



Классный час-информация

Курить или жить?

Подготовила и провела
Елена Николаевна Семёнова,
классный руководитель
МБОУ «Чихачёвская средняя школа»

Правила общения на классном часе:

- С уважением относимся друг к другу.
- Любое мнение заслуживает внимания.
- Признаём право каждого на любой вопрос.
- У каждого есть право быть выслушанным и понятым. Пока один говорит, все его слушают.
- О своём желании высказаться сообщаем с помощью поднятой руки.

Информация к размышлению



**Табак
приносит
вред телу,
разрушает
разум,
отупляет
целые нации.**

"Подарок" Христофора Колумба

12 октября 1492 года Х.Колумбом была открыта неведомая доселе земля, которой он дал название Сан-Сальвадор. В числе подарков местные жители поднесли Колумбу сушёные листья растения «петум». Они курили эти трубочки. Многие матросы и сам адмирал втянулись в это занятие.



Из истории приобщения европейцев к курению

**1496 год –
табак завезён
в Европу
испанским
монахом
Романом
Панно.**



В России царь Михаил Фёдорович издал свод законов, в которых говорилось, что курильщик табака следует наказывать шестьюдесятью палочными ударами по подошвам ног. А торговцам табака «пороть ноздри», резать носы и ссылать в дальние города.

Лишь Пётр I, который пристрастился к табаку в Голландии, снял запрет на табак.



ФАКТЫ УТВЕРЖДАЮТ

- ЕСЛИ ЧЕЛОВЕК НАЧАЛ КУРИТЬ В 15 ЛЕТ, ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ ЕГО ЖИЗНИ УМЕНЬШАЕТСЯ БОЛЕЕ ЧЕМ НА 8 ЛЕТ.
- ИЗ КАЖДЫХ 100 ЧЕЛОВЕК, УМЕРШИХ ОТ ХРОНИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ ЛЕГКИХ, 75 КУРИЛИ.
- ИЗ КАЖДЫХ 100 ЧЕЛОВЕК, УМЕРШИХ ОТ ИШЕМИЧЕСКОЙ БОЛЕЗНИ СЕРДЦА, 25 КУРИЛИ.





Из каждых 100 человек, начавших курить, «заядлыми курильщиками» становятся 80;

Выкуривая 20 сигарет в день , человек дышит воздухом, загрязненность которого почти в 1000 раз превышает санитарные нормы;

Для человека смертельная доза никотина составляет от 50 до 100 мг, или 2-3 капли.



**Большинство
детей, рожденных
курильщицами,
появляются
на свет
с низким весом,
часто болеют,
развиваются
медленнее, чем
их сверстники,
чаще умирают
в детстве.**

Расщелина лица



"Волчья пасть"



"Заячья губа"



42% матерей,

дети которых родились с дефектом лица,
курили, будучи беременными.

У некурящих матерей такие «неправильные»

дети рождались в **2** раза реже

ПОЧЕМУ ПОДРОСТКИ НАЧИНАЮТ КУРИТЬ

1. Влияние рекламы, кино, телевидения.
2. Стремление показать себя «крутым» и «взрослым».
3. За компанию.
4. Слабая воля.
5. Нечем занять досуг.
6. Непонимание опасности курения.
7. «Покурю и смогу бросить».
8. Не занимаюсь спортом.
9. Из любопытства.



Ситуация 1

Во дворе две подруги предлагают тебе пойти в парк и покурить. Ты отказываешься, на что слышишь в ответ: «Ну, ты и трусиха, кого из себя строишь! Посмотри, во дворе все девчонки курят».

Ситуация 2

Твой друг пригласил тебя к себе на вечеринку, сказав, что там будут одноклассники и друзья из старших классов. «Приходи, родителей не будет. Повеселимся, покурим, потанцуем, выпьем».

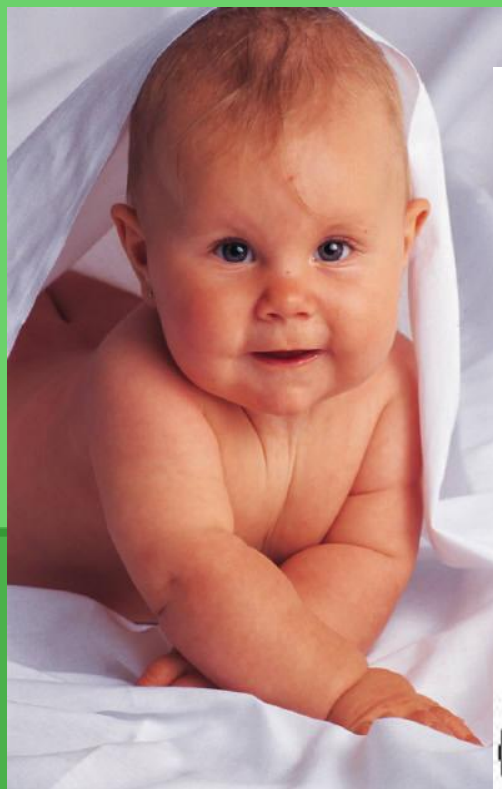
Памятка

Мои аргументы против курения

1. Курение приводит к неизлечимым болезням.
2. Курение разрушает организм.
3. Курение снижает физическую активность.
4. Курение портит цвет кожи.
5. Никотин забирает свободу.



Я выбираю жизнь!



Резюме

Пусть не страдают больше люди
В дыму чадящих сигарет
Науку эту не забудем
И никотину скажем: «Нет!»

Ваше решение!

КУРИТЬ ИЛИ ЖИТЬ?



Источники:

- <http://www.alegri.ru/deti/vs-dlja-devochek-i-malchikov/pochemu-vredno-kurit-poleznaja-informacija-dlja-shkolnikov.html>
- <https://greben.schools.by/pages/o-vrede-kurenija-dlja-shkolnikov-i-podrostkov>
- https://www.domashniy.ru/zdorovie/shkolnikam_dlya_razmyshleniya_o_vrede_kurenija_re15/