**Федеральное государственное бюджетное учреждение «Российский санаторно-реабилитационный центр для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей»**

Видеозанятие

для учащихся 7-8 классов

«Секреты манипуляции. Табак»

**Евпатория 2018г.**

**Цель**: Пропаганда здорового образа жизни и профилактика табачной зависимости у всех участников образовательного процесса.

**Задачи:**

* Формировать у воспитанников положительную мотивацию к выбору здорового образа жизни, негативного отношения к табакокурению, воспитывать ответственное отношение подрастающего поколения к своему здоровью и здоровью окружающих;
* Развивать и помочь осмыслить систему личных жизненных ценностей у подростков;
* Поднимать престиж здоровой, активной жизни у участников образовательного процесса.

**Ход занятия:**

Сейчас во всем мире, и в России в том числе, остро стоит проблема сохранения здоровья. Некоторые болезни настигают человека независимо от его образа жизни. Однако зачастую он сам наносит вред своему здоровью. Одна из причин – курение. Сегодня на мероприятии мы узнаем о вреде, который наносит человеку курение.  
 «Дурные привычки» и склонности – курение, алкоголь и наркотики, делают людей больными, немощными. Сегодня человечество переживает кризис: очень много детей, подростков, школьников, юношей, девушек курит, употребляют алкоголь, а иногда и наркотики.  
Минздрав свидетельствует, что наша нация постепенно вымирает: растёт детская смертность, число детей, имеющих психологические отклонения, увеличивается.  
 Многие считают, что курение – это не болезнь и ничего страшного для курильщика и окружающих его людей в курении нет.  А вы как думаете?  
Никотин, который содержится в сигаретах, относится к нервным ядам. От него сильнее бьется сердце, становится частым дыхание, бывает тошнота и рвота, т.к. организм отравляется.  
 У курильщиков становится сухая кожа, появляется запах изо рта и от одежды, память становится хуже, со временем начинают дрожать руки.  
 Если курильщик не может найти сигарету, чтобы закурить, у него начинается ломка, начинает болеть голова, желудок,  возникает слабость, вялость, нервозность, его мысли заняты лишь тем, где достать сигарету.

А сейчас давайте посмотрим видеофильм «Секреты манипуляции. Табак.».

*(Просмотр видеофильма)*

* **Вопросы к воспитанникам**
* – Давайте с вами проследим, какие проблемы возникают у ребят, которые курят. Предлагайте свои варианты.
* *Примерные ответы*:
* где достать деньги на покупку сигарет?
* плохо пахнет от волос и одежды;
* приходится говорить неправду родителям и др.
* – Что же произойдет во взрослой жизни?
* *Примерные ответы*:
* много денег уходит на сигареты, следовательно, семья чего-то лишается.
* плохой пример для детей
* раньше времени болеют, стареют, умирают.
* – Почему подростки начинают курить?
* *Примерные ответы*:
* хотят казаться взрослыми;
* нечем заняться в свободное время;
* хотят, чтобы родители обратили внимание на своих детей.
* – Что поможет отказаться от курения или не начинать курить вообще?
* *Примерные ответы*:
* посещение спортивных секций;
* хорошие друзья;
* любящие родители;

Когда у человека есть полезные привычки, то про него говорят, что он ведет  здоровый образ жизни.