

Принято на педагогическом совете
МБОУ «Нижемактаминская СОШ №2»
протокол № 1 от «28» августа 20 17 г.

Введено в действие
Приказ № 1 от «28» августа 20 17 г.



ПРОГРАММА профилактики курения в школе «Жизнь без табака»

*«Курение – это привычка, отвратительная
для взора, мерзкая для обоняния, вредная
для мозга и опасная для легких»
Король Джеймс I*

2017 г.

Наименование Программы:	- образовательная Программа по профилактике курения «Жизнь без табака»
Разработчики:	- ЗДВР – Петров Игорь Анатольевич
Срок реализации :	- 2017-2020 гг.
Исполнитель:	- МБОУ «Нижемактаминская СОШ №2»
Ожидаемые конечные результаты реализации Программы:	- сделать школу территорией, свободной от курения; - снижение числа потребителей табачных изделий среди школьников; - снижение уровня первичной заболеваемости детей болезнями органов дыхания; - овладение способами уверенного отказа от курения; - уменьшение числа больных детей и уменьшение числа пропусков уроков по болезни; - рост интереса учащихся к учёбе; - среди педагогического коллектива и обслуживающего персонала – ни одного курящего!

Пояснительная записка

Актуальность программы:

Предупреждение табакокурения обучающихся имеет важное значение для достижения оптимально здорового общества: дети – родители поколения будущего. Подростки знают о вреде курения, однако, друзья в компании, курящие родители, влияние рекламы способствуют широкому распространению курения в стране. Курят пожилые и молодые люди, мужчины и женщины. Наблюдается устойчивая тенденция распространения курения среди девушек. По данным российских и зарубежных специалистов, среди основных факторов, влияющих на распространение табакокурения, являются:

- образ жизни;
- окружающая среда;
- наследственность.

Здоровье – одно из главных составляющих красоты. Желание быть красивым, совершенным, такое естественное для человека, – верный стимул для приобщения детей к регулярным занятиям физической культурой, правильному питанию, соблюдению здорового образа жизни, отказ от разрушителей здоровья: прежде всего, от курения. Ибо хорошо известно, что красота и здоровье обратно пропорциональны распространённости курения.

Проблема табакокурения в настоящее время приобрела социально-экономический характер и настойчиво требует разработки предупредительных мер в целях защиты интересов личности и общества. По мнению ВОЗ табак рассматривается как «оружие массового поражения». Связанные с курением сердечно-сосудистые заболевания каждый год уносят жизни 600 тысяч человек, и миллион – в развивающихся странах.

Курение - главная угроза здоровью и одна из причин смертности россиян. Расчёты, приведённые ведущими российскими учёными и экспертами ВОЗ, показали, что из полумиллиона мужчин среднего возраста (35-69 лет), ежегодно умирающих в нашей стране, у 42% причиной смерти является курение. И что смерть, связанная с курением, среди мужчин среднего возраста, умерших от злокачественных опухолей составляет 59%, от сердечно-сосудистых заболеваний- 44%, от хронических неспецифических лёгочных заболеваний- 70%.

Западные табачные компании, которые потеряли рынки сбыта у себя дома, ведут борьбу за право «владения» огромными рыночными пространствами России, где в настоящее время курят 40 млн. человек. В последнее время растёт число курящих среди подростков, молодёжи и женщин. Это катастрофическая тенденция приведёт к дальнейшей деградации россиян и росту смертности от рака, сердечно-сосудистых заболеваний.

По данным официальной статистики, каждый день 700 россиян умирают от болезней, вызванных курением, причём больше половины курильщиков умирают в трудоспособном возрасте. С курением связывают возникновение таких болезней, как рак лёгких, болезни сердца и инсульты, эмфизема лёгких, хронический

бронхит, язвенная болезнь желудка и двенадцатипёрстной кишки. В России курильщики со стажем живут на 20 лет меньше, чем некурящие.

Табакокурение является фактором, увеличивающим в 6-8 раз количество осложнений туберкулёза и смертность от этого заболевания.

Здоровье человека – важнейшая жизненная ценность, не только отдельного человека, но и всего общества. В настоящее время во всём мире среди проблем, стоящих перед обществом, важнейшей является курение. Значительная часть современной молодежи подвержена табакокурению: по данным ВОЗ, примерно 30% молодежи в возрасте от 15 до 18 лет курит. Такие молодые курильщики, скорее всего, продолжают курить и во взрослом возрасте. К сожалению, многие курильщики, даже зная все медицинские аспекты воздействия никотина на организм, обладая достаточно широкой информацией о вреде курения, зачастую не могут отказаться от вредной привычки.

Поэтому привитие школьникам элементов здорового образа жизни, умения отказаться от предложенной сигареты является весьма актуальной проблемой.

Цели:

- Снижение потребления табачных изделий школьниками.
- Укрепление и сохранения здоровья детей.
- Подготовка детей к формированию и осознанному выбору здорового образа жизни и ответственности за свой выбор.
- Уменьшение количества новых курильщиков в школе и повышение внимания учащихся и персонала образовательного учреждения к проблеме курения.

Задачи:

1. Создать комплексную систему мер, направленную на ликвидацию курения на территории школы;
2. Предоставить учащимся объективную информацию о последствиях курения и сформировать представления о негативном влиянии курения на различные сферы жизни человека (здоровье, учебу, работу, личную жизнь и т.п.);
3. Сформировать у учащихся негативное отношение к курению;
4. Сформировать у учащихся умения и навыки, позволяющие снизить риск приобщения к сигаретам;
5. Стимулировать процесс прекращения курения среди курящих школьников и персонала школы; сделать этот процесс менее болезненным.

Участники программы

В реализации программы примут участие:

- учащиеся школы;
- штат сотрудников школы, включая администрацию и технический персонал (охранников, работников столовой, уборщиц и т.п.);
- родители.

Главные принципы реализации программы

Охрана здоровья связана с обучением и воспитанием – неразрывными элементами школьного образования: обучение – овладение знаниями и информацией; воспитание – формирование навыков ответственного поведения и здоровых установок, развитие личной и социальной компетентности.

Профилактическое обучение основано на научно установленных закономерностях. Вероятность приобщения к курению снижается, если:

1. Ученики критически относятся к своему поведению, обучены рефлексии и самоанализу.
2. Поощряется вера в свои силы, признается уникальность каждого человека.
3. Учащиеся умеют распознавать опасные ситуации, принимать рациональные решения, находить альтернативные курению модели поведения.
4. Дети обучены распознаванию ситуаций группового давления и располагают навыками сопротивления давлению.

Содержание уроков профилактического обучения должно развиваться по спирали. Объем школьных знаний ребенка увеличивается адекватно росту и развитию, установки и поведенческие навыки усиливаются и совершенствуются. В качестве методологии используется метод обучения в группе.

Профилактическое обучение необходимо начинать с детей младшего школьного возраста. Профилактика намного эффективнее среди тех, кто не курит.

Разработанная программа опирается на следующие принципы:

- Системность – разработка и проведение профилактических мероприятий происходит исходя из системного анализа ситуации с табакокурением в школе.
- Комплексность – в реализации профилактических и лечебных мероприятий принимают участие все необходимые для их успешной реализации специалисты от психолога до врача-терапевта, нарколога и психотерапевта.
- Стратегическая целостность – формируется единая стратегия профилактической деятельности, обуславливающая основные стратегические направления, конкретные мероприятия и акции.
- Этапность – реализация лечебно-профилактической программы включает ряд этапов, представляющих из себя своего рода «сито» с все более и более мелкими ячейками. Каждый последующий этап, таким образом, оказывается все более специализированным, в его реализации задействуется все большее количество специалистов.
- Преемственность – каждый последующий этап профилактической программы является продолжением предыдущего, исправляя недочеты и дополняя его новыми мероприятиями.
- Доступность – получить высокоспециализированную помощь может любой высказавший желание и нуждающийся в ней подросток.

Для повышения эффективности программы следует учитывать несколько условий:

Хотя отдельные элементы программы носят запретительный характер, нужно принять во внимание, что изменение поведения осуществляется не в результате категоричного запрета курения, а при формировании критического мышления к существующей проблеме;

Прежде всего, акцент программы должен быть сделан на повсеместное прекращение курения в школе. В целях повышения эффективности программы курение в школе должно быть прекращено на всех уровнях: учителя, работники школы, родители, учащиеся.

Основные направления программы:

1. Профилактика табакокурения среди подростков, молодежи и других возрастных групп.
2. Мероприятия, направленные на выявление и пресечение противоправной деятельности, связанной с реализацией табачных изделий.
3. Меры по развитию системы культурно-массовых, спортивных и оздоровительных мероприятий.

Механизмы и основные мероприятия по реализации программы:

1	Проведение школьной акции «Школа без табачного дыма»
2	Участие в районных акциях «Обменяй сигарету на конфету».
3	Организация ежегодных акций «Брось сигарету!» среди учащихся.
4	Проведение социально-психологических тренингов среди подростков «Мой выбор: курить или не курить?».
5	Проведение тематических классных часов по профилактике курения, ЗОЖ.
6	Систематическое размещение материалов по пропаганде здорового образа жизни, преодоление вредных привычек, в том числе табакокурения в стенных газетах, плакатах.
7	Организация выставок, конкурсов детских рисунков и стенных газет по вопросам профилактики табакокурения.
8	Выпуск плакатов, памяток, листовок по пропаганде здорового образа жизни, о вреде табакокурения и его профилактике, противопожарной безопасности «Дети против курения», «Безвредных сигарет не бывает».
9	Подготовка методических рекомендаций для родителей и детей по профилактике табакокурения среди несовершеннолетних.
10	Проведение обучающих семинаров для классных руководителей по вопросам профилактики табакокурения.
11	Проведение родительских собраний по профилактике вредных привычек у детей и подростков с привлечением психологов, психиатров, наркологов.

12	Организация консультативного и анонимного приёмов для лиц, употребляющих табачные изделия.
13	Осуществление мониторинга распространённости курения среди учащихся образовательных учреждений для планирования профилактических мероприятий.
14	Создание условий для постоянных занятий физкультурой и спортом. Проведение спортивно-массовых мероприятий.

I этап - инициирование программы.

1. Совещание административной группы школы.
2. Проведение педагогического совета.
3. Проведение классных часов.
4. Проведение общешкольного родительского собрания.
5. Проведение родительских собраний в классах.

II этап - планирование программы.

1. Создание концепции программы.
2. Определение мероприятий в рамках программы.
3. Определение последовательности выполнения мероприятий.
4. Составление графика проведения мероприятий.

Правила:

- в здании школы и на пришкольном участке запрещается курить. Данное правило распространяется на учеников, весь персонал школы, родителей и гостей.
- не разрешается вносить в школу предметы с рекламой табачных изделий пакеты, значки и т.д.

III этап. Реализация программы.

1. Обучающие семинары по технике проведения профилактических занятий.
2. Первая точка оценки эффективности первого этапа программы. (анкета эффективности программы, анкета эффективности профилактических занятий в 5-11 классах)
3. Реализация первого этапа программы.
(профилактические занятия в 1-11 классах, работа с курящими детьми и учителями, внеклассные виды деятельности, работа с родителями сотрудничество со СМИ)
4. Вторая точка оценки эффективности первого этапа программы
5. Первая точка оценки второго этапа программы
6. Реализация 2 этапа программы.
7. Вторая точка оценки эффективности второго этапа программы

Основными методами являются:

- Лекция: это один из способов быстрой подачи необходимой информации.
- Чтение: оно наиболее полезно для учащихся лишь в сочетании с другими способами обучения.

- Использование наглядных пособий: одни учащиеся усваивают материал, воспринятый на слух или при помощи зрения, в то время как другие лучше воспринимают осязанием.
- Обсуждение в группах: оно даёт возможность учащимся поделиться своими мыслями, впечатлениями и ощущениями в рамках определённой темы, а также позволяет размышлять, сопоставлять, делать собственные выводы и выслушивать разнообразные мнения своих сверстников.

Занятия проводятся в классе с периодичностью один раз в месяц.

В этом направлении можно использовать следующие формы работы:

- просмотр видеофильмов с последующим обсуждением;
 - встречи с людьми, сумевшими преодолеть свои вредные привычки, выжившими в трудных ситуациях жизни;
 - встречи со специалистами;
 - чтение и обсуждение журнальных публикаций о силе и стойкости человеческого духа в самых трудных жизненных ситуациях;
 - беседы по профилактике вредных привычек.
1. Проведение анкетирования, т.е. организация исследовательской работы, проводимой в рамках профилактики курения и формирования собственного отношения к вредной привычке.

Анкетирование и исследование проблемы самими учащимися – один из самых эффективных способов привлечения внимания обучаемых и стимулирования к изменению своего поведения. Этот способ меняет поведение обучаемого ученика в той же мере, в какой влияют на него сверстники. В рамках программы педагоги могут опираться на наиболее подготовленных учащихся, которые помогают им в качестве ассистентов в работе с другими детьми.

Слово “нельзя” вызывает в подростке неукротимый интерес, и именно поэтому нам крайне важно рассматривать результаты проводимого анкетирования не только как совокупность беспристрастных статистических данных, но и как средство формирования у учащихся собственной позиции.

Анкетирование учащихся проводится три раза в год, анкетирование родителей – один раз в год.

2. Организация практической деятельности учащихся, направленной на развитие привычек здорового образа жизни.

Основной метод – это обучение практикой действия: учащимся предлагается представить себя в той или иной роли при решении жизненной ситуации. Ролевые игры, или обучение практикой действия, рассчитаны на то, чтобы помочь учащимся проанализировать свои чувства, мысли и действия в критической обстановке. Ролевые игры могут давать обильный материал для обсуждения.

3. Организация профилактической работы с родителями учащихся.

Особым потенциалом в профилактике курения среди учащихся в школе обладают родители. Прежде всего, родители обладают огромным жизненным опытом, они являются представителями многих профессий, где курение отрицательно сказывается на производительности труда. Участие родителей в профилактических мероприятиях по нераспространению курения среди молодёжи наиболее значимо для подростков.

Реализация в школах программы предлагает работу с родителями в таких направлениях, как:

- ознакомление родителей с содержанием программы;
- выступления на родительских собраниях врача и психолога по следующим темам: “Что содержится в табачном дыме?”, “Почему люди курят?”;
- ознакомление родителей с общими результатами анкетирования учащихся по проблемам курения;
- проведение индивидуальной работы с родителями курящих детей.

Работа с родителями осуществляется на родительском собрании один раз в четверть и индивидуальные беседы (по необходимости).

Реализация программы должна способствовать привитию школьникам сознательного и ответственного отношения к вопросам личного здоровья, выработки умений распознавать и оценивать опасные и вредные факторы табакокурения.

Таким образом, выводы о результатах могут быть представлены в двух аспектах анкетирования:

- Непосредственный анализ статистических данных.
- Изучение влияния проведённого анкетирования на становление и развитие личности подростка.

Содержание программы.

Профилактика курения среди детей 6-11 лет.

Предупреждение табакокурения у учащихся начальных классов

Работа с младшими школьниками по предупреждению табакокурения имеет свою специфику, определяемую, с одной стороны, организацией обучения в начальной школе (один учитель, сравнительно небольшая нагрузка, возможность осуществлять воспитание учащихся в тесной связи с обучением и т.п.), а с другой – психологическими особенностями школьников младших классов.

Поэтому следует учитывать, в частности, следующие факторы, определяющие особенности профилактической работы с младшими школьниками.

1. Учитель является для младших школьников авторитетом. Поэтому не только отдельные его высказывания, но и стиль поведения, проявленное отношение и т.п. оказывают учебное и воспитательное воздействие. Негативное мнение учителя о курении, особенно среди подростков, молодежи должно многократно повторяться, иллюстрироваться житейскими примерами, наблюдениями, обосновываться ссылкой на другие авторитетные для ребенка мнения.
2. Младшие школьники чаще, чем взрослые, воспринимают мир в полярные категории: “хорошо-плохо”, “правильно-неправильно”, “плохой-хороший человек” и т.п. Поэтому все, связанное с вредными привычками, в том числе табакокурение, употребление алкоголя, наркотиков, должно в сознании ребенка одеваться в “одежды темного цвета”, противопоставляться всему светлому, доброму, приятному, полезному.
3. Образность мышления ребенка позволяет ему увидеть то, что говорит учитель более ярко, образно, фантастично, сказочно. Стимуляция представлений ребенка – важный элемент его воспитания и развития. Рассказывая о чем-то, учителю надо периодически делать паузы, давая ученику возможность самому представить себе тот или иной образ. Это же касается и работы с образами, связанными с тематикой табакокурения. Учитель, прошедший соответствующую подготовку, может использовать приемы педагогической суггестии, например, в таком словесном варианте: “Закройте на минутку глаза, сосредоточьтесь и представьте себе человека, который уже много лет курит: кожа его становится темно-серого цвета, на ней постепенно появляется все больше морщин, она становится дряблой и шероховатой. Из рта такого человека исходит неприятный запах, на вид курящему человеку больше лет, чем на самом деле, его походка, как у старика – шаркающая, медлительная. Его внутренние органы поражены табачным дымом и ядами, содержащимися в нем”.
4. Тяга и склонность ребенка к игре обуславливает необходимость максимально активного использования игровых форм и методов учебной работы, касающихся тематики профилактики табакокурения.
5. Большая, чем у школьников старших классов, связь младших школьников со своими родителями определяет большие возможности использования этого пути для формирования негативного отношения к курению.

Курение как привычка встречается в младшем школьном возрасте в единичных случаях. При этом необходимо различать два вида раннего курения — “игру”, основанную на любопытстве, подражании взрослым, случайном нерегулярном экспериментировании, и раннее начало курения, связанное с педагогической запущенностью ребенка и его вовлеченностью в компанию старших курящих подростков. Таким образом, если первый вид курения является прямым объектом профилактической работы, то второй помимо этого должен дополняться психологической и педагогической коррекцией поведения ребенка в рамках учебно-воспитательных программ.

Предупреждение табакокурения среди детей младшего школьного возраста, основано на разъяснении вредных последствий курения для организма, затрудняется отсутствием у детей этого возраста базисных знаний из области анатомии и физиологии человека. Чтобы сообщить детям о вредном воздействии табачного дыма на дыхательную систему человека, необходимо в образной и доступной форме объяснить, как функционирует эта система и почему ее нужно беречь, но, не повторяя ошибок многих учителей, стремящихся раньше времени предлагать учащимся информацию, которую они будут подробно изучать в последующих классах.

Нередко учащиеся задают «провокационный» вопрос: «Почему взрослые курят, если это вредно, и почему продают сигареты, если все знают об их вредном воздействии?» Нужно сообщить детям, что курение входит в привычку, от которой бывает очень трудно избавиться. Курящие взрослые знают о вреде курения и чаще всего хотели бы бросить курить, но уже не могут сделать этого без специальной помощи. Иными словами, сигарета вызывает привыкание и лучше вовсе не начинать курить, чем потом мучиться, пытаясь бросить курить.

Важно иметь в виду, что факт привыкания к табаку очень мало осознается юными курильщиками. У них существует иллюзия, что от курения можно отказаться в любой момент, что человек курит потому, что ему это нравится, а не потому, что уже не может обойтись без сигареты. Это необходимо постоянно подчеркивать, хотя психологические закономерности изменить трудно.

Значительное влияние на формирование привычек ребенка, его жизненных установок и будущего стиля жизни оказывают родители. Поэтому работе с ними нужно уделить особое внимание. Однако 80% курящих родителей считают, что их дети не будут курить, в то время как статистика говорит об обратном — большинство курильщиков выросли в семьях, где курили один или оба родителя.

Одна из задач педагогов — вовремя предостеречь родителей от агрессивной реакции на курение ребенка. Такая реакция не только не приводит к желаемым результатам, но и нарушает доверительные отношения с ребенком, что исключает в дальнейшем возможность эффективно влиять на его поведение. Родители должны осознать, что раннее начало курения подростков связано с их собственными ошибками в воспитании, и что винить во всем школу — неразумно и не конструктивно. Лучше серьезно ознакомиться с основами профилактики, запастись нужными аргументами и терпеливо объяснить ребенку его ошибку.

Таким образом, основными задачами предупреждения табакокурения младших школьников является разъяснение пользы от физкультуры, закаливания организма, ведения правильного, здорового образа жизни, несовместимости с этим табакокурения, а также разъяснение причин курения взрослых и вреда от пассивного курения

На данном этапе обучения вырабатываются навыки использования той информации, которую вольно или невольно получает каждый человек, живущий в обществе.

Цель профилактики – заложить установку, что курение – вредная привычка, пагубное пристрастие, наносящее вред здоровью.

Основными задачами при профилактике курения среди детей 6-11 лет являются:

- I.** Формирование представления об основных системах организма человека и их функционировании;
- II.** Разъяснение полезного влияния физических упражнений и закаливания на организм человека и вредного влияния курения;
- III.** Разъяснения причин курения взрослых.

Профилактика табакокурения для детей и подростков 11-13 лет

Предупреждение табакокурения у учащихся среднего звена школы

На данном этапе обучения нужно помнить, что подростки ориентированы на ближайшее окружение, а взрослые остаются чем-то внешним. В 11-13 лет ребенок начинает искать свой взрослый стиль, новый облик и очень важно, как на аддиктивные привычки настроен весь класс, а главное – лидер класса.

Так как психологический прессинг среды огромен, необходимо проводить работу прежде всего с родителями, с семьей. На родительском собрании даются установки для родителей:

- общайтесь со своими детьми;
- научитесь выслушивать своего ребенка;
- ставьте себя на его место;
- будьте рядом не на словах, а на деле;
- проводите больше времени вместе;
- дружите с его друзьями
- помните, что ваш ребенок уникален, он единственный в своем роде со всеми его недостатками.

Нормы профилактики для детей 11-13 лет – это дискуссия и ролевые игры.

Цель профилактики – выработка специальных навыков самооценки себя, как личности (я не буду делать, как все, если это лишит меня будущего; я не такой, как все, если это касается курения и наркотиков, - я против).

Профилактика табакокурения

для школьников 14-17 лет

Предупреждение табакокурения у учащихся среднего звена школы

По статистике именно у учащихся 7-х – 8-х классов происходит первое приобщение к табакокурению. Поэтому, в соответствии с принципом о том, что активные профилактические мероприятия должны немного опережать возникновение у подростков первого “пика” интереса к курению, именно в этих классах необходимо проводить основную профилактическую работу силами педагогов, психологов и медицинских работников.

Каждый учитель может найти в тематике своего предмета аргументы, факты, примеры, которые бы способствовали формированию у учащихся стойкого убеждения, что курить вредно и неправильно. Задачи по математике, опыты по физике и химии, примеры, иллюстрации по географии, литературе, истории и т.п. предоставляют для этого широкое поле возможностей. Но больше всего их, конечно, у преподавателей физкультуры, биологии, ОБЖ. По мере освоения школьниками все новых предметов расширяется круг возможностей преподавателей предоставлять в распоряжение учащихся все более глубокие сведения.

Каждый учитель должен помнить о психологических особенностях подросткового возраста, от которых во многом зависит поведение подростка, его привычки, выбор им образа жизни. В этом возрасте прежние установки уже не действуют или действуют по-другому. Взрослые утрачивают свое влияние на школьника.

Особенно большую роль играет воздействие окружения школьника, часто принимающее форму давления группы. А поскольку в подростковом возрасте потребность в одобрении поведения со стороны высока, то курение может являться той минимальной жертвой, которую подросток готов принести, чтобы быть принятым в компанию. Поэтому преодоление давления группы сверстников в подростковом возрасте – важнейшая проблема для профилактики курения, а информирование о вредных последствиях табакокурения имеет только вспомогательное значение.

Таким образом, предупреждение табакокурения в подростковом возрасте особенно необходимо проводить с учетом возрастнo-психологических особенностей учащихся. Одной из самых эффективных форм такой работы является проведение групповых дискуссий на темы, связанные с курением. В ходе подобных дискуссий подростки обучаются четко формулировать аргументы против курения, а также активно использовать их в ходе обсуждения. В результате такого занятия происходит формирование группового мнения, направленного против вредной привычки табакокурения и других вредных привычек.

Другой формой предупреждения табакокурения в подростковом возрасте является проведение ролевых игр, в ходе которых проигрываются основные ситуации, связанные с противодействием давлению сверстников.

Проведение таких занятий, как групповые дискуссии и ролевые игры, требует от учителя специальной подготовки на курсах повышения квалификации, однако основным фактором является умение установить неформальный контакт с группой в обстановке непринужденности и взаимного принятия. Обычно задачей, формулируемой для учащихся, является отработка социальных навыков: умения побеждать в споре, не поддаваться на уговоры и т.п., а вся группа оценивает, насколько игра “актеров” правдива и достоверна.

Предупреждение табакокурения у учащихся старших классов

Большинство исследователей указывают, что именно в старших классах количество курильщиков резко возрастает. В отличие от подростков, у старшеклассников в меньшей степени выражена эмоциональная зависимость от группы сверстников и на первый план выдвигаются формы поведения, выражающие индивидуальность. Им уже не надо кому-то доказывать свою взрослость. Наряду с поиском своего места в жизни, выявлением своих способностей, склонности к той или иной профессии, большую значимость приобретает осознание себя как представителя пола, и этой идее во многом подчиняется формирование своего социального образа. С этой точки зрения большую роль играет реклама, которая в той или иной степени оказывает воздействие на формирующийся стиль жизни и самовосприятие молодого человека или девушки. Соединение идеи курения с такими понятиями, как молодость, красота, жизненный успех, победа, в значительной степени укрепляет социально-психологическую мотивацию курения.

Кроме того, у многих старшеклассников курение уже стало привычкой, формируется зависимость от табака. Молодые люди начинают понимать, как трудно отказаться от курения, даже если знаешь, что это вредно для здоровья. Таким образом, в старшем школьном возрасте особую значимость приобретает тема отказа от курения.

Еще одна проблема, связанная с курением и актуальная для юношества — это проблема здоровья и красоты женщины, деторождения, материнства и охраны матери и ребенка от пагубного влияния табачного дыма. Поэтому одной из линий воспитательной работы со старшеклассницами должна быть их подготовка к будущему замужеству, материнству и родительству. Эта тематика составляет важный раздел в курсе подготовки юношей и девушек к семейной жизни.

Но здесь нельзя “переусердствовать”: слишком сильный нажим на этот аргумент может привести к противоположному результату, поскольку у школьников все еще силен мотив негативного поведения, противопоставления себя миру взрослых. Так, например, рассказывая о том, что курящая девушка становится непривлекательной, можно встретить оппозицию: реальные примеры из жизни старшеклассниц противоречат этому утверждению, а это вызывает недоверие и ко всей остальной информации о вреде курения. Лучше сообщить, строго

придерживаясь фактов, что табачный дым оставляет осадок на зубах, портит волосы и т.д. При этом важно постоянно подчеркивать, что отказ от курения позволяет восстановить утраченную привлекательность и чем раньше это произойдет, тем лучше для сохранения внешности.

А вот высказывания учителя и тематические беседы о влиянии курения на здоровье будущих детей не должны допускать компромисса. Важно подчеркнуть недопустимость курения во время беременности, грудного вскармливания, так как это уже касается не личного пристрастия женщины, а жизни и здоровья ребенка, нарушения его права на здоровье.

Другой аспект, на котором следует акцентировать внимание учащихся - вред пассивного курения и ответственность курильщика перед окружающими и членами своей семьи. Вывод здесь такой: курение перестает быть личным делом каждого, если оно вторгается в личную жизнь других людей. Этот тезис может найти свое развитие в дискуссии на тему о правах курящих и некурящих или о том, могут ли дети упрекать своих родителей в том, что они курят.

ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ

№ уро ка	Тема урока	Цель урока	Возраст учащихся
1	Посмотрим на курение новыми глазами.	Дать новые сведения о курении и в занимательной форме провести обсуждение полученных сведений.	6-11 лет
2	Почему важно быть здоровым. «Внешний вид курильщика»; «Сколько лет живёт курильщик»;	Дать школьникам представления об основных органах и системах, их функциях и назначениях.	
3	Как попугай стал говорящим.	Дать школьникам представление о вреде пассивного курения.	
4	«Почему не курят спортсмены».	Дать ученикам сведения о вредном влиянии курения на организм.	
1	Я – против курения!	В ходе ролевой игры выработать специальные навыки противостояния аддиктивному поведению, выработать навыки поведения по преодолению давления.	11-13 лет
2	Мифы о курении. «Кого называют пассивным курильщиком»? Дискуссия: «Что нужно делать, если взрослые рядом курят»? Групповая игра-тренинг: «Прошрое, настоящее, будущее...»	Развенчать значимость мотивирования курения.	
3	Влияние никотина на организм человека.	Дать школьникам представление о воздействии курения на отдельные органы системы человеческого организма.	

1	Как бросить курить?	Познакомить учащихся с наиболее доступными методами отказа от курения, которые они могли бы применить самостоятельно.	14-18 лет
2	Права курящих и права некурящих.	Обсуждение этических аспектов курения в общественных местах, дома, в присутствии некурящих, обоснование правомерности ограничения курения.	
3	Женщина и курение.	Повысить мотивацию некурения у девушек; объяснение несовместимости курения и здоровья будущих детей.	

Возраст учащихся	Мероприятия
6-11 лет	Конкурс плакатов, буклетов. Конкурс литературных работ (стихов, сочинений) День здоровья Школьные Олимпийские игры Игровая познавательная программа «Лучше – не кури!» Классные часы. Международный день отказа от курения. Акция «Я не курю и тебе не советую» Распространение памяток, листовок о вреде курения
11-13 лет	Конкурс плакатов, буклетов. Конкурс литературных работ День здоровья Суд над курением Школьные Олимпийские игры Акция «Ты выбираешь сам!» Спектакли здоровья Школьный сбор: «Бросай курить – ты уже не маленький» Классные часы Международный день отказа от курения. Акция «Я не курю и тебе не советую» Распространение памяток, листовок о вреде курения
14-18 лет	Конкурс плакатов, буклетов. Конкурс литературных работ День здоровья Суд над курением Школьные Олимпийские игры Дискуссионный клуб Территория риска Акция «Ты выбираешь сам!» Спектакли здоровья Школьный сбор: «Бросай курить – ты уже не маленький» Классные часы Дискотека «Я выбираю жизнь» Конкурсы рекламных щитов Встречи со специалистами и людьми, сумевшими преодолеть вредные привычки Просмотр кинофильмов и видеофильмов, которые отражают ситуации борьбы людей с собственными пороками и пути их преодоления Международный день отказа от курения. Акция «Я не курю и тебе не советую» Распространение памяток, листовок о вреде курения

Работа с родителями.

ЗАДАЧА:

Повышение психолого-педагогической культуры родителей и воспитательной функции семьи.

Профилактика курения ведётся в тесной связи с родителями. Курение может стать частью «семейного круга». Согласно данным социологического опроса, дети курильщиков имеют в полтора раза большую вероятность приняться за курение. Дети, которые чувствуют, что их родители не одобряют их курение, приблизительно в семь раз менее вероятно станут курильщиками, чем те, кто думает, что родители одобряют это. Влияние родителей сильнее всего ощущается для младших подростков, и оценка семейных программ для 9 и 10-летних показала более низкую степень приобщения к курению среди прошедших обучение детей и уменьшение распространенности курения среди их родителей. Не стоит упускать возможность и обратного влияния детей на родителей. Большинство взрослых курильщиков хотят бросить курить, но им часто не хватает какого-то дополнительного стимула. Активная позиция ребенка, как минимум в защиту своего права дышать у себя дома воздухом, свободным от табачного дыма, может помочь их родителям расстаться с вредной привычкой. К тому же такая активная позиция ребенка запоминается им надолго и, особенно в случае успеха, служит надежной прививкой от курения. Будет профилактика табакокурения подростков и молодежи успешной или нет, во многом зависит от семьи.

ПРОГРАММА ПРОСВЕЩЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ

«ПРОФИЛАКТИКА ТАБАКОКУРЕНИЯ СРЕДИ УЧАЩИХСЯ»

№	ТЕМА	ФОРМА
1.	Курение подростка: миф и реальность	лекция
2	Болезни, вызываемые курением	лекции
3	Вредные привычки в семье (№87-ФЗ «Об ограничении курения табака»)	Круглый стол
4	Физическая культура против табакокурения	Веселые старты
5	Культура свободного времяпрепровождения подростков как актуальная задача родителей. Формирование устойчивых установок против привычек у подростков.	дискуссия
6	Здоровый образ жизни в семье – залог здоровья детей и подростков	Совместные беседы

**Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ
от 28 февраля 2005 г. N 163
"Об утверждении предупредительных надписей о вреде курения табака"**

Приказом Минздравсоцразвития России от 5 мая 2012 г. N 490н утверждены предупредительные надписи о вреде курения, сопровождаемые рисунками
О предупредительных надписях о вреде потребления табачных изделий см. также статью 10 Федерального закона от 22 декабря 2008 г. N 268-ФЗ "Технический регламент на табачную продукцию"

В соответствии с пунктом 3 статьи 3 Федерального закона от 10 июля 2001 г. N 87-ФЗ "Об ограничении курения табака" (Собрание законодательства Российской Федерации, 2001, N 29, ст. 2942) и пунктом 5.2.101. Положения о Министерстве здравоохранения и социального развития Российской Федерации, утвержденного постановлением Правительства Российской Федерации от 30 июня 2004 г. N 321 (Собрание законодательства Российской Федерации, 2004, N 28, ст. 2898), приказываю:

1. Утвердить основную предупредительную надпись о вреде курения табака и дополнительные надписи о вреде курения табака, помещаемые на упаковке (пачке) табачных изделий, согласно приложению.

2. Рекомендовать производителям и импортерам до 31 декабря 2005 г. использование при выпуске и импорте табачных изделий упаковки (пачки) с указанием основной предупредительной надписи "Минздрав России предупреждает: курение вредит Вашему здоровью" и дополнительных надписей о вреде курения табака: "Курение - причина раковых заболеваний", "Курение - причина смертельных заболеваний", "Оградите детей от табачного дыма", "Курение табака вызывает никотиновую зависимость", "Курение - причина заболеваний сердца".

3. Признать утратившим силу приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 17 апреля 2002 г. N 117 "Об утверждении предупредительных надписей о вреде курения табака" (зарегистрирован Минюстом России 17 мая 2002 г. N 3444).

Министр

М.Ю. Зурабов

Зарегистрировано в Минюсте РФ 28 марта 2005 г.
Регистрационный N 6444

**Основная предупредительная надпись
о вреде курения табака и дополнительные надписи о вреде курения табака,
помещаемые на упаковке (пачке) табачных изделий**

Основная предупредительная надпись о вреде курения табака:

"Минздравсоцразвития России предупреждает: курение вредит Вашему здоровью".

Дополнительные надписи о вреде курения табака:

"Курение - причина раковых заболеваний"

"Курение - причина смертельных заболеваний"

"Оградите детей от табачного дыма"

"Курение табака вызывает никотиновую зависимость"

"Курение - причина заболеваний сердца"

Федеральный закон от 10 июля 2001 г. N 87-ФЗ "Об ограничении курения табака"

С изменениями и дополнениями от:

31 декабря 2002 г., 10 января 2003 г., 1 декабря 2004 г., 26 июля 2006 г., 8 ноября 2007 г., 22 декабря 2008 г.

**Принят Государственной Думой 21 июня 2001 года
Одобен Советом Федерации 29 июня 2001 года**

Федеральным законом от 23 февраля 2013 г. N 15-ФЗ настоящий Федеральный закон признан утратившим силу с 1 июня 2013 г.

Настоящий Федеральный закон определяет правовые основы ограничения курения табака в целях снижения заболеваемости населения.

Статья 1. Основные понятия

Для целей настоящего Федерального закона используются следующие основные понятия:

табачные изделия - изделия для курения, жевания или нюханья, упакованные в потребительскую тару, в том числе сигареты с фильтром, сигареты без фильтра, папиросы, сигары, сигариллы, табак трубочный, табак курительный, махорка-крупка курительная;

курение табака - вдыхание дыма тлеющих табачных изделий;

никотин - вещество, содержащееся в табаке;

смола - один из продуктов сгорания табака, возникающий в процессе курения и способствующий возникновению заболеваний;

окружающий табачный дым - табачный дым, содержащийся в атмосферном воздухе закрытых помещений, в которых осуществляется курение табака.

Статья 2. Законодательство Российской Федерации об ограничении курения табака

Законодательство Российской Федерации об ограничении курения табака состоит из настоящего Федерального закона, других федеральных законов и иных нормативных правовых актов Российской Федерации.

Информация об изменениях:

Федеральным законом от 26 июля 2006 г. N 134-ФЗ в статью 3 настоящего Федерального закона внесены изменения, вступающие в силу с 1 января 2007 г., но не ранее чем по истечении одного месяца со дня официального опубликования названного Федерального закона

См. текст статьи в предыдущей редакции

Статья 3. Регулирование деятельности по производству табачных изделий, оптовой торговле табачными изделиями и розничной продаже табачных изделий

1. Утратил силу.

Информация об изменениях:

См. текст пункта 1 статьи 3

2. Запрещаются производство, импорт, оптовая торговля и розничная продажа сигарет, не соответствующих гигиеническим нормам содержания в дыме никотина и смолы, утвержденным уполномоченным федеральным органом исполнительной власти в области здравоохранения. При этом показатели содержания вредных веществ не могут превышать:

для сигарет с фильтром - содержание в дыме сигареты смолы 14 миллиграмм на сигарету и никотина 1,2 миллиграмма на сигарету;

для сигарет без фильтра - содержание в дыме сигареты смолы 16 миллиграмм на сигарету и никотина 1,3 миллиграмма на сигарету.

3. Каждая упаковка (пачка) табачных изделий должна содержать предупредительные надписи о вреде курения табака - основную предупредительную надпись о вреде курения табака, дополнительную надпись о вреде курения табака и информационную надпись о содержании смолы и никотина в дыме сигареты.

На одной большей стороне упаковки (пачки) табачных изделий должна быть помещена основная предупредительная надпись о вреде курения табака, утвержденная федеральным органом исполнительной власти по здравоохранению. На другой большей стороне упаковки (пачки) табачных изделий должна быть помещена одна дополнительная надпись о вреде курения табака в соответствии со следующими правилами:

каждый производитель табачных изделий выбирает из списка, утвержденного федеральным органом исполнительной власти по здравоохранению, четыре варианта дополнительных надписей о вреде курения табака;

каждый из выбранных вариантов дополнительных надписей о вреде курения табака должен быть помещен на равное количество упаковок (пачек) табачных изделий.

Основная предупредительная надпись о вреде курения табака и дополнительная надпись о вреде курения табака (без учета указания автора предупреждения о вреде курения - федерального органа исполнительной власти по здравоохранению) на упаковке (пачке) табачных изделий должны занимать не менее 4 процентов площади каждой большей стороны упаковки (пачки) табачных изделий.

Абзацы шестой - четырнадцатый утратили силу.

Информация об изменениях:

См. текст абзацев шестого - четырнадцатого пункта 3 статьи 3

4. Запрещаются розничная продажа сигарет с содержанием менее 20 штук сигарет в каждой упаковке (пачке), поштучная розничная продажа сигарет и папирос, а также продажа табачных изделий с использованием автоматов.

5. Запрещается розничная продажа табачных изделий в организациях здравоохранения, организациях культуры, физкультурно-спортивных организациях и на территориях и в помещениях образовательных организаций, а также на расстоянии менее чем сто метров от границ территорий образовательных организаций.

Пункт 6 статьи 3 настоящего Федерального закона в отношении сигарет без фильтра и папирос вступает в силу с 1 июля 2007 г.

6. На территории Российской Федерации запрещается производство и импорт сигарет и папирос без указания максимальной розничной цены, сведений о месяце и годе изготовления на каждой упаковке (пачке) (за исключением табачных изделий, не подлежащих налогообложению или освобождаемых от налогообложения в соответствии с законодательством Российской Федерации о налогах и сборах).

Пункт 7 статьи 3 настоящего Федерального закона вступает в силу с 1 января 2008 г. в отношении сигарет с фильтром, с 1 июля 2008 г. - в отношении сигарет без фильтра и папирос

7. Запрещается розничная продажа сигарет и папирос без указания на каждой упаковке (пачке) максимальной розничной цены, сведений о месяце и годе изготовления (за исключением табачных изделий, не подлежащих налогообложению или освобождаемых от налогообложения в соответствии с законодательством Российской Федерации о налогах и сборах).

8. Запрещается розничная продажа сигарет и папирос по цене, превышающей максимальную розничную цену, указанную на каждой упаковке (пачке).

9. Запрещается розничная продажа табачных изделий, включая табак трубочный, курительный, жевательный, сосательный, нюхательный, кальянный, без потребительской упаковки. Максимальная нетто-масса табака, содержащегося в потребительской упаковке и предназначенного для розничной продажи, не должна превышать 500 граммов.

Статья 4. Запрещение розничной продажи табачных изделий лицам, не достигшим возраста 18 лет

1. На территории Российской Федерации не допускается розничная продажа табачных изделий лицам, не достигшим возраста 18 лет.

2. Нарушение положения пункта 1 настоящей статьи влечет за собой привлечение к административной ответственности в соответствии с законодательством.

Статья 5. Реклама табака и табачных изделий

Реклама табака и табачных изделий осуществляется в соответствии с законодательством Российской Федерации о рекламе.

Информация об изменениях:

Федеральным законом от 1 декабря 2004 г. N 148-ФЗ в статью 6 настоящего Федерального закона внесены изменения, вступающие в силу по истечении ста восьмидесяти дней после дня официального опубликования названного Федерального закона

См. текст статьи в предыдущей редакции

Статья 6. Запрещение курения табака на рабочих местах, в городском, пригородном транспорте и на воздушном транспорте, в закрытых спортивных сооружениях, организациях здравоохранения, организациях культуры, на территориях и в помещениях образовательных организаций, в помещениях, занимаемых органами государственной власти

1. В целях снижения вредного воздействия табачного дыма запрещается курение табака на рабочих местах, в городском и пригородном транспорте, на воздушном транспорте при продолжительности полета менее трех часов, в закрытых спортивных сооружениях, организациях здравоохранения, организациях культуры, на территориях и в помещениях образовательных организаций, в помещениях, занимаемых органами государственной власти, за исключением курения табака в специально отведенных местах для курения табака.

2. На работодателя возлагается обязанность по оснащению специально отведенных мест для курения табака.

3. Нарушение положений данной статьи влечет за собой привлечение к административной ответственности в соответствии с законодательством.

Статья 7. Пропаганда знаний о вреде курения табака

1. Федеральные органы исполнительной власти по здравоохранению, федеральные органы исполнительной власти по образованию и федеральные органы исполнительной власти по культуре обязаны через средства массовой информации регулярно осуществлять пропаганду знаний о вреде курения табака.

См. письмо Минздравсоцразвития России от 16 марта 2012 г. N 13-7/10/2-2481 о Консультативном телефонном центре помощи в отказе от потребления табака

2. В целях реализации положений настоящего Федерального закона общеобразовательные программы и профессиональные образовательные программы должны содержать разделы, касающиеся изучения воздействия на организм человека курения табака. Не допускаются демонстрация курения табака во вновь создаваемых телевизионных фильмах, в кинофильмах и спектаклях, если такое действие не является неотъемлемой частью художественного замысла, и демонстрация курения табака общественными и политическими деятелями в средствах массовой информации.

Статья 8. Меры по ограничению курения табака

Правительство Российской Федерации разрабатывает меры по ограничению курения табака и обеспечивает их реализацию.

См. Концепцию осуществления государственной политики противодействия потреблению табака на 2010 - 2015 годы, утвержденную распоряжением Правительства РФ от 23 сентября 2010 г. N 1563-р

Статья 9. Приведение нормативных правовых актов в соответствие с настоящим Федеральным законом

Президенту Российской Федерации и Правительству Российской Федерации привести свои нормативные правовые акты в соответствие с настоящим Федеральным законом.

Информация об изменениях:

Федеральным законом от 31 декабря 2002 г. N 189-ФЗ в статью 10 настоящего Федерального закона внесены изменения

См. текст статьи в предыдущей редакции

Статья 10. Вступление в силу настоящего Федерального закона

Настоящий Федеральный закон вступает в силу через шесть месяцев со дня его официального опубликования, за исключением пунктов 2 и 3 статьи 3 и пункта 2 статьи 7 настоящего Федерального закона.

Пункт 2 статьи 3 настоящего Федерального закона в части запрета производства и импорта табачных изделий вступает в силу с 1 января 2003 года. Пункт 2 статьи 3 настоящего Федерального закона в части запрета оптовой торговли и розничной продажи табачных изделий вступает в силу с 1 января 2004 года. Пункт 3 статьи 3 настоящего Федерального закона вступает в силу с 1 января 2003 года в части производства и импорта табачных изделий для потребления на территории Российской Федерации и с 1 июля 2003 года в части оптовой торговли и розничной продажи табачных изделий для потребления на территории Российской Федерации. Пункт 2 статьи 7 настоящего Федерального закона вступает в силу через один год со дня официального опубликования настоящего Федерального закона.

Президент Российской Федерации

В.Путин

Москва

10 июля 2001 г.

N 87-ФЗ

«Курить или жить?»

(Ролевая игра для подростков)

Цель: воспитание у учащихся ответственности за своё здоровье, устойчивого негативного отношения к курению. Расширение знаний о вреде курения.

Форма: беседа с элементами тренинга.

Информация к размышлению

Табак приносит вред телу, разрушает разум, отупляет целые нации.

Оноре де Бальзак

Оборудование: плакаты с антитабачным содержанием, слайды о вреде курения.

Информация к классному часу

Из истории приобщения европейцев к курению

Табак родом из Америки. Первыми европейцами, попробовавшими его в 1492г., были матросы знаменитой флотилии адмирала Христофора Колумба.

В числе подарков жители острова Гуанахани, который Колумб назвал Сан-Сальвадор, поднесли сушеные листья растения «петум». Сами они курили эти подсушенные на солнце листья, свернутые в трубочки. Жители Кубы, где Колумб высадился 27 октября 1492г., называли траву для курения «сигаро». И хотя в представлении набожных испанцев пускать дым из ноздрей, как это делали островитяне, могли лишь черти, многие матросы, да и сам адмирал, втянулись в это занятие.

В Англии, в эпоху Елизаветы 1, курильщиков приравнивали к вора и водили по улице с веревкой на шее.

В России во времена царствования Михаила Федоровича Романова, уличенных в курении в первый раз наказывали 60 ударами палок по стопам, во второй - обрезанием носа или ушей. После пожара в Москве в 1643г., причиной которого, как стало известно, было курение, оно было запрещено под страхом смертной казни.

Торговля табаком и курение были разрешены в России в царствование Петра 1, который стал самым заядлым курильщиком после посещения Голландии.

Ход классного часа

Вступительное слово учителя

Для создания эмоциональной, убедительной атмосферы разговора об опасности курения для здоровья человека, особенно для растущего организма, учитель обращается к фактам, которые оформлены на листе ватмана:

- Из каждых 100 человек, умерших от хронических заболеваний легких, 75 курили;
 - Из каждых 100 человек, умерших от ишемической болезни сердца, 25 курили;
 - Из каждых 100 человек, начавших курить, заядлыми курильщиками становятся 80;
 - Каждый 7-й длительно курящий человек страдает эндартериитом – тяжелым заболеванием кровеносных сосудов;
 - Если человек начал курить в 15 лет, продолжительность его жизни уменьшается более чем на 8 лет;
 - Выкуривая 20 сигарет в день, человек дышит воздухом, загрязненность которого в 580-1100 раз превышает санитарные нормы;
 - 4000 химических веществ, содержащихся в табачном дыме, наносят неповторимый вред здоровью не только курящих, но и тех, кто находится рядом с ними. Пассивное курение еще опаснее. (по материалам mednovosti.ru)
- Далее учитель организует обмен мнениями учащихся о пагубном влиянии курения на организм человека.

Вместе с тем не следует ожидать, что все учащиеся будут единодушны в осуждении курения. Выявившиеся разногласия станут хорошей основой для дискуссии.

Опыт «Курящая кукла»

Оборудование опыта:

- Резиновая кукла среднего размера;
- Резиновая груша;
- Стекланная трубочка;
- Кусок ваты;
- Сигарета с фильтром;
- Спички.

Поместите кусочек ваты в стеклянную трубочку. С одной стороны трубочки укрепите резиновую грушу, с другой тлеющую сигарету. С помощью груши продуйте воздух («выкурите сигарету»). Не спешите с окончанием опыта, так как эффект может быть не столь наглядным. «Выкурив» таким образом одну сигарету, обратите внимание детей, что вата изменила цвет, концы трубочки стали коричневыми. Извлеките вату из трубочки, разверните и покажите ее изменившийся цвет. Акцентируйте внимание детей, что осевшие на вате («легких» куклы) вещества – те самые токсины и яды, которые оседают в легких человека, приводя к тяжелейшим последствиям.

Пройдите по рядам и дайте каждому понюхать вату (это способствует усилению воздействия на учащихся).

Следующий вопрос, который учитель должен обсудить с учащимися, касается причин распространения курения среди подростков.

Чтение и обсуждение отрывка из книги М. Твена «Приключение Тома Сойера». В «Приключениях Тома Сойера» Марк Твен очень выразительно описал ощущения ребят от первой затяжки и неприятные последствия курения:

«После вкусного обеда, состоящего из рыбы и яичницы, Том сказал, что теперь ему хочется научиться курить. Джо ухватился за эту мысль и объявил, что он тоже не прочь. Гек сделал трубки и набил их табаком. Они растянулись на земле, опираясь на локти, и начали очень осторожно, с опаской втягивать в себя дым. Дым был не приятен на вкус, и их немного тошнило, но все же Том заявил:

- да это совсем легко! Знай я это раньше, я уж давно научился бы.
- и я тоже, - подхватил Джо. – Плевое дело!...

Разговор продолжался, но вскоре он начал чуть-чуть увядать, прерываться. Паузы стали длиннее. Пираты сплевывали все чаще и чаще...

Несмотря на все их усилия, им заливало горло, и каждый раз после этого начинало ужасно тошнить. Оба сильно побледнели, и вид у них был очень жалкий».

Учитель объясняет детям, что произошло в детском организме, если он настолько бурно прореагировал на табак.

Попросите детей подумать над вопросом «Почему подростки начинают курить?»

Возможные ответы учащихся:

- Из любопытства;
- За компанию;
- Стремление показать себя «крутым» и взрослым;
- Слабая воля;
- Нечем занять досуг;
- Непонимание опасности курения;
- «покурю и смогу бросить»;
- Не занимаюсь спортом;
- Влияние рекламы, кино, телевидения;
- Наличие карманных денег и т.д.

Парный тренинг «Убеди друга»

Одному из участников, знающему, что друг начал курить, необходимо убедить его бросить это опасное занятие, пока он не стал заядлым курильщиком.

Затем еще 2-3 пары участвуют в тренинге.

Мини-итоги

В заключении классного часа учитель предлагает учащимся сформулировать главные выводы изученной темы в виде памятки «Мои аргументы против курения».

Мои аргументы против курения

1. Курение разрушает организм.
2. Курение приводит к неизлечимым болезням.
3. Курение снижает физическую активность.
4. Курение портит цвет кожи.
5. Никотин забирает свободу, человек становится его рабом.

Мы выбираем жизнь!

Беседа «Пассивное курение»

Цель беседы – дать школьникам правильное представление о вреде пассивного курения.

Учитель читает рассказ и обсуждает его с учениками.

“Жил-был в одной квартире говорящий попугай по имени Труша. Правда, это только считалось, что он говорящий, потому что его никто не учил говорить, а поселили его в клетку просто так, для украшения квартиры. Ну, еще для того, чтобы развлекать Васю. А Вася - это пятиклассник, обыкновенный мальчик, ничего особенного. Надо сказать, что Трушу Вася любил, сам убирал клетку, подливал воды и подсыпал корма, да и Труша платил взаимностью - не кусался, не царапался, когда Вася вытаскивал его из клетки на диво друзьям-приятелям.

Как-то раз пришел Вася из школы, поздоровался с Трушей, бросил портфель и начал звонить кому-то по телефону. Говорил тихо: “Ну, прямо как заговорщик”, - подумал Труша. Через некоторое время Труша услышал звонок в дверь. Пришел Васин дружок, Витя. “Да-а-а, - подумал попугай, - не миновать сегодня представления - опять меня вытащат и перья будут рассматривать”. Только ребята не спешили к нему, а наоборот - подошли к окну. Вася говорит:

- Отец с матерью сегодня поздно придут, так что комната успеет проветриться.

- Ну, давай тогда, чего ждешь-то, - с нетерпением проговорил Витя. “О чем это они?”, - подумал попугай. И тут он увидел, как его хозяин вытащил из кармана какие-то коробки - одну побольше, другую поменьше. Распечатал ту, что побольше, достал оттуда какие-то две белые бумажные палочки. Одну со словами “Угощайся, старик” — протянул Вите, другую оставил себе. “А-а-а. — сказал про себя попугай, — я, кажется, догадался. Это, наверное, такие конфеты. Тогда почему он не угощает меня?..” Но тут вдруг началось что-то совершенно непонятное. Из маленькой коробки Вася извлек огонь и, вжив в рот “конфетку”, зажег ее. То же сделал его приятель. Комната быстро наполнилась едким дымом. Ребята, усевшись на диване, важно пускали его тонкими струйками. Витя даже пытался пускать кольца, но попугай этого искусства не оценил.

Бедный Труша, он никогда не нюхал табачного дыма. Он задыхался, его маленькие глазки начали слезиться. Он пытался улететь, но вспомнил, что сидит в прочной клетке и уж, конечно, улететь не может. Всегда такая красивая, с изящными, тонкими металлическими прутьями клетка в эту минуту показалась Труше странной тюрьмой.

А дыма в комнате становилось все больше и больше, и Труша вдруг понял, что если это не прекратится, то он и вовсе может испустить дух. Он засвистел, защелкал клювом, давая понять, что, мол, все, хватит, помогите-е-е! Но ребята, сидя на диване и покуривая, не понимали, о чем свистит попугай.

И тут вдруг случилось самое настоящее чудо.

Труша заговорил. Человеческим голосом с попугайским акцентом. Он громко и отчетливо произнес:

— Пр-р-рекр-р-ратите кур-р-рить! Умир-р-раю! Вася от удивления так широко открыл рот, что сигарета выпала из него на пол. Витя, хорошо знавший попугая, тоже страшно удивился. Они тотчас затушили окурки. Однако Труша потребовал:

— Пр-р-роветр-р-рите квар-р-ртиру!

Друзья открыли настежь окно. Живительный свежий воздух ворвался в комнату. Труша вдохнул его полной грудью и почувствовал, что сегодня он скорее всего останется жив. Если, конечно, опять не взбредет в голову этим “курикам” травить его дымом.

Но ребята и не думали закуривать снова. Витя ушел домой, а Вася в изрядном беспокойстве, как бы попугай не проболтался родителям о том, что их сынуля балуется табачком, сел делать уроки.

Вечером пришли родители. Вася, с опаской поглядывая на Трушу, сообщил:

— Наш Труша научился говорить!

— Не может быть! — удивился папа, — а ну-ка, скажи нам что-нибудь. “Научишься тут с тобой!”, — с досадой подумал попугай, вспомнив сегодняшнее приключение. Но выдавать Васю не стал, а только сказал подошедшим родителям:

— Здр-р-равствуйте, дор-р-рогие!

С тех пор Труша настоящий говорящий попугай, а Вася — некурящий школьник. Бросил. Совсем. Не хочет больше травить ни себя, ни своего любимого попугая. Родители так и не узнали про эту историю. Поэтому они очень удивляются, почему Труша время от времени вдруг громко и отчетливо произносит:

— “Кур-р-рить вр-р-редно!”

Учитель рассказывает о вреде пассивного курения — вдыхания внешнего дыма сигареты. Необходимо сказать ученикам, что пассивное курение приносит организму практически такой же вред, как и активное. Школьники должны знать, что человеку вредно находиться в прокуренном помещении.

Вопросы для обсуждения.

1. Почему Труша заговорил?
2. Хорошо ли, если в твоём присутствии курят?
3. Как нужно относиться к курению в общественных местах?
4. Имеет ли право “Труша” (человек) на чистый воздух?