

МБОУ Часцовская средняя общеобразовательная школа

**Проблема курения: пути профилактики и решения
(родительское собрание с элементами игры)**

Составила: Епонешникова Лидия Алексеевна

Часцы – 2015г

Цель: актуализация отрицательного влияния вредной привычки на развитие детского организма, активизировать жизненный опыт детей в этой сфере.

Задачи:

- формирование здорового образа жизни;
- формирование умения сделать правильный выбор;
- развитие навыков сотрудничества, доброжелательности, сплочения коллектива.

Форма проведения: игра.

Участники: учащиеся 10 класса, родители, классный руководитель, врач-гинеколог, девушка-репортёр. Подготовительная работа: создание анкет для интервьюирования, с помощью которых ребята опрашивают 100 человек. По итогам обработки материалов подписываются варианты ответов.

Изготавливаются жетоны 2 цветов для распределения родителей и детей на рабочие группы.

Оформление: в классе расставляются столы для 2-х команд, на столах подготовлены листы с анкетами без голосов, и ручки, жетоны 2-х цветов, чтобы разделиться на команды. Вывешены плакаты «Выбор за вами!»

На доске: плакат «Мифы и факты о табаке»

Миф	Факт
Курят все	У нас в стране 50% мужчин и 75% женщин
Все взрослые курят	Многие хотят бросить курить!
Бросить курить легко	По статистике курят меньшинство.
Курение - безвредное занятие	Курение-главный фактор риска заболеваний лёгких и сердца.
Курение опасно только для того, кто курит	Врачами установлено, что курение опасно не только для здоровья тех, кто курит, но и тех кто не курит

Ход собрания

1. Вступительное слово классного руководителя (он же – ведущий)

Классный руководитель - Подрастают наши дети... Из маленьких беспомощных детишек они превращаются в юношей и девушек. Растут дети, и более серьёзными становятся проблемы, с которыми мы сталкиваемся. Все люди, в том числе подростки, владеют информацией о вреде курения, о том, что курильщики чаще других страдают сердечно-сосудистыми заболеваниями, раком дыхательных путей и лёгких. Подростку сложно устоять перед соблазном курения, особенно если взрослые утверждают, что курение успокаивает при стрессе.

Как уберечь своего ребёнка от курения? Наша игра сегодня посвящается Международному дню отказа от курения. Играя, мы вместе подумаем: кто делает выбор - курить или не курить? Родители? Друзья? Школа? Твои сверстники? А может, ты сам? Выбор за вами!

Итак, начнём! Вам даётся 5 минут для того, чтобы придумать название команды, девиз, назначить капитана команды.

2. Представление команд.

3. Ход игры.

1-й тур

Ведущий. Задание всегда будет одинаковое. Нужно в анкете напротив ответа на вопрос поставить определённое количество баллов. Проставив баллы, вы будете сравнивать, насколько близки вы были к истинным анкетам, которые получились после обработки интервьюирования. Та команда, у которой результат будет реальнее, выигрывает.

1. Откуда взялись сигареты?

- из Америки - 42;
- из магазина - 19;

- привёз Пётр 1 - 9;
- из кармана - 6;
- из табака - 6;
- из дома - 2;

2. Что станет с миром, если все начнут курить?

- все умрём - 35;
- уменьшится рождаемость - 19;
- курить будет немодно - 9;
- табачные фабрики разбогатеют - 8;
- дети будут уроды - 5;
- мы превратимся в одну большую курилку - 1.

Заставка «Путешествие по странам и континентам»

(К доске выходят 10 учащихся с листами формата А3 с изображением флага страны, на обороте каждого листа крупно написан текст. 10-й лист - с надписью общеобразовательного учреждения, в котором проводится игра.)

Ведущий.

Зная состав табачного дыма и какой вред он наносит здоровью, в цивилизованных странах принимают законы, охраняющие права некурящих.

США. Курильщики платят более высокие взносы по медицинскому страхованию, чем некурящие американцы.

Германия. Запрещено курить на вокзалах, а Ассоциация домашних врачей Гамбурга предлагает продавать сигареты только в аптеках.

Великобритания. Запрещено курить в пригородных поездах. Антитабачная служба Великобритании добилась постановления, согласно которому некурящий сотрудник вправе потребовать от своих курящих коллег компенсации в 25 тысяч долларов.

Сингапур. Курение строго запрещено в общественном транспорте, такси, лифтах, кинотеатрах, общественных заведениях, ресторанах и торговых центрах.

Бельгия. Запрещено курить в помещениях, где есть дети, в учреждениях здравоохранения и домах престарелых.

Италия. Курильщикам придётся раскошелиться на сумму до 500 евро, если они закурят в неположенном месте, да ещё рядом с ребёнком до 12 лет или беременной женщиной.

Норвегия. Запрещено курить везде, кроме собственного дома и автомашины.

Канада. Сухие фразы о вреде курения заменили на сигаретных пачках более красноречивыми картинками - изображениями больных органов заядлых курильщиков.

Россия. 10 июля 2001г. Президентом РФ подписан закон «Об ограничении курения табака». Отныне нельзя курить в общественных местах (в авиатранспорте, спортивных учреждениях, театрах, кино и др.)

Часцовская школа. Директором школы издан приказ о запрещении курения в школе и на близлежащих территориях.

Ведущий. Сейчас выступит учащийся 10 класса с фрагментом лекции академика Ф. Углова «Письмо курящей девушке».

Учащийся. Социологи провели анонимное анкетирование, в котором спросили: почему вы курите? 60% девушек ответили : это красиво и модно. А 40% курят потому, что хотят нравиться мальчикам. Допустим: и даже в чём – то их оправдаем. Потому что нравиться - это заложено в тебе природой. Но оправдаем временно: не лишне знать и мнение мальчиков. Были опрошены 54 юноши. Им предложили 3 вопроса и, соответственно 3 варианта ответа: положительно, безразлично, отрицательно.

Вопрос первый. В твоей компании девушки курят. Как ты к этому относишься? 4% ответили положительно, 54% - безразлично, 42% - отрицательно.

Второй вопрос. Девушка, с которой ты дружишь, курит. Как ты к этому относишься? 1% - положительно, 84% - отрицательно, 15% - безразлично .

Вопрос третий. Хотел бы, чтобы твоя жена курила? Из 54 юношей только 2 сказали: им всё равно. Остальные категорически возразили. Оценка - серьёзного парня оттолкнёшь своим поведением. Но давайте поговорим о другом. Женщины тяжело страдают от курения из-за более нежной структуры организма, который природой предназначен для продолжения рода. Давно известны факты, говорящие о том, что злостные курильщики не могут родить детей, поскольку произошли глубокие изменения в репродуктивном аппарате.

Ведущий. Вот об этом нам расскажет наш гость врач - гинеколог.

Врач. Каждый родившийся человек на Земле должен стремиться оставить потомство, как и всё живое на нашей планете. И если весь растительный и животный мир борется за продолжение рода, за сохранение жизни потомства, то человек нередко поступает так, что часто сам себя лишает продолжения рода.

За последние 10 лет количество женщин, не способных забеременеть, резко возросло. В 1996 г. в России эта цифра достигала 10 млн. (из 37 млн. женщин возраста 18-45 лет). Причины бесплодия разные: это генетический фактор, гормональные нарушения, фактор перенесённых в детстве заболеваний, последствия перенесённого аборта, заболевания женской половой сферы.

В настоящее время количество мужчин, от которых женщина не может забеременеть составляет 4 млн. человек. Но, даже если исключить все эти факторы, есть женщины, которые не беременеют, казалось бы, беспричинно.

Однако учёные выявили эту причину. Проанализировав совокупность сведений, полученных при медицинском обследовании путём опроса

женщин, обратившихся по вопросу бесплодия, врачи – специалисты обнаружили следующую закономерность: страдают бесплодием девушки, которые закурили в возрасте 12-16 лет. Природа как будто мстит им, лишая возможности забеременеть и познать счастье материнства. В чём тут дело? Раньше женщины начинали курить намного позже и таких женщин было мало, так как курящая девушка рассматривалась как «ветреная.»

Но это мораль, нравы, поведение, которым руководствуется общество и человек. Природа же к морали никакого отношения не имеет. Так почему же, если женщина закурила после 20 лет, природа не лишает её детородной функции, а как только девушка закурила в 12 лет, то процент бесплодности возрастает. Как известно, каждая клетка нашего организма становится «взрослой» к 18-20 годам. Что значит «взрослой»? Это значит: клетка к этому возрасту плотные грани. Чтобы было понятно, представим конфигурацию клетки, достигшей «взрослого» состояния, в виде шестиугольника, вершины которого соединены прямыми линиями, в данном случае, и есть плотные грани, препятствующие проникновению вовнутрь клетки всевозможных шлаков, имеющихся в крови. Кровь питает каждую клетку нашего организма, в том числе и ядро, находящееся внутри клетки. Именно ядро ответственно за жизнеспособность клетки, за её множительную функцию.

Ядро не терпит шлаков. Если вовнутрь клетки кровь проникает со шлаками, ядро тут же погибает. Если ядро погибло, то клетка не даст подобную себе клетку. Поэтому клетка делает всё возможное, чтобы защитить себя от шлаков. Эту способность клетка приобретает только 18-20 годам. К этому возрасту клетка имеет плотные грани, которые и срабатывают как фильтры, защищающие ядро клетки от шлаков при прохождении крови через них внутрь клетки.

Другое дело, что шлак, который не прошёл внутрь любой клетки и остался за её гранями, накапливается и часто является причиной онкологических заболеваний. Вот почему говорят о зависимости между раком и курением.

Вот почему борьба с курением во всех странах стала столь актуальной и активной. Борьба с курением – это борьба за сохранение детородной функции родившихся девочек, борьба за здоровье будущего поколения. Так во многих странах врачи не берутся за лечение курящего больного. В учреждениях этих стран у курящих (при прочих равных условиях с некурящими работниками) зарплата ниже. Запрещено курить в общественных местах, в поездах, в школах, лечебных учреждениях. Облик курящей женщины приближен к облику женщины-алкоголички, т.к. все они курят. Курение стало признаком отсталости и интеллектуальной ограниченности. Чего достигли этим? Число курящих в начале 970-х годов было 60%, в середине 1990-х годов-21%.

2 тур

1.Чего (или кого) мы никогда не увидим в рекламе табачных изделий?

- последствий курения - 27;
- эротики - 19;
- курящего ребёнка - 15;
- беременную женщину - 3;
- Дмитрия Медведева - 1.

2.Что могло бы (или кто мог бы) заставить вас бросить курить (если вы курите)?

- болезнь - 15;
- любимый человек - 30;
- родители - 60;
- беременность - 120;
- отсутствие сигарет - 180;
- ремень - 240.

Учитель. А теперь посмотрим видеоролик, в котором заснято интервью с ребятами, где они дают интервью на эти вопросы.

«Как изменится ваша жизнь, если вы откажетесь от курения?»

- будет больше свободного времени!
- буду выносливее в спорте!
- улучшится здоровье!
- моя девушка будет довольна!
- не придётся отпрашиваться с уроков!
- буду покупать мороженое!
- мои родители будут рады!
- от одежды не будет едкого запаха!
- дети не будут пассивными курильщиками!

«Что такое пассивное курение?»

- лично я ничего не имею против курильщиков, но я против дыма, который мне приходится вдыхать.

Репортёр. Как изменится ваша жизнь, если вы откажетесь от курения?

Участник. У меня будет больше денег. Я тут, кстати, подсчитал, сколько денег уходит на курение в год. Если одна пачка в год стоит 20 рублей, то в год это 7300 рублей.

На что бы могли потратить эти деньги? (слушаем ответы).

Спасибо за ваши ответы!

3 тур.

1. Назовите наиболее опасные для здоровья последствия курения.

- рак лёгких - 74;
- смерть - 6;
- импотенция - 5;
- рак губы - 5;
- язва желудка - 2;

- обвисшая грудь - 1.

2. Откуда у подростков берутся деньги на приобретение сигарет?

- берут у родителей - 81

- из карманных денег - 6

- зарабатывают - 12

- воруют - 4

- просят у друзей - 2

- отнимают у малышей - 1.

3. Кому труднее всего отказать, если будет предложено закурить?

- друзьям - 4;

- дворовой компании - 24;

- родителям - 18

- своей девушке - 10;

- всем - 6;

- старшеклассникам - 7;

- самому себе - 2.

4. Что мешает человеку бросить курить?

- зависимость - 59;

- дурная привычка - 16;

- слабая сила воли - 11;

- тяга к сигарете - 6;

- нежелание - 4;

- личные проблемы - 3;

- компания - 2;

- потребность в никотине - 1;

- влияние других людей - 1;

- не хочется быть белой вороной - 1.

4 тур

Ведущий. Сейчас я хочу предложить вам найти выход из одной очень жизненной ситуации. Я пройду по классу, и каждая команда вытащит из конверта один жетончик: красный, или зелёный. Группы должны показать, как можно решить предложенную ситуацию конструктивно (зелёный жетончик), а как неконструктивно (красный жетончик).

Ситуация. Вы приходите домой в неурочный час, неожиданно для дочери, и застаёте её судорожно курящей у открытого окна. Увидев вас, она не прекращает курение, а с вызовом говорит вам, что таким образом расслабляется после нервного учебного дня. Ваши действия?

Группы родителей и детей обсуждают и представляют своё решение. Затем все совместно размышляют, как можно решить эту проблему.

Ведущий. А пока наше жюри подводит итоги, посмотрите выступление «Антирекламная пауза!»

Двое учащихся стоят по краям с большим плакатом «Наши причины не курить!» (Все остальные выходят и становятся в шахматном порядке.)

Ученик.1 Минздрав!

Ученица 1.Родители!

Ученик 2.Учителя!

Ученица 2.Друзья!

Ученик 3.Любимые!

Ученик 4.Ваши будущие дети!

Все (хором). Предупреждают!

Ученица 2.Разве взросло яд вдыхать, организм свой отравлять?

Все (хором). Глупо во власти рекламы жить!

Вот наши причины, чтоб не курить:

Ученик 1. Я хочу иметь здоровый внешний вид.

Ученица 1. Мой парень против курения.

Ученик 2.У меня нет на это лишнего времени.

Ученица 2. Курение мешает заниматься спортом.

Ученик 3. Я найду, на что потратить эти деньги.

Ученик 4. Мне не нравится вкус сигарет.

Ученица 1. Я хочу, чтобы у меня были здоровые дети.

Ученик 1. Я хочу быть успешным.

Ученица 2. Я хочу любимой быть!

Ученица 1. Я хочу красивой быть!

Ученик 3. Я хочу счастливым быть!

Все (хором) Наш совет: Бросай курить!!!

4.Подведение итогов собрания.

Ведущий. Итак, жюри объявляет итоги нашей игры. (выступает представитель жюри)

Ведущий. Многие подростки курят, не понимая, как легко перейти границу и стать зависимым. Они не могут преодолеть желание попробовать «запретный плод». Помогите своим друзьям. Убедите их, что курить – не модно! А если друг попал в беду и стал зависимым – не оставайтесь в стороне, не замалчивайте проблему и не делайте вид, будто ничего не происходит. С этой бедой не справиться в одиночку. Только вместе мы – сила! (Раздаются листовки «Последствия курения».)

Последствия курения

Снижение трудоспособности, подавление умственных способностей, преждевременное старение, сердечная недостаточность, ишемия, гипертония, инфаркт миокарда, атеросклероз, стенокардия, хронический бронхит, эмфизема лёгких, облитерирующий эндартериит, рак лёгких, рак гортани, рак почек, гастрит, язва желудка, импотенция, выкидыш, бесплодие, внезапная смерть.