

Сценарий внеклассного мероприятия «Здоровье человека – главная ценность в жизни!»

Цель: сформировать негативное отношение подростков к курению и снизить риск приобщения к этой вредной привычке.

(Слайд 1) Здоровье человека – главная ценность в жизни!

(Слайд 2) Наше мероприятие 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”.

(Слайд 3) «Человек – высшее творение природы, но для того чтобы наслаждаться ее сокровищами, он должен отвечать, по крайней мере, одному требованию: быть здоровым» Алексѐй Архипович Леонов дважды герой Советского Союза, лётчик-космонавт

Здоровье человека – главная ценность в жизни! Его не купить ни за какие деньги. Его можно только сохранять и укреплять. Здоровью нет цены! Но как его уберечь и сохранить, когда кругом столько пагубных соблазнов?! Все начинается, казалось бы с простого – с любопытства, перерастает в привычку и заканчивается бедой.

Сегодня мы поговорим об одной из вредных привычек – о курении.

Историческая справка

(Слайд 4) 15 ноября 1492 года Христофор Колумб сделал в собственном дневнике запись о «тлеющих головешках» и о том, что не в состоянии понять, какую пользу они приносят человеку. Его удивило странноватое поведение аборигенов. Они сворачивали в трубки огромные желто-зеленоватые листья, какого – то растения, один конец трубки поджигали, а другой клали в рот. «Пить» дым аборигенам нравилось. Трубки индейцы называли, «табако» либо «сигаро»

(Слайд 5) Вскоре табак попал во Францию: Жан Нико, бывший посол в Испании, 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. Человечество быстро определило вред табака

(Слайд 6) Римские папы даже давали отлучать от церкви курящих и нюхающих табак. В назидание потомству пятеро монахов, уличенных в курении, были заживо замурованы в монастырской стене.

(Слайд 7) Так же в 1585 году в Великобритании по указу Елизаветы I курильщиков приравнивали к ворам и водили по улицам с веревкой на шее. С 1649 года было «велено всех, у кого найдено богомерзкое зелье, пытать и бить на козле кнутом, пока не признается, откуда зелье получено».

Король Франции Людовик 13 в 17 веке запретил свободную продажу табака, только в аптеках.

В Турции в 17 веке султан Мурад 4 издал закон о смертной казни за курение табака.

В конце XVI в. в Англии за курение казнили, а головы казненных с трубкой во рту выставляли на площади.

(Слайд 8) На Русь «тлеющие головешки» завезли английские купцы в 1585 году. Наши предки узрели в их кознях злых сил. Борьба с курильщиками началась уже при царствии Михаила Романова. Подружившихся с голубым дымом, наказывали: 1-ый раз – 60 палок по стопам, 2-ой раз – отрезали нос либо ухо.

(Слайд 9) Яков I объявил курение вредным, неблагочестивым и неподходящим для цивилизованного человека занятием. Собственный известный труд «О вреде табака», опубликованный в 1604 году. Яков I окончил словами: «привычка, неприятная зрению, невыносимая для чутья, вредная для мозга, страшная для легких...» Это была 1-ая книжка о вреде курения.

(Слайд 10) Однако, полностью избавиться от курения не удалось. В дальнейшем царь Петр 1, сам пристрастившийся к курению во время своего пребывания в Западной Европе, специальным указом от 1697 года отменил запрет на употребление табака.

Вред курения

(Слайд 11) Начиная курить, люди не задумываются, к чему может привести эта вредная привычка? А стоило бы.

В момент затяжки, температура на кончике сигареты добивается 600 градусов. Под действием высочайшей температуры из табака и папиросной бумаги образуются около 600 ядовитых веществ: никотин, угарный газ, аммиак, синильная кислота и другие.

(Слайд 12) Газообразные и твердые вещества, содержащиеся в табачном дыме, раздражают слизистую оболочку горла, трахеи, бронхов и легочных

пузырьков. При систематическом курении слизистая оболочка воспаляется, развиваются хронические болезни дыхательных путей.

(Слайд 13) Не менее страдает и сердце: никотин, всасываясь в кровь, вызывает сужение кровеносных сосудов. Это ведет к тому, что сердце курильщиков работает с завышенной перегрузкой.

Больше всего страдает нервная система. Нарушается питание головного мозга за счет того, что к нему поступает кровь, обедненная кислородом. Ухудшается память, возникают нередкие головные боли. Страдают и органы пищеварения. Тошнота, время от времени рвота, боли в желудке и кишечном тракте.

(Слайд 14) Народная мудрость гласит: « Один курит – весь дом болеет». Установлено, что в организме курильщика задерживается лишь 4-ая часть никотина. Еще одна 4-ая разрушается при сгорании и остается в окурке. Остальное количество, то есть половина, загрязняет воздух помещения, в котором курят.

Человек, который находился в течение часа в накуреном помещении, получает такую же дозу ядовитых веществ, как будто он выкурил 4 сигареты. Поэтому курильщик наносит вред не только своему здоровью, но и здоровью окружающих людей.

Некурящие люди, практически в принудительном порядке, обязаны дышать «выхлопными газами» курящих.

(Слайд 15) Борьба с курением на современном этапе

В настоящее время появилось множество новых фактов о вредных веществах, содержащихся в табаке. На последней ассамблее Всемирной организации здравоохранения было подчеркнуто, что вред, который табакокурение наносит здоровью людей, остается главной проблемой во многих странах.

Ежегодно в третий четверг ноября в большинстве стран мира отмечается Международный день отказа от курения. Этот день был установлен Американским онкологическим обществом в 1977 году.

С 1988 года ежегодно 31 мая проводится Всемирный день без табака.

Борьба с курением идет во всем мире.

В 140 странах были приняты законы, ограничивающие курение.

(Слайд 16) Курение запрещено не только в транспорте, но и в большинстве театров, кинотеатров и других общественных мест. Нарушителям грозит штраф и даже тюремное заключение, в некоторых городах Америки штраф за курение в общественных местах достигает до 3 тыс. долларов, а в Италии до 125 \$, в Англии, Франции, Японии на деньги, которые нарушитель заплатит в качестве штрафа можно купить подержанный автомобиль, в Дании астрономически выросли цены на сигареты. Во многих развитых странах

управляющие заводов, банков, офисов платят существенную надбавку к зарплате некурящим сотрудникам. А некоторые фирмы вообще отказываются брать на работу курильщиков.

В Турции за курение в общественных местах можно попасть даже в тюрьму. В Австралии появился полностью не курящий город.

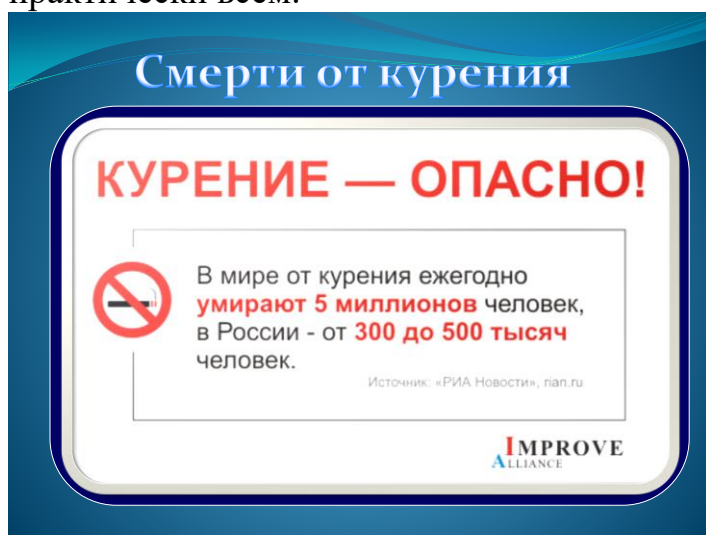
(Слайд 17) И у нас пытаются принять какие-то меры – запретили курить в общественных местах, в общественном транспорте, практически исчезла реклама табачной продукции, проводятся благотворительные акции (вместо пачки сигарет раздают шоколадки), по радио и ТВ идет социальная реклама «Сломай сигарету, пока сигарета не сломала тебя».

(Слайд 18) Раньше на пачках сигарет писали «Минздрав предупреждает: курение вредит вашему здоровью», но надпись была выдержана в одном стиле с оформлением пачки.

(Слайд 19) Сейчас надписи делают яркими, броскими. Очень трудно, практически не возможно, ее не заметить.

(Слайд 20) Во многих странах на сигаретных пачках, кроме надписи помещают еще и фотографии последствий курения.

(Слайд 21) В нашей стране самые дешевые сигареты и от этого доступные практически всем.





Викторина

(Слайд 2) И закончить наше мероприятие я тоже хочу притчей: «Когда-то, давным-давно, в одной восточной стране жил уважаемый всеми мудрец. Люди очень часто обращались к нему за советом по самым сложным вопросам, и он всегда помогал им решать их проблемы.

И вот, однажды в городе появился честолюбивый молодой человек, который хотел прославиться своими способностями. Молодой человек решил доказать всем, что мудрец не такой уж и умный, что он не все знает на этом свете.

И он придумал для него 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 зажатую в кулаке бабочку 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.

(Слайд 48) – И я говорю вам: Все в ваших руках!

(Слайд 49) Сделайте правильный выбор!

Список использованной литературы и Интернет-ресурсов:

<http://www.scenaristika.ru/265-ya-nikогда-ne-budu-kurit-urok-razмышlenie.html>

<http://festival.1september.ru/articles/520073/>

http://tlt.poetree.ru/news/spasibo_ne_kurju/2009-09-30-92

<http://festival.1september.ru/articles/414684/>

<http://www.youth-non-smoking.ru/Contest.htm>

<http://www.stopsmoking.ru/index.html>

<http://www.nosmoking.ru/>

<http://nosmoke.chat.ru/index.html>

<http://stop-smoke.ru/index.html>