл, что со мною было? Я в больницу угодил, сердце прихватило. Сердце, лёгкие больны, в этом нет сомненья. Я здоровьем заплатил за своё куренье. Никотин – опасный яд, сердце поражает, а смола от сигарет в бронхах оседает.

-Ну и ну! – воскликнул сын. – Как ты много знаешь, а курить, однако, ты всё же не бросаешь! – Я бросал курить, раз пять, может быть, и боле, да беда – курю опять, не хватает воли.

-Нет, ты сильный, мой отец, волевой, и смело завершишь ты, наконец, начатое дело. Я хочу, чтоб ты курить бросил эту гадость, некурящим начал жить всем родным на радость. Знаю, что курить бросать никогда не поздно, трудно снова не начать, трудно, но возможно. Ты – мой папа, я – твой сын, справимся с бедою. Ты бросал курить один, а теперь нас двое. И семейный наш бюджет станет побогаче, купим мне велосипед, чтоб гонять на даче.

-Ну и кроха! Вот так сын! Ты хитрец ужасный! Все проблемы в раз решил, ладно, я согласный. Но условия тебе тоже выдвигаю: ты и пробовать не смей, а я курить бросаю!

И решили впредь ещё и отец, и кроха: будем делать хорошо и не будем плохо.

Слайд 11.

Задача.

Папа выкуривал в день пачку сигарет, которая стоит 100 рублей. Сколько денег тратил в месяц папа на сигареты, если в месяце 30 дней?

Слайд 12.

Через сколько месяцев он сможет сыну купить велосипед на эти деньги, бросив курить, если велосипед стоит 10400 рублей?

Слайд 13.

-Посмотрите. Ребята, сколько денег уходит на курение, и сколько полезных вещей можно было бы купить на эти деньги. Исходя из задачи, давайте сделаем **вывод: на курение тратится много денег, и на эти деньги можно купить полезные вещи.**

Слайд 14 (собрать пословицу)

Труд деньги собирает, а курение их по ветру пускает.

Выводы.

-Ребята, давайте подведём итог (по рисункам), о чём мы сегодня говорили: **1. Курение – это опасная привычка для здоровья человека. 2. Дым от сигарет вреден для окружающих людей. 3. Курение отрицательно влияет на внутренние органы человека. 4. В некоторых ситуациях надо решительно отказывать и говорить «нет»! 5. На курение уходит много денег, на которые можно купить много полезных вещей.**

Рефлексия.

-Ребята, у вас на столах лежат лучики солнца жёлтого и оранжевого цвета. Приклейте жёлтые лучи, если вам занятие понравилось, и оно вам пригодится в вашей будущей жизни. Приклейте оранжевые лучи, если занятие вам не дало никаких знаний.

Приложение 1 «О вреде курения» (задание на неоконченные предложения).

- 1.Одна из главных причин, почему подростки курят, - ...
 - Никотин – ...
 - Существует четыре стадии приобщения к курению: ...
 - Курение приводит: ...
 - Курение отнимает наши деньги, ...
 - Особенно опасным является курение для женщин,
 - Некурящие люди могут страдать от заболеваний дыхательной системы ...
 - Курение сейчас не в моде, ...
 - Нужно решительно отказывать тем, ...
-
- 2.это желание быть «как все».
 - один из самых опасных ядов растительного происхождения.
 - узнавание, проба, привыкание, зависимость.
 - к возникновению заболеваний внутренних органов, к рождению ослабленного потомства.
 - которые можно было бы потратить на что-то полезное.
 - так как здоровье её будущих детей зависит от здоровья матери.
 - в результате пассивного курения.
 - сегодня в моде спорт и здоровый образ жизни!
 - кто предлагает покурить!

