

БЕСЕДА НА ТЕМУ "УМЕЙ СКАЗАТЬ: "НЕТ!"

Цели: познакомить воспитанников с составом табачного дыма, показать его токсичность и воздействие на организм; подвести к выводу, что курение вредно для окружающих людей; познакомить с законодательствами разных стран.

1. Чтение и обсуждение отрывка из повести Л.Н. Толстого "Детство. Отрочество. Юность".

"Запах табака был очень приятен, но во рту было горько и дыхание захватывало. Однако, скрепив сердце, я довольно долго втягивал в себя дым, пробовал пускать кольца и затягиваться. Скоро комната вся наполнилась голубоватыми кольцами дыма. Трубка начала хрипеть. Горячий табак подпрыгивать, а во рту я почувствовал горечь и в голове маленькое кружение. Я хотел уже перестать и только посмотрелся с трубкой в зеркало. Как. К удивлению моему. Зашатался на ногах; комната пошла кругом и, взглянув в зеркало, к которому я с трудом подошёл, я увидел, что лицо моё было бледно, как полотно. Едва я успел упасть на диван, как почувствовал такую тошноту и слабость, что, вообразив себе, что трубка для меня смертельна, я подумал, что умираю. Я серьёзно испугался... и со страшной головной болью, расслабленный долго лежал на диване".

Воспитатель: Как вы думаете, чем обусловлена такая реакция организма? Организм человека получил от курения сигарет отравление. Бедное отравленное тело пытается избавиться от ядов: кашель, тошнота, рвота, так проявляют себя защитные силы организма. Организм пытается вытолкнуть из себя всё, что попало в него в результате курения.

2. Действие никотина на организм.

1) Теоретические сведения.

При сжигании табака образуются смолы и другие продукты горения в виде твёрдых частиц и капелек жидкости, размеры которых составляют доли микрометра, а число частиц измеряется десятками и сотнями тысяч миллиардов от одной сигареты. Все эти частицы направляются в лёгкие. В год человек, который выкуривает одну пачку сигарет в день, посылает в свои лёгкие около килограмма табачного дёгтя. Основным действующим началом табака является никотин - чрезвычайно сильный наркотический яд, действующий на нервную систему, пищеварение, а дыхательную и сердечно-сосудистую системы.

В одной сигарете массой 1 грамм содержится обычно 10 - 15 мг никотина. *Никотин* - это прозрачная маслянистая жидкость со жгучим вкусом. В фильтре сигареты может скопиться такое количество никотина, которое может убить мышь. Говорят, что капля никотина убивает лошадь. Проводили такой опыт: к телу человека прикладывали пиявок, и через несколько минут после выкуривания им сигареты пиявки отваливались в судорогах.

2) Решите задачу.

Смертельная доза никотина для человека составляет 1 мг на 1 кг массы тела. В одной сигарете содержится от 3 до 15 мг никотина. Для расчёта возьмём среднее арифметическое и предположим, что сигарета содержит 6 мг никотина. Рассчитайте, основываясь на этих данных, выкуривание скольких сигарет одновременно составляет смертельную дозу для человека. Для расчёта необходимо использовать вес собственного тела. Если он равняется 50 кг, то смертельная доза - выкуривание 8 сигарет одновременно.

Известны случаи, когда смерть наступала от выкуривания 2 - 3 сигарет в результате остановки сердца и органов дыхания, вследствие так называемого "токсического удара" по соответствующим нервным центрам.

3) П а с с и в н о е к у р е н и е.

79% табачного дыма попадает в окружающую среду и вдыхается людьми находящимися поблизости от курильщика. Эти люди являются пассивными курильщиками.

Но дым, выходящий из горящего края сигареты, более токсичен. Он содержит в 2-3 раза больше никотина.

При выкуривании одной сигареты чистота воздуха в помещении объёмом 30 кв.м снижается в 20 раз.

Пассивные курильщики болеют теми же заболеваниями, что и курильщики.

Некурящие жёны курящих супругов в 3 раза чаще умирают от рака лёгких.

Во многих странах ведётся борьба с курением. В Бельгии, Испании и Норвегии курение запрещено в большинстве общественных мест. Сегодня в Голландии 11 млн. человек не курят. В некоторых штатах Америки, у нас в России запрещена реклама сигарет на телевидении и радио. Шофёр такси в Америке, выкуривший сигарету в машине, обязан уплатить штраф в размере 2 000 долларов.

3. Итог.

Воспитатель: Каждый из вас принял решение; нужно ли курить, стоит ли даже хоть раз попробовать? Чтобы вы сделали с сигаретой, если бы она попала к вам в руки? Кто из вас готов её разорвать на мелкие кусочки, вот она? (Детям показать модель сигареты и предложить её порвать.)