**Час общения «Месть индейцев АРАВАКС»**

***Цель:*** дать учащимся дополнительную информацию о табаке и его вредность для молодого организма; очертить круг причин курения среди молодежи и определение путей преодоления этой пагубной привычки; помочь молодым людям понять хитрости, которые используют производители сигарет в рекламе своей продукции; способствовать пропаганде здорового образа жизни среди молодежи.

***Предварительная работа:*** социологический опрос среди учащихся класса.
***Методы и приемы****:* социологический опрос, просмотр видеофильма, метод «Пресс», дискуссия.
***Оборудование:*** видеофильм «Табак - месть индейцев Аравакс», опросник, открытки, высказывания о вреде курения.
Для приглашенных на час общения создаются комфортные условия: присутствующие садятся в круг, чтобы видеть друг друга, царит доброжелательная атмосфера.

На стенде - плакаты с высказываниями о вреде курения:

• «От курения тупеют. Оно несовместимо с творческой работой. Курение годится только для бездельников  *(Иоганн Гете, классик немецкой литературы.)*

«Привычка, отвратительная для зрению, невыносимая для обоняния, вредная для мозга, опасная для легких, - вот что такое курение». *(Яков I, король Англии.)*

**Ход занятия**

**Проблемный вопрос**
***Ведущий.***Сегодня мы с вами собрались, чтобы обсудить одну из самых распространенных вредных привычек нашего времени - курение.
Из всех зависимостей зависимость от табакокурения распространенной и одновременно странной. Если вы посмотрите вокруг, то сможете увидеть людей - жертв этой зависимости – в парках и в кафе, на стадионе, на улице. Ежедневно в мире продают миллионы сигарет. Очень часто курение становится привычкой и неотъемлемой частью жизни. Но большинство из этих людей даже не представляют, насколько опасна эта привычка.
**II. Мотивация деятельности**
***Ведущий.***Что вы ожидаете от нашей встречи? (*Варианты ответов: «Узнать, как табак попал в европейские страны; углубить знания об опасности курения; попытаться найти пути преодоления опасности курения, призывать молодежь вести здоровый образ жизни».)*
*Ученик-социолог.*Мы провели социологический опрос среди молодежи и получили следующие результаты:
• Почему люди начинают курить?
а) Это способ самовыражения - 20%;
б) потому что так делают мои друзья - 40%;
в) это стремление быть стильным - 25%;
г) ради любопытства - 15%.
• Считаете ли вы курение актуальной проблемой современности?
а) Да -27%;
б) не знаю, для меня это не проблема - 28%;
в) сегодня курят почти все - 45%.
• Знаете ли вы, какие последствия для молодого организма имеет курения:
а) Да, знаю, но думаю, что серьезных последствий для меня не будет, ведь я выкуриваю мало сигарет в день - 30%;
б) да, знаю, но остановиться не могу - 21%;
в) когда я почувствую ухудшение самочувствия, я брошу курить - 26%;
г) ничего серьезного мне не грозит - 25%.
**Упражнение «Броуновское движение».**Каждому из участников раздается карточка, на которой приведены определенные статистические данные о вреде курения. Задача каждого участника - в течение 3-х минут, произвольно перемещаясь, пообщаться с как можно большим количеством друзей и рассказать им о вреде курения.
Статистические данные, которые предлагаются участникам:
• Болезни, вызванные курением, ежегодно убивают более З млн. человек.
• Один из трех курильщиков умирает от болезней, вызванных курением.
\* В дыму сигарет присутствуют 40% яда и 43% канцерогена.

* 87% рака легких вызвано курением.
* Лишь один из 16 курильщиков, которые пытаются бросить курить, может это сделать.
* Врачи утверждают, что никотиновая зависимость очень похожа на зависимость от героина.

**III. Просмотр видеофильма «Табак - месть индейцев Аравакс»**

***Ведущий.***Приглашаем посмотреть видеофильм, в котором вы увидите, как табак попал к нам, какие трюки используют производители сигарет, чтобы увеличить продажи своего товара и, соответственно, прибыли, а также услышите мнения специалистов о последствиях физической и психической зависимости от табакокурения.
**IV. Дискуссия вокруг определенных проблем**
***Ведущий.***Предлагаем вам объединиться в группы по интересам. Каждая группа получает вопрос, на который дает ответ, пользуясь методом «Пресс».
*(Группам раздаются карточки, в которых указано этапы, по которым строится ответ.)*
*Вопросы для групп*

1. Как вы относитесь к утверждению, что курение является пагубной привычкой? Аргументируйте свой ответ.
2. Надо что-то делать, чтобы молодые люди осознали вредность курения?
3. Можно ли снизить эффективность воздействия рекламы на молодежь?
4. Считается, что подростки, которые курят, имеют психологические проблемы. Каково ваше мнение?

***V. Итог занятия***
***Ведущий.****Есть* предложение: в течение пяти минут создать проекты антитабачной рекламы (рисунки, слоганы). По окончании работы жюри даст оценку эффективности предложенной вами антирекламы. *(Ученики работают над проектом.)*

***Ведущий.***Попробуем составить правила «Как избавиться от привычки курить?» Для своих сверстников, родителей, знакомых.
*Ученики предлагают правила:*

1. *Осознать, какой вред организму наносит эта привычка.*
2. *Решить для себя: я хочу быть самим собой или стать серым, незаметным в толпе?*
3. *Дать себе установку: «Мой организм заслуживает того, чтобы быть здоровым и свободным от дыма и смолы».*
4. *Не забывать: лучше с "есть яблоко, конфету, чем зажечь сигарету.*
5. *Общаться с теми людьми, которые не курят или также: хотел  бросить курить*
6. *Поставить перед собой цель которой нельзя достичь, будучи курильщиком.*
7. *Активно заниматься спортом.*

***Ведущий.***Оправдались ли ваши ожидания от нашей встречи? Что вы можете предложить для пропаганды здорового образа жизни? *(Предложения учеников):*

* *разработать сценарий спектакля-миниатюры школьного социально-психологического театра «Не сжигайте свое будущее!»:*
* *волонтерскому отряду провести акцию «Скажи курению* - *нет!»; входе акции распространить среди учащихся открытки к Всемирному дню борьбы с курением.)*
* *Образец открытки*
* **Человек, курит, может не заботиться о своем будущем - у нее его нет!** Никотин - вещество, делает курильщика зависимым, как и другие психоактивные вещества.
* Знаете ли вы, что:
* табачная зависимость подобна героиновой;
* болезни, вызванные курением, ежегодно убивают 3 млн. человек;
* курение является одной из основных причин заболевания сердца и вызывает 87% всех случаев заболевания раком; в табачном дыму содержится 40% яда и 43% канцерогенов;
* выжигая пачку сигарет в день, человек при жизни откладывает в своих легких около 1 л смолы.
**Мы просим Вас беречь свое здоровье и отказаться от курения!**
***Ведущий.***Завершить нашу встречу хочется высказыванием: «Курить - все равно, что стрелять в себя из револьвера». Поэтому выбери жизнь и здоровье!