Внеклассное мероприятие "Дым вокруг от сигарет - мне в этом дыме места нет"

Составила Никитина Мария Андреевна,
учитель математики

ЦЕЛИ:

1. ознакомление учащихся с отрицательным воздействием на организм табакокурения и веществ, содержащихся в сигарете.
2. формирование у школьников негативного отношения к курению и готовности вести здоровый образ жизни.
3. развитие кругозора учащихся кругозора

Ход занятия

переход на следующий слайд - нажатие кнопки в правом нижнем углу

Слайд 2

Здоровье – это бесценный дар , который преподносит человеку природа..Без здоровья очень трудно сделать жизнь человека интересной и счастливой. Но как часто мы растрачиваем этот бесценный дар попусту , забывая , что потерять здоровье легко , а вот вернуть его очень и очень трудно.

Зачастую губят наше здоровье вредные привычки. К вредным привычкам относят приём спиртных напитков , курение , наркотики , переедание. Сегодня мы поговорим с вами о наиболее распространённой вредной привычке – курение. И сегодняшняя наша встреча называется « Дым вокруг от сигарет – мне в этом дыме места нет».

Трудно найти другую привычку, о вреде которой известно столь много? Однако до сих пор подавляющее большинство подростков относится к курению, как к занятию безобидному, а часто и привлекательному. Однако это далеко не так. Чтобы бороться со злом, необходимо знать о нем как можно больше.

В наше время курят очень многие , хотя о вреде курения сказано и написано очень много.

Слайд 3

И сегодня мы должны ответить на вопрос :

ПОЧЕМУ

КУРЕНИЕ УБИВАЕТ *(кликнуть мышкой по строке -размер букв увеличится)*

КУРЕНИЕ СПОСОБСТВУЕТ РАЗВИТИЮ НЕИЗЛЕЧИМЫХ БОЛЕЗНЕЙ*(кликнуть мышкой по строке -размер букв увеличится)*

КУРЕНИЕ СОКРАЩАЕТ ЖИЗНЬ*(кликнуть мышкой по строке -размер букв увеличится)*

Слайд 4

По статистике в России курят 3 млн.подростков : из них 2,5 млн.юношей и 0,5 млн.девушек.

Это говорит о том, что подростковое курение стремительно растёт. Свою первую сигарету мальчики выкуривают в возрасте до 10 лет, девочки – в 13-14.

К 15 годам каждый десятый курящий подросток уже страдает никотиновой зависимостью.

Если уж заговорили сегодня о курении обязательно должны сказать откуда это явление к нам пришло.

Слайд 5

Листья и семена табака были привезены из Америки в 1492 году моряками экспедиции Христофора Колумба**..** Когда его корабль пристал к одному их островов неизвестного материка, матросы с изумлением наблюдали, как индейцы выпускали изо рта дым, который они втягивали из тлеющих листьев какого-то растения. При встрече с матросами Христофора Колумба индейцы пытались в знак дружбы угощать их табаком. Если кто-либо отказывался от предлагаемой «трубки мира», это воспринималось индейцами как враждебное к ним отношение. Чтобы не обидеть индейцев Христофор Колумб и его матросы были вынуждены принимать угощение и курить, не смотря на тошноту и неприятное самочувствие. Постепенно часть матросов привыкли к курению табака. Колумб привёз семена табака в Европу.

Слайд 6

В России табак появился при царе Иване Грозном

В России курение было запрещено и преследовалось и властями и церковью. Запрещалась продажа и употребление табака.

Слайд 7

Царь Михаил Романов сурово преследовал любителей дьявольского зелья. В 1634 г. был издан указ, по которому курильщики получали шестьдесят палочных ударов по подошвам. Во второй раз отрезался нос.

Слайд 8

По Уложению царя Алексея Михайловича предусматривалось наказание тому, у кого был найден табак: бить кнутом до тех пор, пока не признается, откуда табак получил. Суровые меры предусматривались в отношении торгующих: резать носы и ссылать в дальние города. Ввоз в страну табака был запрещен.

Слайд 9

Усилия русских царей оказались безрезультатны. Царь

Петр I был любителем курения. В 1697 году были сняты все запреты .

И вот уже более 300 лет в России курят.

Так чем же опасен табачный дым?

Слайд 10

Горящая сигарета – уникальная «химическая фабрика», на которой вырабатывается более 4 тыс. химических соединений.

Основные вредные вещества табачного дыма. Это – никотин, синильная кислота, радиоактивный полоний, канцерогенные смолы, угарный газ, многое другое

Как же курение влияет на наш организм?

Первыми принимают удар на себя зубы **(***нажать на красную стрелку)*

Температура вдыхаемого курильщиком дыма около 60-80 градусов.Тогда как средняя температура окружающей среды ,например осенью ,всего 5 градусов. Курильщик поочерёдно наполняет свой рот , то горячим дымом , то холодным воздухом. В результате зубная эмаль испытывает резкие перепады температур. В результате на эмали появляются трещины. А это входные ворота для микроорганизмов. В трещинах откладывается табачный дёготь из-за которого эмаль приобретает более тёмный или желтоватый цвет.

Изо рта табачный дым попадает в лёгкие.(*нажать на красную стрелку)*

Лёгкие: на них возложена функция снабжения кислородом всего организма. Лёгкие , в которые регулярно попадает табачный дым ,забиваются дёгтем , токсинами и перестают функционировать так как должны : они менее эластичные, в легких большое количество мокроты , что приводит к постоянному кашлю, появляется одышка , вентиляция в легких нарушена, лёгкие быстро стареют. В результате концерогены табачного дыма накапливаются, что приводит к необратимому разрушению клеток и возникновению злокачественных опухолей.

(нажать на красную стрелку)

Сердце : важнейшая мышца организма , перекачивающая кровь. Сердце некурящего человека бьётся с частотой 70 ударов в минуту . сердце курящего человека вынуждено делать на 5-10 ударов в минуту больше .

(нажать на первый звуковой значок- биение здорового сердца

нажать на второй звуковой значок- биение сердца курильщика)

Такой неэкономичный режим работы сердца ведет к его преждевременному изнашиванию. Усиленное сердцебиение приводит к повышению артериального давления и развитию такого опасного заболевания как инфаркт- разрыв сердечной мышцы.

(нажать на красную стрелку)

Мозг: В среднем достаточно 1 минуты после вдыхания табачного дыма, чтобы никотин достиг мозга. Тем, кто курит, следует помнить, что под воздействием никотина происходит сужение мозговых сосудов, а, следовательно, уменьшается приток крови к нервной ткани. В связи с этим появляются частые головные боли, происходит ослабление памяти.

Сосуды:

В течении одной минуты после начала курения никотин вызывает сильные спазмы сосудов. Клетки стенок сосудов испытывают кислородное голодание. Возникают локальные некрозы тканей - отмирание клеток. Для закрытие таких дыр внутри сосудов возникают наросты. Эти наросты увеличиваются , что приводит к частичной или полной их закупорке , что приводит к инфарктам , инсультам.

Слайд 11

Просмотр видеофрагмента

(для просмотра видеофрагмента щёлкнуть по вставленному фрагменту)

Слайд 12

По данным министерства здравохранения России ежегодно преждевременно в России умирает 400000 человек - это более 1000 смертей в день.

Слайд 13

Рефлексия