

ПАСПОРТ МЕРОПРИЯТИЯ

Название мероприятия: кураторский час "Курить - здоровью вредить"

Цель: - рассказать о вреде курения, обозначить угрозы для нашей личности; указать на важность для здоровья своевременного отказа

Форма проведения: беседа

Место проведения: свообразные внеклассные работы


Дата проведения: 15.01.2013


Группа, принявшая участие в мероприятии ОМК-22-1

Количество присутствующих: 40

Ответственные за проведение мероприятия: куратор Абышкин

№ п/п	ФИО	Подпись
1.	Бойко Иван Сергеевич	Бойко
2.	Бригадиров Никита Александрович	Бригадиров
3.	Гайдуков Максим Игоревич	Гайдуков
4.	Давыдов Иван Сергеевич	Давыдов
5.	Давыдов Андрей Александрович	Давыдов
6.	Мартынов Иван Григорьевич	Мартынов
7.	Михалов Данил Сергеевич	Михалов
8.	Тархманов Александр Николаевич	Тархманов
9.	Томсицкий Владимир Владимирович	Томсицкий
10.	Цыганов Роман Александрович	Цыганов
11.		
12.		
13.		
14.		
15.		

Куратор группы 



Отзыв на классный час «Курить – здоровью вредить!».

Дата: 15.02.2023 г.

Куратор: Билым А.В.

Группа: Отк-22-1, профессия 15220 Облицовщик-плиточник

Присутствовали: 10 человек.

15 февраля 2023 года Билым Андрей Владимирович, мастер производственного обучения, провел классный час «Курить – здоровью вредить!» для группы Отк-22-1. Целью мероприятия было рассказать о вреде курения, об опасности употребления никотина; доказать, что речь идет об опасности для здоровья, в первую очередь — для подростков.

Студенты приняли активное участие в беседе. Рассказали, что им известно из школы о появлении табака в нашей стране, о борьбе с курением в других странах, о вреде табакокурения.

Мероприятие построено методически верно. Выдержан временной интервал. Тема подобрана в соответствии с возрастом и интересами данной возрастной категории. Содержание мероприятия соответствовало целям и задачам.

В ходе мероприятия студенты принимали активное участие, отвечали на вопросы.

На этапе рефлексии студенты подчеркнули, что узнали много нового о табакокурении, о вреде употребления табака для здоровья.

Активность учащихся в ходе мероприятия была высокой. Преподаватель показал высокий методический уровень подготовки к мероприятию.

Председатель УМО кураторов



А.Н. Заречная

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
Краснодарского края
«Славянский электротехнологический техникум»

Сценарий
классного часа на тему:
«Курить – здоровью вредить»

г. Славянск-на-Кубани
2023 год

Не кури!

На стене висит плакат с высказыванием древнегреческого философа Сократа «Здоровье — не все, но без здоровья ничто» и рисунки о вреде курения, выполненные учащимися.

Куратор. Все началось в XV в., когда Колумб высадился за океаном в далекой неведомой стране. Там его изумленные матросы увидели похожих на фокусников людей, которые свертывали из сухих листьев трубки, брали их в рот и поджигали... Туземцы втягивали дым и выпускали его наружу... Несчастные нередко при этом теряли сознание, входили в транс, даже корчились как от сильной боли, по их словам, уже не могли жить без «табако»...

Все мы знаем, что дурной пример может быть заразительным. Табак сначала попал на корабли Колумба, а потом с легкой руки его матросов — в Европу и стал распространяться по домам искателей острых ощущений. Быстрому распространению табакокурения стало способствовать не столь человеческое любопытство, сколь жажда наживы и агрессивная реклама.

В конце XVI в. англичане, купившись на крупные барыши, завезли табак в «далекую Россию», но на первых порах они потерпели фиаско. Из-за неосторожности курящих в Москве и других городах России стали случаться пожары... Царь Михаил Федорович, увидев, что дело приняло столь неприятный оборот, запретил табак и даже ввел различные наказания для тех, кто, невзирая на запрет, продолжает баловаться опасным зельем. Курящих стали ссылать в Сибирь, самым дерзким из них вырывали ноздри, как опасным преступникам... И народ был в этом солидарен с правительством.

Впрочем, к середине XVII в. не только купцы, но и многие государственные чиновники поняли, что благодаря торговле табаком можно получать немалые деньги... Преследование курильщиков повсеместно стало сходить на нет, и, наконец, вовсе прекратилось. Началось быстрое распространение табака по всему миру, процесс пошел, невзирая ни на пожары, ни на возражения церкви, ни даже на явное ухудшение здоровья новоявленных поклонников заморского зелья. Царь Петр I, следуя примеру европейских королей, высочайшим указом разрешил ввоз табака в Россию, обложив купцов огромной пошлиной...

(вопрос детям). Привычка! Что это такое? *(Ответы учащихся.)* Да, привычка — это то, к чему привыкаешь и без чего потом, увы, бывает трудно обойтись. Привычки бывают полезные, а бывают и вредные. Назовите, пожалуйста, ребята, известные вам хорошие привычки. (Занятия спортом, почитание старших, чтение книг, привычки вовремя ложиться спать, быть вежливым, не грубить, не обижать слабых и т.д.)

А теперь назовите плохие привычки. (Плевать на пол, ковырять в носу, грубить учителям и вообще старшим, курить, лениться и делать все не вовремя...) Верно, ребята.

Медики считают, что наше мнение насчет неспособности победить дурную привычку абсолютно необосновано. Ведь если, не дай Бог, разовьется инфаркт миокарда или рак легкого, то человек мигом бросает курить. Значит, все-таки может... Выходит, ждал, когда «гром грянет»?

Научные исследования показали, что 70% курящих при желании могут с помощью волевого усилия бросить курить, так как у них нет сильной физиологической потребности в табаке. А вот 5—10% застарелых курильщиков действительно нуждаются в помощи врачей. Как вы думаете, наши школьники, принимавшие участие в тестировании, относятся к тем 70%, которые безболезненно могут оставить вредную привычку, или к 5—10% застарелых курильщиков? Ответ совершенно ясен... Так что тут все дело в характере, вернее, в его силе. Знайте, что, по мнению медиков:

- 1 сигарета сокращает жизнь на 15 мин;
- 1 пачка сигарет — на 5 ч;
- тот, кто курит 1 год, теряет 3 месяца жизни;
- кто курит 4 года — теряет 1 год жизни;
- кто курит 20 лет — 5 лет;
- кто курит 40 лет — 10 лет.

Скажите, к каким отрицательным последствиям приводит попадание в организм человека табачного дыма? (Ответы ребят.)

К отрицательным последствиям курения относятся: неприятный запах изо рта, появление кашля и хрипоты, желтого налета на зубах, ослабление работы легких, одышка, сердцебиение, преждевременные морщины, бледность, ухудшение памяти...

О последствиях курения можно говорить и более подробно. Вас интересует, например, почему происходит ухудшение памяти? Отвечаю: вещества, содержащиеся в табаке, действуют еще и на нервную систему. Под его воздействием она сначала возбуждается, а затем происходит реакция торможения и у человека притупляется сознание. Кроме того, у курящих постепенно развиваются легочные заболевания, которые могут перерасти в хронический бронхит, астму и, наконец, туберкулез и рак легких. У курящих женщин в несколько раз чаще рождаются больные дети. Курящим труднее высиживать на лекциях —влечение к сигарете мешает им сосредоточиться...

Во многих странах мира решили не ограничиваться разговорами... Последние годы кое-где даже начали вводить против любителей табака законодательные меры. По иронии, строже всего начали преследовать курильщиков в той стране, которая провозгласила свободу как главную ценность человечества, — США. Штраф до 3000 долл. ждет каждого, кто вздумает закурить в Нью-Йоркском ресторане с количеством мест более 35...

В Италии последнее время вообще бросили курить в общественных местах, включая рестораны, бары, музеи, не говоря уже о банках и офисных помещениях. Боятся. Еще бы, ведь с нарушителей там взимается штраф до 125 долл.

В Англии на деньги, которые в качестве штрафа платит нарушитель законодательства, можно запросто купить подержанный автомобиль.

Во Франции за курение в ресторанах, кафе и на перронах с недавних пор приходится платить столь же большие штрафы.

В Дании астрономически выросли цены на сигареты.

В Сингапуре курить на улицах разрешено, а стряхивать пепел нет... Тому, кто уронит коробку из-под папирос, грозит штраф в 625 долл.

В Токио с 2002 г. запрещено курить во всех общественных местах под угрозой огромного штрафа...

Эти меры по борьбе с курением приняты правительствами многих развитых государств. Управляющие заводов, банков, офисов, в свою очередь, начали давать надбавку к заработной плате некурящим сотрудникам...

А какие, ребята, меры по борьбе с курением применялись в нашей стране за последние годы? (На пачках сигарет стали писать о том, что курение опасно для здоровья, пытаются запретить рекламу сигарет...)

2-й ведущий. В нашей стране пока еще предоставлена свобода действий продавцам и изготовителям сигарет. Реклама внушает нам, что сигареты — это что-то восхитительное, и предлагает попробовать то один их сорт, то другой... Цены на папиросы и сигареты низки, как нигде в мире. Люди могут курить даже при самых низких доходах, губить при этом себя и окружающих. Что имеем, не бережем, потерявши плачем...

1-й ведущий. Тот, кто призывает нас к занятиям спортом, кто учит чистоте и порядку во всем, — ваш истинный друг. Учитесь говорить «нет» тем, кто предлагает закурить, кто дает наркотики... (Показывает плакаты о вреде курения, нарисованные учащимися.)

Подведем итог нашей беседе. В мире, по данным ВОЗ, от курения ежегодно умирают 2,5—3 млн человек, или 1 человек каждые 10 сек. Мы с вами беседовали, а люди умирали от своего безволия и невежества.

Выводы нашего классного часа:

- избавиться от привычки курить постараюсь немедленно;
- подумаю о занятиях спортом;
- постараюсь научиться говорить «нет», когда мне предлагают дурное.

Спасибо всем за участие в беседе!