**«Курить или не курить? Вот в чем вопрос»**

***Человек – высшее творение природы,***

***но для того чтобы наслаждаться ее сокровищами,***

***он должен отвечать, по крайней мере,***

***одному требованию: быть здоровым***

***А.А. Леонов***

**Цель:**

* определить, что в себе содержит сигарета и как влияет курение на живой организм;
* сформировать негативное отношение подростков к курению и снизить риск приобщения к этой вредной привычке.

**Задачи:**

***Образовательная:***

способствовать формированию знаний о вредных последствиях табакокурения на здоровье человека;

***Воспитательная:***

- содействовать воспитанию активной жизненной позиции, ответственности за свое поведение, нетерпимости к вредным привычкам;

- развитие устойчивой мотивации к ЗОЖ;

***Развивающая:***

* содействовать развитию познавательных и творческих способностей,
* развивать эмоциональную сферу через создание ситуации удивления, заинтересованности, эмоциональных переживаний.

**Слайд 1.**

**Ведущий.** Нашу встречу хочу начать с притчи. Мудреца спросили: “Что является для человека наиболее ценным и важным в жизни: богатство или слава?” Вот что ответил мудрец: «Ни богатство, ни слава не делают человека счастливым. Здоровый нищий счастливее больного короля».

«Человек – высшее творение природы, но для того бы, чтобы наслаждаться ее сокровищами, он должен отвечать, по крайней мере, одному требованию: быть здоровым». (А.А. Леонов)

Хорошее здоровье – это не фиксированное состояние, а непрерывно протекающий процесс. Причем, оно в большей степени зависит от образа жизни человека и от условий, которые его окружают.

Здоровье человека – главная ценность в жизни! Его не купить ни за какие деньги. Его можно только сохранять и укреплять. Но как его сберечь, когда кругом столько пагубных соблазнов?!

О каких пагубных соблазнах может идти речь? Как человек вредит самому себе? (*ответы учащихся*)

Об одной из таких привычек мы сегодня и поговорим.

Предлагаю просмотреть фрагмент мультфильма.

*Просмотр фрагмента мультфильма «Трубка и медведь».*

О том, что произошло дальше, мы узнаем немного позже, а пока давайте определим тему сегодняшнего разговора…….

*(Учащиеся сами называют тему – КУРЕНИЕ).*

Вот уже много лет в ноябре, а в этом году 21 ноября, проводится Всемирный день отказа от курения. И наше сегодняшнее мероприятие приурочено к данной дате, а тему разговора назовем так:

«Курить или не курить? Вот в чем вопрос».

Цель нашей встречи - определить, что в себе содержит сигарета и как влияет курение на живой организм. А помогут нам в этом историк, ботаник, химик и медик.

Начнем с истории появления и распространения табака по всему Земному шару.

**Первое задание** **(задание по читательской грамотности)** **прочитать текст и решить кроссворд**

Курение табака возникло еще в глубокой древности. В Египте при раскопках могил фараонов были обнаружены рисунки и глиняные курительные трубки.У греческого историка Геродота есть сведения, что скифы сжигали какие-то растения и вдыхали получающийся дым.

Широкое распространение курения началось после открытия Колумбом Америки. В 1492 году Христофор Колумб причалил к острову, жители которого поднесли гостям в качестве подарка сушёные на солнце листья, свёрнутые в трубочку. Они называли это растение “табако”, в честь провинции Табаго на острове Гаити. Семена табака были вывезены в Испанию, а оттуда во все уголки Земного шара.

Распространению табака способствовало его свойство – привычная тяга к курению, с которой было трудно совладать человеку. Теперь мы знаем о наркотических свойствах табака, а тогда ему приписывали необыкновенные действия. Существовало ошибочное мнение, что табак целебен, его дым отпугивает болезни, злых духов, стимулирует и успокаивает. Табачные листья использовались как лечебное средство.

Вскоре табак попал во Францию: бывший посол в Испании, Жан Нико, привез оттуда листья и семена табака в подарок своей королеве Екатерине Медичи. Королева использовала табачный дым как средство от мигрени. От фамилии Нико произошло слово "никотин" - так называют основной компонент табака, самый ядовитый.

Нельзя сказать, что табак беспрепятственно проникал повсюду. Инквизиция и церковь считали табачное зелье порождением дьявола. К тому же стали наблюдаться случаи отравления табаком. Это заставляло правительство разных стран применять различные меры наказания. Но табак распространялся, доходы казны росли. И именно поэтому многие пересмотрели своё отношение к табаку, и использовали его в качестве источника прибылей.

В Россию табак завезли английские купцы в 1585 году через Архангельск. И он стал распространяться по стране. Но долго был официально запрещён законом.

Царь Михаил Фёдорович вёл жестокую борьбу с курильщиками. После сильного пожара в Москве в 1634 году, причиной которого было курение, оно было запрещено под страхом смертной казни.

Торговля табаком и курение были разрешены в России при царствовании Петра 1, который стал заядлым курильщиком после посещения Западной Европы, специальным указом от 1697 года отменил запрет на употребление табака.

В апреле 1705 года был обнародован Указ о казённой продаже табака. Но массовые отравления от курения, вынуждают страны, вести борьбу с этой вредной привычкой.

В наше время самая курящая страна — Ливан. Хотя до недавнего времени в лидерах (хотя качество такого лидерства весьма сомнительно) были Куба, Монголия и Россия — соответственно.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **4** |  | **5** |  |
|  |  |  |  | **6** |  | **7** |  | **8** |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **1** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **3** |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**По горизонтали:**

1. Предмет быта, предназначенный для хранения табака, распространенный

в среде придворной знати в XVII-XVIII вв.

2. Причина, по которой в России XVII в. было запрещено курение.

3. Знаменитый европейский путешественник, впервые увидевший курящих людей.

**По вертикали:**

4. Русский царь, в правление которого было запрещено курение.

5. Причина, по которой было разрешено курение табака во многих странах.

6. Русский царь, сам активно курящий и разрешивший курение в России.

7. Остров, от названия которого произошло слово "табак".

8. Французский посол при португальском дворе XVI в., в честь которого

назвали выделенное из табака сильно ядовитое вещество.

**Ответы:**

По горизонтали: 1. Табакерка. 2. Пожар. 3. Колумб.

По вертикали: 4.Михаил. 5. Экономика. 6. Петр. 7. Тобаго. 8. Нико.

Трубки, сигары, папиросы, сигареты… Все мы видели не раз эти предметы, но вряд ли задумывались о том, что у них внутри. О том, чем набита сигарета, мы попросим рассказать ботаника.

***Выступление ботаника***

Табак относится к семейству пасленовых, роду табак. Этот род включает 66 видов, 45 из них произрастает в Америке, а 21 вид - в Австралии и Полинезии. Обычно это однолетние травы, реже многолетние, имеющие трубчатые или колокольчатые цветки, которые опыляют насекомые и колибри. Листья у табака цельные, очередные. Плод - коробочка с многочисленными мелкими семенами, в 1 г содержится до 10 тысяч семян. Растение имеет неприятный и тяжелый запах. В странах, где табак растет в диком виде, часто наблюдаются отравления домашних животных листьями и побегами табака. В культуре чаще встречаются табак настоящий и махорка. Сначала завезенный в Европу табак выращивали как декоративное и лекарственное растение. Сейчас табак выращивают более 120 стран мира, ежегодно мировое производство табака составляет более 6 миллионов тонн.

В северных районах России выращивают махорку, из ее листьев выделяют никотин-сульфат, который используют для борьбы с насекомыми-вредителями сельского хозяйства.

***Задание 2.*Лабораторная работа (естественно-научная грамотность)**

В чашках Петри фильтры от выкуренной и невыкуренной сигарет. Выполните исследовательскую работу.

*Инструктаж по технике безопасности при работе со стеклом и хим.реактивами.*

1. Внимательно рассмотрите, понюхайте и сравните фильтры сигарет.
2. Один фильтр выкуренной сигареты опустите в пробирку с раствором перманганата калия (марганцовки), (пробирка №1)
3. Другойфильтр выкуренной сигареты опустите в пробирку со спиртом (пробирка №2) и добавьте раствор хлорида железа III.
4. Понаблюдайте, что происходит в пробирках.

Далее учащиеся самостоятельно пытаются прокомментировать первый пункт работы, если затрудняются, на помощь приходит химик.

**Информация химика:** в момент затяжки на кончике сигареты температура повышается до 600-9000С. При этом происходит сухая перегонка табака, при которой образуется огромное количество химических веществ, большая часть которых, ядовиты. В дыме одной сигареты содержится:

- 6 мг никотина,

-1,6 мг аммиака,

- 25 мг угарного газа,

- 0,03 мг синильной кислоты,

- 0,5 мг пиридина, формальдегида,

-радиоактивные вещества: полоний, свинец, висмут, мышьяк, калин, смолы и деготь,а также масляная, уксусная, муравьиная, валериановая и синильная кислоты, сероводород, формальдегид и др.

В табачном дыме присутствуют тяжелые металлы, канцерогены. В легкие из сигарет попадает сажа, 25% веществ в табаке сгорает и разрушается, 50% попадает в воздух, 20% - в организм курильщика, только 5% остается в фильтре

Результаты второго и третьего пункта работы объясняет химик

**Объяснение результатов исследовательской работы.**

Фильтр выкуренной сигареты, имеет тёмно-коричневый цвет, потому что в нём отложилась часть смол, никотина, сажи, образующихся при курении. Большая часть этих веществ проходит через фильтр, попадает в лёгкие курильщика и откладывается на стенках легочных пузырьков-альвеол.

Раствор в пробирке №1 обесцвечивается вследствие действия кислот, содержащихся в табачном дыме, в частности сенильной кислоты, которая является сильным ядом, действующим на центральную нервную систему, прежде всего на клетки головного мозга.

Появление бурой окраски в пробирке №2 обусловлено присутствием в нём никотина и частиц угля.

Какой вывод можно сделать на основании исследовательской работы и полученной информации от химика? *(Учащиеся высказывают своё мнение)*

ВЫВОД: табачный дым содержит ядовитые для живого организма вещества

А что об это скажут медики?

***Демонстрация презентации «Влияние курения на здоровье человека»***

**Вывод учащихся о *влияние курения на человека.***

***Демонстрация заложенного раннее опыта с молодыми побегами фасоли (естественно-научная грамотность)***

Группа учащихся рассказывает и показывает результаты проведенного опыта.

Проросшие семена фасоли высаживались в отдельные ёмкости и распределялись по семьям курящих родственников и родителей, и некурящих. В семьях, где были курильщики молодые всходы усиленно обкуривались. Через две проанализировали результаты

*Обсуждение и выводы на основании полученных результатов*

***Задание 3.***

***Математическая грамотность***

1. Если один курильщик в день выкуривает в среднем одну пачку сигарет (средняя цена 50р.). Сколько он тратит в год?

А за 10; 20лет?

*В России каждый курильщик за каждые 10 лет курения «прокуривает» одну машину среднего класса.  Это, например, Mazda 6, SkodaOctavia, AudiA4.*

1. Одно число в два раза больше другого. Если большее из этих чисел умножить на два, а меньшее умножить на четыре, то их сумма будет равна 48. Найдите эти числа. Меньшее из них покажет вам, сколько минут жизни забирает одна сигарета. А пачка сигарет?

Если в день выкуривается 1 пачка, сколько времени тратится вгод? Сколько это дней беспрерывного курения? За 20 лет?

1. Сердце здорового человека бьется с частотой 70 ударов в минуту; сердце курящего вынуждено делать на 5-10 ударов в минуту больше. Сколько дополнительных ударов приходится делать сердцу курильщика за сутки?

*Злостный курильщик сокращает свою жизнь в среднем на 18 лет*

Мы хорошо поработали, а сейчас немного отдохнём, поиграем.

Игра «Отказ».

Две команды: одна «продавцы», вторая «покупатели». Задача каждого «продавца» «продать свой товар», т.е. уговорить «покупателя» купить товар.

Через 3 минуты меняемся ролями.

***Задание 4***

**Русский язык**

Напишите слова-антонимы, связанные с проблемой курения:

**мудрость *—*** *глупость;*

**свобода *—*** *зависимость;*

**удовольствие *—*** *боль, страдание;*

**здоровье *—*** *болезнь;*

**самостоятельность *—*** *зависимость;*

**сила воли *—*** *безволие;*

**целеустремленность *—*** *бесцельность;*

**смелость *—****трусость;*

**твердость *—*** *неуверенность.*

Мир прекрасен и удивителен! И стоит ли бесцельно прожигать свою жизнь, глупо тратить время, здоровье, деньги, принося боль и страдания своим родным и близким.

А что же произошло дальше с нашим медведем?

*Учащиеся досматривают мультфильм, финалом которого является смерть медведя.*

После просмотра фрагмента добавляем в список антонимов:

***жизнь – смерть!***

Подводя итог нашему разговору, предлагаю нарисовать дерево жизни, поместить на нём листья: красного цвета – с аргументами за курение; зелёного цвета – против курения (размещаем листья разного цвета на древе жизни, подсчитывает количество аргументов – за или против курения).

Закончить нашу встречу я тоже хочу притчей: «Когда-то, давным-давно, в одной восточной стране жил уважаемый всеми мудрец. Люди очень часто обращались к нему за советом, и он всегда помогал им. И вот однажды в городе появился честолюбивый молодой человек, который хотел прославиться своими способностями. Он решил доказать всем, что мудрец не такой уж и умный, не все знает на этом свете. И придумал для старца такое испытание: «Я поймаю бабочку и зажму ее в кулаке, подойду к мудрецу и спрошу его, что у меня в руке? Если он ответит правильно, тогда я спрошу: какая она – мертвая или живая? Если он скажет – живая, тогда я незаметно сожму кулак и задавлю бабочку, а если он скажет – мертвая, то я отпущу ее, и она улетит, и все подумают, что я умнее старого мудреца и станут почитать меня больше, чем его».

Молодой человек созвал жителей города, и они отправились к мудрецу. Подойдя к жилищу мудреца, он показал кулак в котором была зажата бабочка и спросил: «Знаешь ли ты, что у меня в руке?»

«Бабочка», – спокойно ответил мудрец.

«А какая она, мертвая или живая?» – спросил молодой человек.

«Все в твоих руках», – ответил мудрец.

И я говорю вам: Все в ваших руках!

И если хотя бы один из вас:

* бросит курить,
* откажется от протянутой ему сигареты;
* объяснит другому курящему опасность курения (в том числе взрослым, родителям),

Значит наш разговор был не напрасным.

**Спасибо за внимание**

- до новых встречь.