

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №8 имени Петра Михайловича Гурьева
станции Копанской муниципального образования Ейский район

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ №8
станции Копанской
Ж.В.Хорева



БЕСЕДА

«ОТКАЗ ОТ КУРЕНИЯ»

Для 1 класса

Подготовила и провела
Учитель Клиндух Т.Л.

Ноябрь, 2020 г.

БЕСЕДА в 1 Б классе

Международный день отказа от курения

Цель беседы: Сформировать осознанное отрицательное отношение к курению.

Задачи беседы:

1. Показать пагубное влияние никотина на организм человека;
2. Помочь учащимся развивать в себе привычку к здоровому образу жизни;
3. Выработать умение верно делать обоснованные выводы.

Эпиграф: Табак приносит вред телу, разрушает разум, отупляет целые цивилизации.

Оноре де Бальзак

Сегодня я хочу поговорить с вами о вреде курения.

Знаете ли вы, что каждые 8 секунд в мире появляется новый курящий, показатели смертности от курения с каждым годом повышаются. На сегодняшний день по исследованиям Всемирной организации здравоохранения:

- каждые десять секунд на планете умирает один заядлый курильщик (к 2020 году этот уровень может повыситься до одного человека за три секунды);
- к 2030 г. от табакокурения погибнут 300 млн человек;
- курение приводит к развитию 3-х основных заболеваний с летальным исходом: рак лёгких, хронический бронхит, ишемическая болезнь сердца (коронарная болезнь сердца), болезнь, которая развивается при недостаточном поступлении кислорода к сердечной мышце по коронарным артериям.

По данным всё той же Всемирной организации здравоохранения: – в мире 90% смертей от рака легких, – 75% от хронического бронхита, – 25% от ишемической болезни сердца обусловлены курением.

О вреде курения известно всем давно, но немногие стремятся избавиться от никотиновой зависимости. Либо человек не осознает всей тяжести последствий употребления табака для своего здоровья либо привычка курить настолько сильна, что нет возможности от нее отказаться.

Поэтому ежегодно в 3-й четверг ноября в большинстве стран мира отмечается день отказа от курения. Он был установлен Американским онкологическим обществом в 1977 г. Целью данного праздника является снижение распространения табачной зависимости, вовлечение в борьбу против курения как можно больше людей, а так же информирование общества о пагубном воздействии табака на здоровье.

Просмотр мультфильма: «Трубка и медведь»

(Советский мультипликационный фильм, экранизация сказки Сергея Михалкова «Как Медведь трубку нашёл». В отличие от сказки, у мультфильма трагический конец. Однажды Мишка нашёл в лесу трубку. Попробовал покурить – понравилось! И стал Мишка с тех пор заядлым курильщиком. Начал Мишка болеть, чахнуть... А потом взял и помер.)

Беседа:

1. Скажите, пожалуйста, к чему пристрастился медведь, после того, как нашёл трубку лесника? – *К курению*
2. А как изменилось здоровье медведя после того, как он начал курить? *Кашлять стал, похудел, пропал аппетит.*
3. Какие вредные вещества содержатся в табачном дыме, сигаретах? – *Никотин*
Да, никотин – сильнейший яд, который действует на нервную систему, пищеварение, а также на дыхательную и сердечнососудистую системы.

Курить – здоровью вредить!