

**Курение –  
опасное увлечение**



Цель :

Развивать у ребят осознанное  
неприятия  
табака как одного из способов  
воздействия  
на личность.

# История табакокурения. Тест.

1). Родина табака:

- Южная Африка;
- Южная Америка;
- Южный полюс.

2). Как называли жители Кубы траву, употребляемую для курения?

- сигаро;
- папирус;
- самокруто.

### 3). Кто обнаружил в табаке никотин?

- Жан-Жак Руссо;
- Жан-Поль Бельмондо;
- Жан Нико.

### 4). Екатерина Медичи использовала нюхательный табак как лекарственное средство:

- от насморка;
- мигрени;
- простуды.

5). В какой стране табак в 16 веке был объявлен « забавой дьявола»?

- Испания;
- Италия;
- Бразилия.

6). Как называется книга, написанная английским королем Яковом Первым в 1604 году?

- « О вреде курения»;
- « О пользе курения»;
- « Об истории трубки».

7). Большие дозы никотина действуют подобно яду:

- мышьяку;
- кураре;
- синильной кислоте.

8). Для чего чистят курительные трубки?

- чтобы собрать остатки табака;
- чтобы удалить табачный деготь;
- от нечего делать.

## 9). Самый популярный способ употребления табака в США до 19 века:

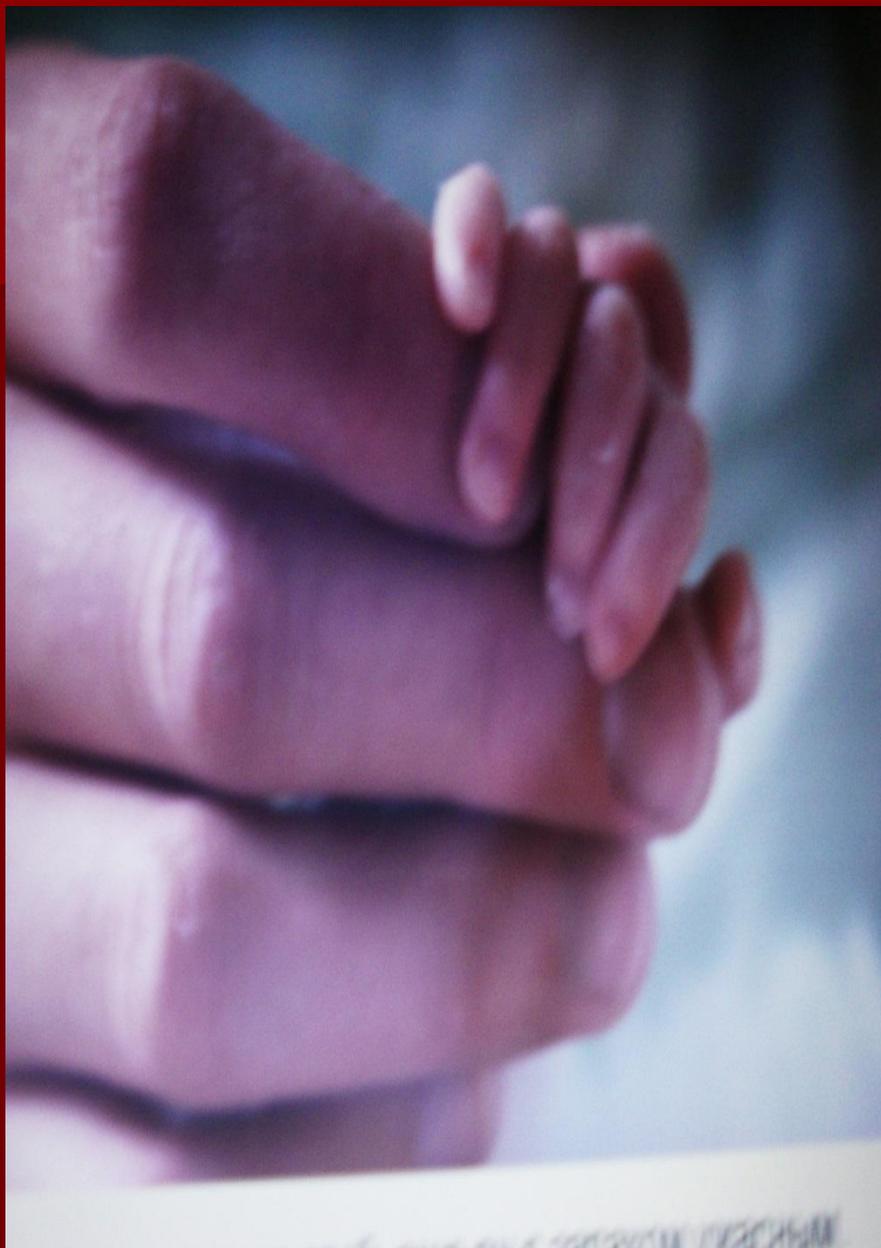
- курение;
- нюхание;
- жевание.

## 10). Кого называют « курильщиками по неволе»?

- тех, кто находится в обществе курящих;
- тех, кого заставляют курить принудительно;
- тех, кто курит в тюрьме.

# Причины курения:

|   |    |
|---|----|
| - Курение успокаивает нервы                                   | 12 |
| - Любопытство   | 41 |
| - Желание избавиться от мнения товарищей о трусости, слабости | 5  |
| - Красивый вид пачки  | 12 |
| - Мода  | 17 |
| - Желание быть самостоятельным                                | 11 |
| - Подражание  | 38 |
| - Твоя семья  | 14 |
| - От избытка свободного времени                               | 37 |
| - Другие причины  | 23 |

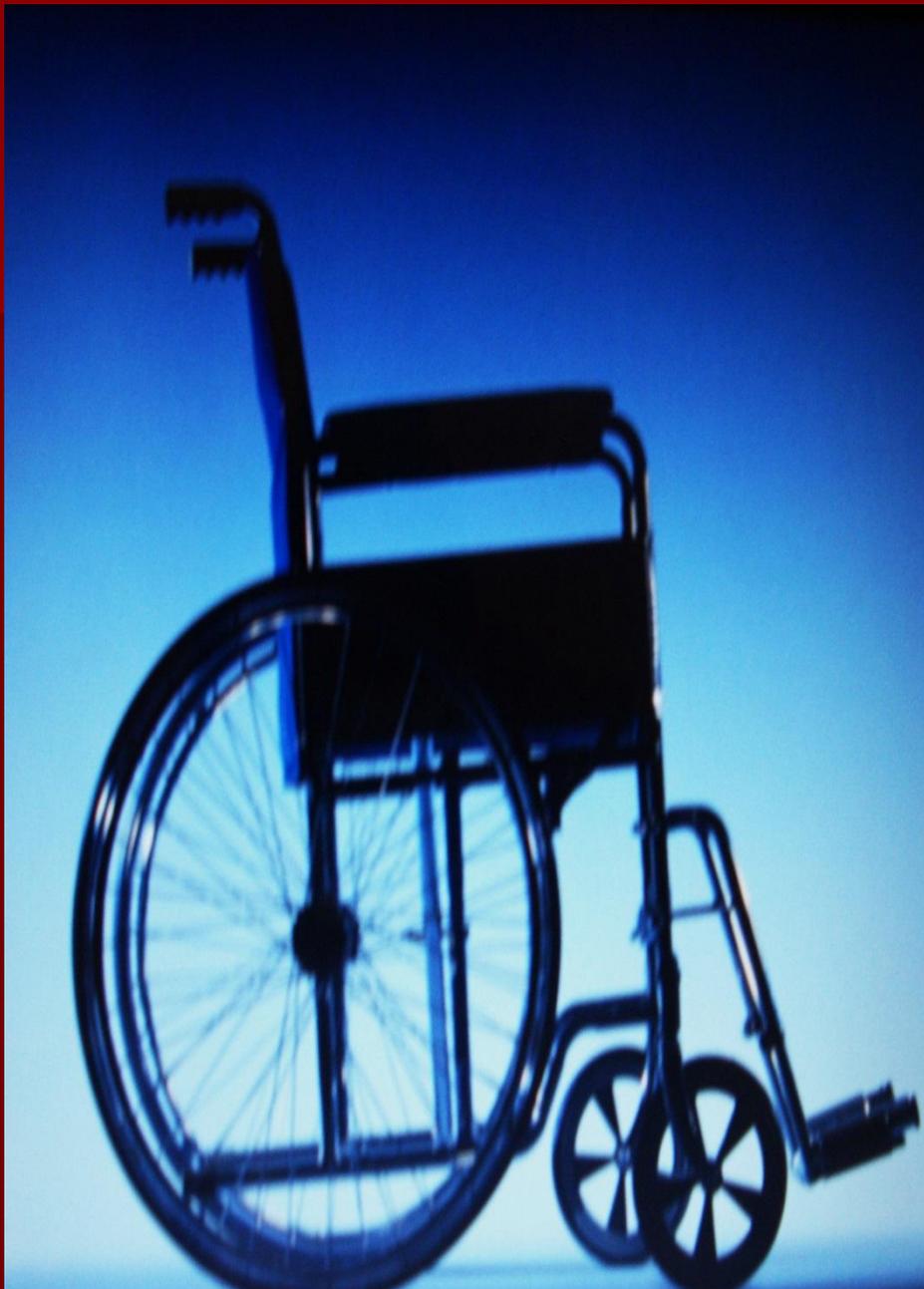


Курение – порок не только злой, еще он с запахом ужасным.

Ты закурил? Они всегда с тобой? Поверь, ты это делаешь напрасно.

Ведь дым табачный с разумом не ладит. И «лишний» рубль тоже пропадет.

Свое здоровье пожалей, и близких своих тоже.

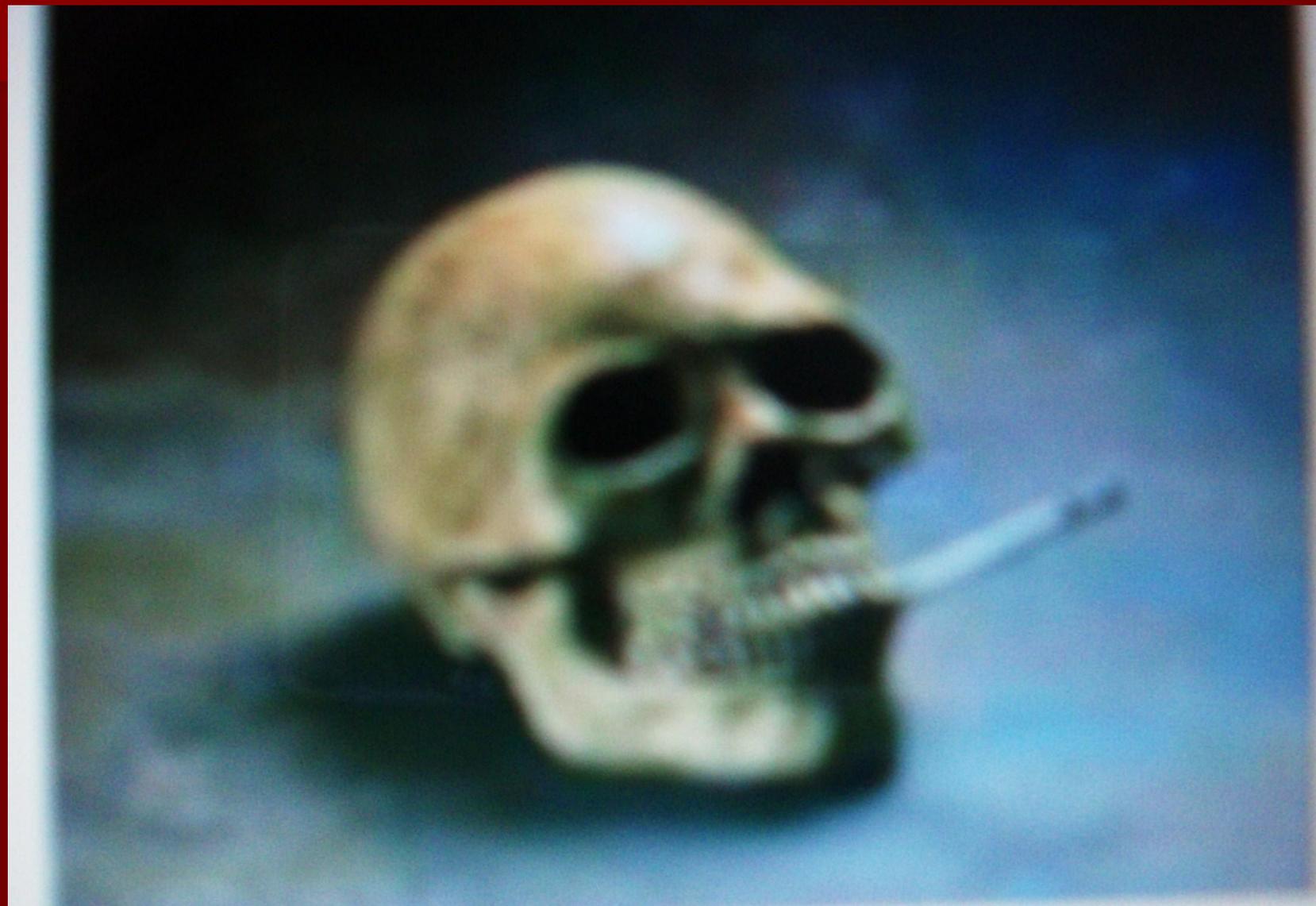


Табак наносит телу вред,  
для организма сотню  
бед приносит он. И  
разум разрушает,  
целые нации, народы он  
едким дымом оупляет.  
Не первый год все знают,  
куренье – это яд! И это  
так. Предупреждал  
давно об этом нам всем  
известный Оноре де  
Бальзак.

# Выходы:

- Вести здоровый и активный образ жизни
- Избегать друзей – курильщиков
- Закалять волю, вырабатывать самодисциплину
- Формировать положительные привычки
- Использовать положительный пример окружающих
- Самому не курить и быть примером для других

# Антитабачная викторина.



1). Существуют ли сигареты, которые не приносят вреда?

- сигареты с фильтром;
- сигареты с низким содержанием никотина;
- нет.

2). Сколько вредных веществ содержится в табачном дыме?

- 20-30;
- 200-300;
- свыше 4000.

3). Сколько процентов вредных веществ способен задержать сигаретный фильтр?

- не более 20 %;
- 40 %;
- 100 %.

4). Как влияет курение на работу сердца?

- замедляет его работу;
- заставляет учащенно биться;
- не влияет.

5). Что происходит с физическими возможностями человека?

- они повышаются;
- они не меняются;
- они понижаются.

6). Сколько микрочастиц сажи содержится в 1 куб. см табачного дыма?

- до 3 миллионов;
- до 10000;
- до 1000.

## 7). Что вреднее?

- дым от сигареты;
- дым от газовой гарелки;
- выхлопные газы.

## 8). Кто из царей России ввел запрет на курение?

- Алексей Михайлович;
- Петр 1;
- Екатерина 2.

9). При каком русском царе табак появился в России?

- при Иване Грозном;
- при Петре 1;
- при Екатерине 1.

10). Если человек начал курить в 15 лет, на сколько уменьшается продолжительность его жизни?

- на 1-2 года;
- на 5-6 лет;
- на 8 лет.

## 11). Зависит ли возможность бросить курить от стажа курения?

- стаж не имеет значения;
- чем дольше куришь, тем сложнее бросить;
- чем больше куришь, тем легче бросить курить.

## 12). Верно ли , что в большинстве стран модно курить?

- курить никогда не было модно;
- курить модно;
- мода на курение в большинстве стран прошла.

## 13). Что такое пассивное курение?

- нахождение в помещении, где курят;
- когда куришь за компанию;
- когда не затягиваешься сигаретой.

## 14). Как курение влияет на массу человека?

- снижает его;
- повышает его;
- не изменяет его.

15). На сколько лет рискует раньше умереть женщина , муж которой курит?

- на 4 года;
- на 10 лет;
- на 15 лет.

16). Много ли мужчин осуждает курение женщин?

- 10-20 %;
- 40-60 %;
- более 80 %.

17). Из тысячи подростков , начавших курить, как много умрут от болезней, связанных с курением?

- не менее 100 человек;
- менее 200 человек;
- около 250 человек.

18). Каков , на ваш взгляд, процент желающих бросить курить?

- 25 %;
- 65 %;
- 85%.

## 19). У кого наибольшая зависимость от табака?

- у тех, кто начал курить до 20 лет;
- у тех, кто начал курить после 20 лет;
- табачная зависимость не связана с возрастом, в котором человек начал курить.

## 20). Какие заболевания считаются наиболее связанными с курением?

- аллергия;
- рак легкого;
- Ангина.



# Вывод :

- Курение – пагубная привычка.
- Курят не только взрослые, но и дети.
- Курение вредит не только здоровью курящего, но и здоровью окружающих.
- Взрослые не хотят замечать курения детьми.
- Нежелание людей понимать вреда курения.

\* \* \*

Человек , переставший пить и курить, приобретает ту умственную ясность и спокойствие ума, который с новой верной стороны освещает для него все явления жизни.

Л.Н.Толстой.

Спасибо за внимание!