

Муниципальный этап XVI конкурса на лучшую методическую разработку по профилактике социально – негативных проявлений среди детей и подростков
«ДетствоОбразованиеБезопасность»

**Разработка внеклассного мероприятия
для обучающихся 5-х классов
«Курить – здоровью вредить»**

Автор: Хорошайло Татьяна Николаевна,
учитель английского языка
МБОУ ШР «СОШ №2»

Актуальность

Курение – одна из самых актуальных проблем нашего времени. Все знают о вреде курение, но, тем не менее, количество курящих людей не уменьшается. А в последнее время отмечается увеличение количества курильщиков среди молодёжи. По статистике ВОЗ, более 80% взрослых курильщиков начали курить, будучи подростками. Подростки редко осознают опасности, связанные с курением, потому что постоянно наблюдают за тем, с каким удовольствием это делают многие взрослые люди. Проблема курения имеет социально-экономический характер и требует разработки профилактических мер в целях защиты интересов личности ребенка и общества в целом. По данным официальной статистики, каждый день около 700 россиян умирают от болезней, вызванных курением, причём больше половины курильщиков умирают в трудоспособном возрасте.

Здоровье человека – важнейшая жизненная ценность, не только его самого, но и всего общества. Поэтому формирование у школьников потребности ведения здорового образа жизни, умения отказаться от предложенной сигареты является весьма актуальной проблемой. Чем раньше мы начнем работать в данном направлении, тем больше вероятность, что мы сможем сформировать устойчивое негативное отношение к курению.

Цель: Формирование негативного отношения к курению и осознанного выбора ЗОЖ.

Задачи:

1. Изучить объективную информацию о причинах появления, распространения курения и о его последствиях;
2. Формировать представление о негативном влиянии курения на различные сферы жизни человека;
3. Разработать советы для друга «Как удержаться от курения».

Планируемые результаты:

1. Осознание последствий и неприятие курения;

2. Ответственное отношение к своему здоровью;
3. Наличие уверенности в том, что ЗОЖ делает человека свободным и предоставляет ему возможность делать осознанный выбор.

Содержание разработки:

Добрый день, ребята! Сегодня наша тема очень актуальна. Мы будем говорить о... давайте сами определим ее, найдите ее среди слов и прочитайте вслух:

мечтасловокуритьздоровьютвредитьшколапенал

Действительно, **тема нашего занятия: Курить – здоровью вредить.**

Как вы думаете, о чем мы будем говорить? Верно, наши **задачи:**

1. Узнать историю появления табака;
2. Определить причины распространения курения среди подростков;
3. Разработать советы для друга «Как удержаться от курения»

Мы с вами отправляемся в путешествие на поезде «Здоровье» через страну вредной привычки - курения. И впереди нас ждет немало станций. Первая из них **«Историческая»**. Владимир Иванович Даль, русский ученый, писал: «Табак – растение никотина табакум, поганое, блудное, антихристово, сатанинское зелье».

История приобщения европейцев к курению началась в 15 веке. Окунемся в историю появления табака в Европейских странах и России. **Поиграем в игру: верно/ неверно:**

1. Табак родом из Африки – **неверно** (из Америки);
2. До 1493 г. в Европе курили только богатые люди – **неверно** (в то время в Европе никто не курил);
3. Первыми европейцами, попробовавшими его в 1492г., были матросы знаменитой флотилии адмирала Христофора Колумба – **верно** (Жители

Кубы, где Колумб высадился в 1492г., называли траву для курения «сигаро». И, несмотря на то, что в представлении набожных испанцев пускать дым из ноздрей, как это делали островитяне, могли лишь черти, многие матросы, да и сам адмирал, втянулись в это занятие);

4. В Англии, в эпоху Елизаветы 1, курильщиков приравнивали к рыцарям и давали им различные привилегии – **неверно** (курильщиков приравнивали к ворам и водили по улице с веревкой на шее).
5. В России во времена царствования Михаила Федоровича Романова, курильщиков награждали серебряной монетой – **неверно** (их в первый раз наказывали 60 ударами палок по стопам, во второй – обрезанием носа или ушей);
6. После пожара в Москве в 1643г., причиной которого, как стало известно, было курение, оно было запрещено под страхом смертной казни – **верно**;
7. Торговля табаком и курение были разрешены в России в царствование Петра 1, который стал самым заядлым курильщиком после посещения Голландии – **верно**;
8. Считалось даже, что табак целебен, его дым отпугивает болезни, злых духов. Табак считали стимулирующим и успокаивающим средством – **верно**;
9. Проблема курения остро стоит во всем мире – **верно** (Европа и Америка отказываются от курения – молодежь занимается спортом, во многих странах приняты законы, запрещающие курить подросткам);
10. Существуют специальные дни без табака – **верно** (день 31 мая объявлен как день без табака, а 16 ноября – Всемирный день борьбы с курением).

Не секрет, что курение подрывает здоровье человека. А мы с вами прибываем на станцию «**Фактическую**». Рассматривая утверждения, определим, факт это или вымысел. Прием «**Факт/ вымысел**»:

1. Курение укрепляет зубную эмаль? (**вымысел**)
2. В России курят около 75% мужчин и 20% женщин? (**факт**)
3. Из каждых 100 человек заболевших во взрослом состоянии туберкулезом легких - 95 человек заядлые курильщики? (**факт**)
4. Курение улучшает внимание и память? (**вымысел**)
5. Фильтр сигареты задерживает 80% вредных веществ? (**вымысел**)
6. В мире ежегодно умирает от последствий курения более миллиона человек? (**факт**)
7. Никотин находят в крови тех, кто сам не курит, а подвергается пассивному курению? (**факт**)
8. Курение является одной из основных причин заболеваний сердечно – сосудистой системы? (**факт**)
9. Первый опыт курения недаром связан с кашлем, головокружением, тошнотой. Организм как будто предупреждает о своем нежелании курить? (**факт**)
10. Электронная сигарета помогает бросить курить, а сочетание химикатов в ней гораздо безопаснее, чем в обычной сигарете и практически безвредно (**вымысел**)
11. Действительно ли глицерин (который содержится в составах для вейпов), используют для приготовления многих косметических и лекарственных средств, однако, большинство их них не предназначены для приема внутрь (**факт**).

Как мы узнали, курение всегда осуждалось обществом и существует множество пословиц и устойчивых выражений о вреде курения. Выходим на

станции **«Народная мудрость»**. Дополните фразы, которые я буду вам зачитывать:

Если хочешь долго жить – сигареты брось... **курить!**

Кто курит табак – тот сам себе... **враг!**

Чтобы стал наш мир иным – исчезнет пусть вейпа... **дым!**

Напомним каждому с любовью – курение вредит ... **здоровью!**

Курение – это скрытая... **наркомания!**

Вейп полюбил, семью... **разорил!**

Курильщик сам себе ... **могильщик!**

Табак уму не ... **товарищ!**

Табачное зелье – утеха в... **безделье!**

Полюбил табак – впереди... **рак!**

Труд деньги собирает, а курение их по ветру ... **пускает!**

Какие же последствия может иметь курение? **Станция «Отгадайка»**.

Болезни, вызываемые курением, зашифрованы здесь, давайте отгадаем их, составьте слова из букв, поработайте в парах:

1. у,б,т,ё,к,р,е,л,е,з,у – туберкулёз
2. ё,а,л,к,и,х,р,к,г – рак лёгких
3. к,и,р,е,с,а – кариес
4. д,о,ш,к,ы,а – одышка
5. л, ш,а,к,ь,е – кашель
6. р,о,б,х,н,и,т – бронхит
7. м,а,т,с,а – астма
8. л,и,а,я,г,л,е - аллергия

А вот и **станция «Причинная»** приближается. Почему же подросток начинает курить? Давайте наполним корзину вашими идеями:

1. Чтобы считать себя взрослым;
2. Чтобы пользоваться авторитетом в компании;

3. Ради интереса;
4. Чтобы успокоить нервы;
5. ...

Станция «Черный ящик». А теперь в противовес этим причинам предлагаю последствия, к которым приводит курение и наполнить ими наш черный ящик. Поработайте в группах. Продолжите фразу: Курение...

Например:

1. Отравляет организм;
2. Отнимает жизнь;
3. Портит цвет лица;
4. Забирает свободу;
5. Отнимает деньги;
6. Отравляет окружающих;
7. Мешает учёбе и работе;
8. ...

Мы прибыли на станцию «Мое мнение». Посмотрите по сторонам, вы видите в разных углах знаки со словами: да, нет, сомневаюсь. Выскажите свое мнение к тем утверждениям, которые я буду вам говорить. Подойдите к тому знаку, который соотносится с вашим мнением, и аргументируйте его.

1. Мне дороже чистый воздух, чем сигаретный дым.
2. Исправить ошибку так же легко, как и сделать ее.
3. Всегда нужно протягивать руку помощи тем, кто попал в беду.
4. Если мои друзья не принимают мой выбор – не курить, значит, они не настоящие друзья.
5. Вы пришли в этот мир, чтобы жить и приносить пользу людям.
6. Сильный и смелый не тот, кто научился курить, а тот, кто сумел от этого отказаться и помог это сделать другим.

Важно, не только самому не поддаться пагубной привычке, но и удерживать друзей от нее. **На станции «Советы»** поработаем в группе, составим советы для друга «Как удержаться от курения»:

1.....

Озвучьте свои советы.

Мы проехали немаленький путь, и наш поезд прибыл на **станцию «Здоровье»**, а что же это такое – здоровье? Предлагаю выразить свое мнение в форме синквейна. Напоминаю правила написания синквейна:

1 строка – одно существительное, выражающее главную тему синквейна.

2 строка – два прилагательных, выражающих главную мысль.

3 строка – три глагола, описывающие действия в рамках темы.

4 строка – фраза, несущая определенный смысл.

5 строка – заключение в форме существительного (ассоциация с первым словом).

Давайте подведем **итог** нашему путешествию. Продолжите фразу:

Я не буду курить, и поэтому у меня будет (будут)...

Я не буду курить, и поэтому у меня я буду...

Методика проведения:

Форма проведения мероприятия – игра – путешествие была выбрана с учетом возрастных особенностей обучающихся 5-х классов. Игра имеет соревновательные моменты, что дополнительно стимулирует мотивацию обучающихся к обсуждению данной темы. Возможно проведение мероприятия 2-мя вариантами: 1) разделить изначально на группы и в течение всего мероприятия ребята будут соревноваться друг с другом; 2) некоторые упражнения выполнять фронтально (например: «Верно/ неверно», «Факт/ вымысел», а другие - в группах/парах. Все зависит от

подготовленности обучающихся к взаимодействию друг с другом. Работа в группах/ парах предоставляет возможность обучающимся поделиться своими мыслями и ощущениями в рамках темы, высказать свою точку зрения, а также, позволяет размышлять, сравнивать, выслушивать разные мнения своих товарищей и делать собственные выводы.

На этапе целеполагания обучающимся предлагается самостоятельно определить тему занятия и сформулировать задачи.

На основном этапе занятия используются различные приемы, направленные на достижение планируемых результатов занятия.

Все, используемые на занятии, приемы интерактивны, вовлекают в деятельность всех ребят. **Игра «Верно/ неверно»** позволяет ненавязчиво окунуться в историю появления и распространения курения в Европе и России. Рекомендуется педагогу комментировать результаты, расставляя правильные акценты.

Прием «Факт или вымысел» предлагает обучающимся высказать свое мнение по каждому утверждению, касающемуся последствий курения, обосновать его, сравнить с действительной фактической информацией.

Прием «Продолжи предложение» показывает, что через пословицы люди издавна знали и предупреждали о вреде курения.

С помощью **приема «Анаграмма»** обучающиеся еще раз делают акцент для себя на негативные последствия для здоровья, к которым приводит курение.

При заполнении **«Корзины идей»** причинами, по которым подростки начинают курить, можно организовать работу в разных формах – фронтально/ в парах/ в группах. При этом требуется обязательное обсуждение предположений ребят.

Прием «Черный ящик» предполагает работу в группах. Обучающимся рекомендуется рассмотреть негативные последствия курения со всех сторон, не только со стороны здоровья.

Прием «Мое мнение» в формате свободного пространства предполагает, что ребята будут перемещаться по кабинету, подходя к тому знаку, с которым совпадает их мнение (да/нет/ сомневаюсь). При этом они должны обязательно аргументировать свою точку зрения. Педагог зачитывает утверждения, желательно подбирать такие, чтобы они не предполагали явного однозначного выбора, а стимулировали рассмотрение вопроса с разных сторон и точек зрения.

Прием «Советы» направлен на то, чтобы обучающиеся могли подобрать аргументы, чтобы удержать другого человека от данной вредной привычки с одной стороны, и принять данные аргументы для себя лично с другой стороны. Систематизировать то, над чем работали в течение всего занятия.

На этапе рефлексии обучающимся предлагается сделать вывод, подчеркивая для себя важность здоровья, в форме синквейна. А, также, в форме открытого продолжения предложения сделать выводы лично для себя.

Результативность проведения мероприятия.

Данное мероприятие было проведено в 5д классе.

Планируемые результаты были достигнуты:

1. Осознание последствий и неприятие курения;
2. Ответственное отношение к своему здоровью;
3. Наличие уверенности в том, что ЗОЖ делает человека свободным и предоставляет ему возможность делать осознанный выбор.

После мероприятия дважды в данном классе проводилась диагностика воспитанности по Степанову П.В., которая предполагает среди множества вопросов и вопросы, выявляющие отношение к курению и ЗОЖ. Например:

1. От одной сигареты привязанность не возникнет.
2. Какое общение без сигарет.

3. Все состоявшиеся люди стараются придерживаться ЗОЖ.
4. Я думаю, что здоровье сегодня не самое главное в жизни.
5. Телевидение не должно показывать курящих людей.
6. Курение можно заменить другими, более интересными делами.

Обучающиеся отвечают, используя следующие знаки:

«+4» - несомненно, да

«+3» - да, конечно

«+2» - в общем, да

«+1» - скорее да, чем нет

«0» - ни да, ни нет

«-1» - скорее нет, чем да

«-2» - в общем, нет

«-3» - нет, конечно

«-4» - абсолютно нет

Все участники опроса стабильно показывали устойчиво – позитивное отношение к ЗОЖ. Для них ценность здоровья приоритетна. Они понимают, что такое ЗОЖ, связывают с ним свои дальнейшие жизненные планы; способны противостоять попыткам вовлечь их в процесс курения и постараются не допустить этого в отношении других.

Источники:

1. Герасимова В.А. Классный час играючи. М: ТЦ «Сфера», 2005
2. Педагогика здоровья. Сборник научно – популярных работ. М, 1990.
3. <https://brosil-kurit.ru/citaty-velikih-lyudey-o-kurenii>
4. http://www.russlav.ru/tabak/poslovici_o_kyrenii.html