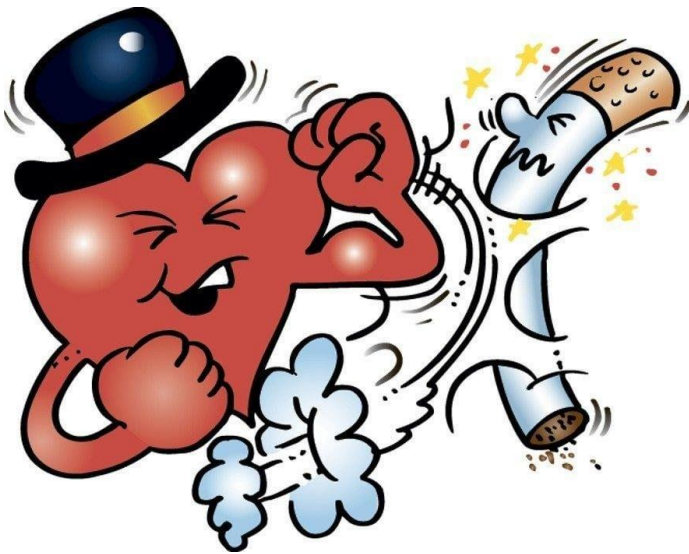


Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Старосельская средняя общеобразовательная школа»

Внеклассное мероприятие в 3 классе
на тему:

«Курение или здоровье - выбирайте сами!»



Подготовила и провела:
Иванова Ирина Витальевна,
учитель начальных классов

2022 г

Цели:

- ознакомить школьников с влиянием вредных привычек на здоровье;
- формировать представление о курении как о вредной привычке, влияющей на общее самочувствие и внешность человека;
- выработать у учащихся негативное отношение к курению;

Оборудование: альбомы, фломастеры, мультфильм “Медведь и трубка” по сказке С. Михалкова “Как медведь трубку нашёл”, плакат с изображением внутренних органов человека, плакат Айболита с конвертом в руке.

Ход занятия

I. Актуализация знаний.

1. Отгадывание загадки

Учитель.

-Ребята, отгадайте загадку: «Что на свете дороже всего?».

Дети - Здоровье.

«Здоровье дороже всего»

- Как вы понимаете смысл этой пословицы?

-Для чего человеку нужно здоровье? (Чтобы хорошо учиться, найти хорошую работу, родить здоровых детей, быть счастливым)

-Что надо делать, чтобы быть здоровым? (Мнения детей: закаливаться , заниматься спортом, правильно питаться, соблюдать режим дня не пить, не курить)

2. Инсценирование отрывка из сказки С. Михалкова «Как медведь трубку нашёл».

Лесник решил бросить курить и закинул в кусты свою трубку, табак и самодельную зажигалку. Всё это нашёл медведь и стал он трубку курить. Так он целые дни проводил с трубкой в зубах. И всё бы ничего, да стал Миша прихварывать. Шёл он как – то опушкой, встретил Лису. Увидела Лиса Медведя, так и ахнула.

- Миша! Друг мой! Ты ли это?

Не видались мы всё лето.

Как ты бедный похудел,

Будто целый год не ел!

Что с тобою? Ты больной?

- Сам не знаю, что со мной!

Нездоровится мне что-то:

И в костях сейчас ломота,

Ничего почти не ем –

Аппетита нет совсем!

Стал я раньше спать ложиться,

Да не сплю! Никак не спится!

Кашель душит по утрам,
Дурнота по вечерам:
Колет в сердце, в лапах дрожь!

Выясняется причина плохого самочувствия медведя

- Почему Лиса не узнала Медведя?
- Какие изменения произошли с Медведем?
- Почему?
- Кто желает узнать, что произошло с Медведем дальше, можете прочитать эту сказку сами.
- Курение- это полезная привычка или вредная?(вредная)

Одной из самых страшных вредных привычек в современном мире является курение. Привычка курить едва не стоила Медведю жизни. Табак губительно действует на людей, на животных, на растения. Если поливать растения крепким настоем табака, то они погибнут.

II. Сообщение темы и цели мероприятия.

- Сегодня мы поговорим о курении, о том, какой вред наносит курение нашему организму. Тема занятия: «Курение или здоровье – выбирайте сами!»

III. Основная часть.

1. Рассказ учителя о табаке.

Табак – это растение в виде куста. С давних пор он рос в Китае, Индии, Персии и был известен ещё до открытия Америки. Американские индейцы для «повышения настроения» вдыхали дым от горящих сухих листьев табака. Когда участники экспедиции Х. Колумба попали в Америку, они были поражены тем, что индейцы пускают дым изо рта. Они переняли этот обычай и стали первыми европейцами – курильщиками. Это было в 15 веке. Табакокурение навлекло на курильщиков позор. Монахи, которые курили, заживо замуровывались. В царствование царя Михаила Федоровича Романова уличенных в курении в первый раз наказывали 60 ударами палок по стопам, во второй раз – отрезанием носа или ушей. После опустошительного пожара в Москве в 1634 году, причиной которого оказалось курение, оно было запрещено под страхом смертной казни.

Но это не помогло остановить распространение табака.

Торговля табаком и курение были разрешены в России в 1697 году в царствование Петра I, который сам стал заядлым курильщиком после посещения Голландии. Он всячески склонял к курению своих приближенных и разрешил свободный ввоз табака из-за границы.

2. Информация АЙБОЛИТА о том, какой вред здоровью наносит курение.

Курение – это не просто вредная привычка. Учёные различных стран мира доказали, что курение приводит к отравлению организма человека. Особенно это вредно для детей. В листьях табака содержится никотин, смолы, мышьяк, свинец и другие ядовитые вещества. Никотин разрушительно влияет на нервную систему, головной мозг, лёгкие, сердце. В лёгких при курении постепенно скапливается табачный дым и сажа. Мучительный кашель травмирует ткани лёгкого. Со слюной яд попадает в желудок, кровь разносит по всему организму и лишает его кислорода. Люди, начавшие курить в раннем возрасте, становясь взрослыми, чаще других страдают от различных заболеваний. Продолжительность жизни сокращается. Исследования показали, что каждая выкуренная человеком сигарета уносит от 6 до 10 минут его жизни. Человек, который начал курить с детства, не сможет никогда стать космонавтом, лётчиком, подводником и настоящим спортсменом. Выкуривая сигарету, человек “угощает” свой организм теми вещами, которые в нормальной ситуации даже не додумался бы проглотить. Например, средство для снятия лака, туалетный очиститель, туалетный газ, топливо, которым заправляют ракеты, восковую свечу и даже батарейку. Помните, что дети, рано пристрастившиеся к курению, не отличаются крепким здоровьем. Они бледны, у них частые головные боли. Курящие дети хуже растут, слабее развиты физически. Они нервны, раздражительны, быстрее устают, плохо запоминают новый учебный материал, неусидчивы, невнимательны и вообще хуже учатся, чем некурящие.

3. Чтение стихотворений.

Учитель: Если бы наши органы умели говорить человеческим голосом, чтобы они сказали. Давайте представим это. (Подготовленные дети читают стихотворения)

Сердце.

Мне так плохо, я так устало,
И нет уж больше сил стучать.
Могли бы только вы понять –
Мне не хватает кислорода,
Меня так душит никотин,
А этот яд непобедим.
Мои сосуды кровяные
В дыму сгорают день за днём,
И если вы нас не спасёте,
Мы от куренья пропадём.

Лёгкие.

Ой, мы бедные, сожжённые совсем,
Мы хотим спросить вас, люди,

А вы курите зачем?
Никотин нам – страшный яд,
Наши бронхи он сжигает,
Кто же в этом виноват?
По утрам ужасный кашель
Раздирает горло в кровь.
Кто же нам теперь поможет?
Чтоб вдыхать нам полной грудью
Свежий чистый кислород.

Головной мозг.

Иссушил меня злодей,
Нет больше светлых дней.
Я теперь и за долгий срок
Не могу выучить данный урок,
И вниманья, и памяти нет –
Всё от этих сигарет.

4. Работа с пословицами.

Дети называют пословицы и объясняют смысл.

а) «Курить – здоровью вредить» Правильно, ребята, пословица говорит о том, что в результате табакокурения ухудшается состояние здоровья человека.

б) «Курильщики впускают в свой рот врага, который похищает их мозг» А эта пословица означает, что человек, курящий сигареты, теряет способность хорошо соображать, думать, учиться и т.д., т.к. в результате табакокурения очень сильно разрушается мозг человека.

в) «Заядлого курильщика муха крылом перешибет»

Табакокурильщики становятся очень слабыми в физическом развитии, спортом, они, как правило, не занимаются, поэтому в народе говорят, что их и муха может победить.

г) «Труд деньги собирает, а курение их по ветру пускает»

Правильно, ребята, курильщики тратят очень большие деньги на сигареты.

д) «Один курит, а весь дом болеет»

И последняя пословица нам говорит о том, что табакокурильщик причиняет вред не только самому себе, а также здоровью окружающих его людей.

Итак, ребята, перечисленные пословицы и поговорки дают нам понять, что табакокурение ухудшает здоровье человека, его умственные способности, делает его физически слабым, приводит к потере значительных денег, отрицательно сказывается на здоровье окружающих.

5. Пассивное курение.

-За последние годы учёные выяснили, что у людей некурящих стали обнаруживаться болезни, присущие курильщикам. Почему? (*Высказывание мнений*).

Более половины ядовитых веществ курильщик выдыхает в окружающее пространство, заставляя некурящих быть пассивными курильщиками. Пребывание некурящего человека в течение одного часа в накурённом помещении равносильно выкуриванию 4 сигарет. Воздух, наполненный табачным дымом, вызывает у некурящих жжение и зуд глаз, слезотечение, а при частом пассивном курении могут возникнуть те же заболевания, что и у курящих людей, только значительно позже.

6. Просмотр отрывка из мультфильма «Ну, погоди!» (5 серия)

Беседа:

- Кто являются главными героями мультфильма?
- Почему Волк закурил сразу несколько сигарет?
- Что произошло с Волком, когда он начал курить несколько сигарет сразу?
- Почему Зайчик в будке стал кашлять?
- Зайчик стал пассивным курильщиком. Какой вред может ему нанести пассивное курение?

Вывод: курящий человек наносит вред не только себе, но и окружающим.

7. Рисование запрещающего знака.

Учитель. Давайте попробуем выразить протест курению в виде запрещающего знака на наших рисунках.

Обучающиеся выполняют рисунки.

Демонстрация работ. Выставка «НЕТ КУРЕНИЮ!»

IV Подведение итогов.

- Что вы узнали о курении?
- Нужно ли пробовать курить? Почему нельзя?
- Курение - привычка или болезнь?

Курение – это привычка, наносящая огромный вред здоровью

Давайте уже сейчас задумаемся, ведь жить здоровым, бодрым и весёлым гораздо лучше, чем больным и трясущимся, с сигаретой.

Выбирайте здоровый образ жизни!

