

Урок ОБЖ для 9-го класса:
«Вредная привычка: табакокурение»,

Цели урока:

1. Познакомить учащихся с одной из самых распространённых вредных привычек,
2. на конкретных примерах показать пагубность курения для молодого, растущего организма.
3. Продолжать развивать умения работы индивидуально и в группе, с текстом и фактами; уметь обосновывать выводы, делать обобщения, проводить сравнения.

Ход урока:

Прочитать учебник стр. 130-137, ответить на вопросы устно.

Познакомиться с доп. информацией.

По оценке ВОЗ, Россия занимает первое место в мире по числу курящих детей и подростков. Немного истории. ✓ Листья и семена табака были привезены из Америки в 1492 году моряками экспедиции Христофора Колумба. Когда его корабль пристал к одному из островов неизвестного материка, матросы с изумлением

наблюдали, как индейцы выпускали изо рта дым, который они втягивали из тлеющих листьев какого-то растения. Существовало поверие, что дымом они отпугивали moskitov. Испытывая одурманивающее действие табака, индейцы приписывали ему волшебные свойства. ✓ В Европу табак был завезён в 1496 году испанским монахом Романом Панно. Растения он использовал в качестве декоративных. ✓ В России царь Михаил Фёдорович издал свод законов, в которых говорилось, что курильщиков табака следует наказывать шестьюдесятью палочными ударами по подошвам ног. А торговцам табака «пороть ноздри», резать носы и ссылат в дальние города. ✓ Лишь Пётр I, который пристрастился к табаку в Голландии, снял запрет на табак. Статистика курения

Информация Роспотребсоюза и ВОЗ (сайт: zdor-rus.ucoz.ru >

blog...tabakokurenija/2011-01-12-4): 1. В России на сегодняшний день курят 65% мужчин и более 30% женщин. Причем, 80% этих курильщиков «заразились» вредной привычкой, будучи подростками. По последней информации Всемирной Организации Здравоохранения, в России курят более 3 миллионов подростков: 2,5 миллиона юношей и 0,5 миллиона девушек. Ситуация усугубляется еще и тем, что дети всегда смотрят на взрослых как на пример для подражания, и никакие уговоры, доводы и убеждения не помогают. 2. По информации Роспотребнадзора за последние 20 лет количество курильщиков в стране увеличилось на 440 тысяч человек. Так, в возрасте 15-19 лет курят 40% юношей и 27% девушек, при этом в день они выкуривают в среднем 12 и семь сигарет в день соответственно. Но это только верхушка айсберга, сколько неизвестного скрывается под водой? 3. Среди учащихся профессиональных училищ курит 75% юношей и 64% девушек, из них выраженная табачная зависимость имеется у каждого десятого. 4. Примерно 25% регулярных курильщиков сигарет умрет преждевременно по причине курения. Многие из этого числа смогли бы прожить на 10, 20 или 30 лет дольше. Умершие

вследствие курения в среднем теряют 10-15 лет жизни, говорится в сообщении. Вывод: Курение – самая массовая вредная привычка. Высокий уровень распространенности курения поддерживается за счет пополнения армии курильщиков подростками и молодежью.

Какие проблемы возникают у подростка, который курит?

В настоящее время	Во взрослой жизни.

9) Домашнее задание: ответить на вопросы викторины.

Викторина о вреде табакокурения.

1. Когда, кем и откуда был впервые завезён табак в Европу?

1. В XVI в. испанцами из Америки.(*)

2. В XVI в. китайцами.

3. В XVIII в. англичанами из Индии.

2. При каком царе табак впервые появился в России?

1. При Иване Грозном.

2. При Екатерине II.

3. При Петре I.(*)

3. Какой русский царь ввёл запрет на курение?

1. Алексей Михайлович.

2. Пётр I.

3. Екатерина II.

4. Существуют ли сигареты, которые не приносят вреда человеку?

1. Сигареты с фильтром.

2. Сигареты с низким содержанием никотина и смол.

3. Нет.

5. Что такое пассивное курение?

1. Нахождение в помещении, где курят.

2. Когда куришь «за компанию».

3. Когда не затягиваешься сигаретой.

6. Как влияет курение на работу сердца?

1. Замедляет его работу.

2. Заставляет учащённо биться.

3. Не влияет на его работу.

7. Какое заболевание считается наиболее связанным с курением?

1. Аллергия.

2. Рак лёгкого.

3. Гастрит.

8. Зависит ли возможность бросить курить от стажа курения?

1. Стаж не имеет значения.

2. Чем больше куришь, тем сложнее бросить курить.

3. Чем дольше куришь, тем легче бросить курить.

Ответить на вопросы анкеты.

Анкета по теме: «Курение и здоровье».

1. Ваш пол:

- а) мужской
- б) женский

2. Как вы учитесь:

- а) отлично
- б) хорошо
- в) удовлетворительно
- г) неудовлетворительно

3. Курят ли ваши родные:

Отец: да нет изредка
Мать: да нет изредка
Брат: да нет изредка
Сестра: да нет изредка
Дедушка: да нет изредка

4. Курите ли вы:

- а) да б) нет в) изредка г) на дискотеке
- д) в школе е) в компании

5. В каком возрасте вы стали курить?

- а) до 7 лет
- б) 8-10 лет
- в) 11-12 лет
- г) 13-15 лет
- д) 16-17 лет

6. Отметьте мотивы, по которым на ваш взгляд, чаще всего начинают курить подростки?

- а) от нечего делать
- б) за компанию
- в) успокаивает
- г) для снятия напряжения
- д) поднимает настроение
- е) модно
- ж) любопытство
- з) хочется быть взрослым
- и) помогает похудеть
- к) просто так
- л) затрудняюсь ответить

7. Знаете ли вы, что такое пассивное курение?

- а) да б) нет в) затрудняюсь ответить

8. Совместимы ли спорт и курение?

- а) да б) нет в) затрудняюсь ответить

9. Пытались ли вы бросить курить?

- а) да б) нет в) пытался (но безуспешно, бросил курить)

10. Какие меры вы могли бы предложить для предупреждения курения?

- а) запретить продажу сигарет
- б) запретить рекламу сигарет
- в) ввести штрафы за курение в общественных местах.
- г) получать достоверную информацию о вреде курения.
- д) ваши предложения