

Уважаемые коллеги!

Публикую примерное занятие по профилактике употребления ПАВ,
никотиносодержащей продукции, в том числе и вейпов для
среднего и младшего звена ОО

<https://youtu.be/7PjgFfB4tJU>

<https://youtu.be/7PjgFfB4tJU>

СДЕЛАЙ ПРАВИЛЬНЫЙ ВЫБОР!

▣ Что куренье — это яд,
Знают даже дети,
Почему ж так много глупых
Есть на белом свете?

Тех, кто курит дни подряд,
Словно паровозы,
Может быть, они не верят
Раковым угрозам?

Мы вас, люди, очень просим
Больше не курите,
А для жизни свое тело
Крепко берегите!





«Не кури!»



Сегодня вам, ребята,
Хотим мы рассказать:

Беречь здоровье надо,
Рекомендовано учащимся 5-6 классов
А значит – не курить!

Ведь тот, кто с детства курит,

За школою дымя,

Тот сам себя лишь дурит

И губит сам себя.

Работу выполнил:

Чучуй Никита, 10 класс, 16 лет

Руководитель:

Чучуй Виктор Михайлович, социальный педагог МОУ СОШ п. Восточный

2011

- **И если жизнь важна**
- **И вам она нужна,
Возьми друзей за руки
и борись.
Труд, физкультура,
спорт –**
- **И это наш девиз!
Здоровый образ жизни
– это жизнь!
Здоровый образ жизни
– наша жизнь!**



Народные пословицы.

- **Курильщик-сам себе могильщик!**
- **Табак-забава для дураков.**
- **Курить - здоровью вредить.**

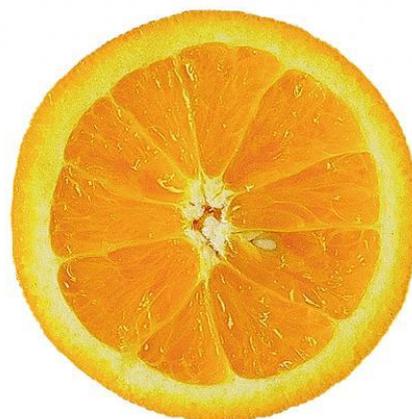




Сigaretная страна-
Очень мрачная она,
Кто хоть раз в нее ступил,
Сigaretу закурил,
Тот во многом прогадал,
Тот здоровье потерял.
Лучше спорт, компьютер, книжки
Для девчонок и мальчишек.
Научись ответить «нет»
Любой пачке сигарет!



курящие
теряют 15 лет
жизни



3 апельсина в
день продлевают
жизнь на 5 лет

Пятое правило:
-Не заводи вредных привычек!

Ребёнок, который начинает курить:

Хуже растёт.

Плохо справляется с учёбой.



Быстро устаёт при любой работе.

Чаще болеет.

Всё это потому, что в табачном дыме есть опасный яд - **НИКОТИН** и ещё много других вредных веществ.

КУРИТЬ ВСЕГДА

вредно!

Курение вредит
здоровью практически
всего организма, резко
снижая качество и
продолжительность
ЖИЗНИ.



12



*Вдыхая – убиваешь себя,
выдыхая – других!*





Конспект внеклассного мероприятия. Тема: «Вейп за и против»

Цель:

- познакомить с системой профилактики техникума по профилактике безнадзорности и правонарушения несовершеннолетних;
- продемонстрировать формы и методы работы социального педагога по профилактике безнадзорности и правонарушений.

Оборудование: доска магнитная, пять магнитов, 5 карточек, для игры карточки и секундомер, ноутбук, проектор, презентация.

1. Введение

Приветствие.

- Здравствуйте!

- Сегодня мы с вами поговорим о вейпинге и электронных сигаретах. На сегодняшний день - это острая проблема, которую мы видим среди молодёжи. Мы осветим на занятии несколько вопросов.

- Дадим определение, что же такое вейпинг.

Дать возможность присутствующим высказаться.

Вейпинг - это парение, а вейп- это электронная сигарета.

Название мероприятия: «Вейп за и против».

Свою работу мы с вами построим в виде пословиц и поговорок, которые несут однозначный смысл данной проблемы.

2. Основная часть

Пословица №1 «Начиная дело, о конце думай».

История создания вейп с презентацией.

Первая попытка.

Истоки возникновения самого понятия «вейпинг», т.е. парение обнаруживаются в 1927 году. Именно тогда американский ученый Джозеф Робинсон патентует устройство, по сути представляющее первый электронный испаритель (сам патент был им получен в 1930). Задачей этого агрегата, в то время, должна была стать доставка лекарственных средств в виде пара к бронхам пациентов, страдающих от заболеваний этой части организма. Пар же получался путем испарения специальной жидкости. Этим изобретением Робинсон хотел заменить уже существующие приспособления, использующие для терапии дым, сжигающихся в них трав. Но несовершенство технологий в то время и недоверие к изобретению, как врачебного сообщества, так и простого человека, не дало развиться идее.

Вторая попытка.

В 1963 году Герберт Гилберт предложил альтернативный способ курения. Эффект в его устройстве достигался прохождением воздуха через специальный фильтр, смачивающийся табачным ароматизатором. Нагревательный элемент отвечал за повышение температуры самого воздуха, проходящего через фильтрующий элемент. В 1965 году Гилберт получает такой патент на свое изобретение, о чем свидетельствует и заметка о нем в научном журнале «Популярная механика», где устройство американца называют «новая бездымная сигарета без табака». Засилье рекламы аналоговых табачных изделий в эти годы и нежелание компаний связываться с непроверенными в бизнесе изобретениями не позволили «электронной сигарете» Гилберта выйти на рынок. И еще на 30 лет мир практически забывает об этом виде альтернативного курения.

Третья попытка.

В 1998 году знаменитая табачная компания Phillip Morris попыталась использовать наработки Генберта Гилберта, создав «вапорайзер». Это устройство в качестве расходного материала использовало аналоговую сигарету, которая в нем подвергалась нагреву, но не горению, на что делали упор инженеры производителя табачной продукции. Устройство не прижилось, так как какого-либо принципиального различия с обычным курением люди не видели. Потеряв на неудачной разработке серьезные деньги, Phillip Morris не стала дальше развивать идею.

Четвёртая попытка.

Началом же «современного» вейпинга можно считать 2003 год, когда было изобретено и запатентовано устройство ЭСДН (электронное средство доставки никотина). И его «отцом» стал китаец Хон Лик. Будучи заядлым курильщиком, как и его отец, который страдал серьезным заболеванием легких на этой почве, китаец искал замену вредной привычке. И в этом ему помогли собственные знания фармацевтики. Понимая, что средства типа никотинового пластыря или жвачки показали низкую эффективность, Хон Лик идет другим путем.

Результатом стало появление электронной сигареты, которая по виду повторяла своего аналогового собрата.

Пословица № 2 «Дела как сажа бела»

- Посмотрим в чём разница, а в чём сходство обычной сигареты и вейп сигареты.

Пословица №3 «Парить здоровью вредить»

- А как детям показать наглядно вредность парения. Для этого мы выполним несколько упражнений, которые наглядно показывают вредность употребления никотиносодержащих устройств.

Предлагаю принять участие в одном из упражнений, которое можно провести с ребятами.

Моделирование воздействия курения(парения) на организм человека.

Динамическое телесное упражнение.

Упражнение «Сердце»

Цель:

- телесно прочувствовать физические изменения при курении от воздействия никотина на сердце.
- телесно прочувствовать сердце и нарушение кровоснабжения органов всего тела при его перебоих.
- построение ассоциации работы сердца с работой машины. Краткое ознакомление с заболеваниями курильщика.

Загадка

Изю дня в день из минуты в минутку тикает что-то круглые сутки. Этот моторчик слева в груди, реки он крови гоняет внутри (сердце)

Участники рассаживаются в круг - они органы человека. Органам раздаются карточки с названием (лёгкое 1, лёгкое 2, почка 1, почка 2, печень, желудок, кишечник, мочевой пузырь, поджелудочная железа, селезёнка) Сердце, тот кто первый отгадает загадку про сердце.

«Сердце» раздаёт фишки «органам», по одной каждому, по кругу, фишка это «кровь».

Условие на время выполнения упражнения «сердце» берёт по 2 фишки со стола - «кровотока». Засекается время работы сердца по снабжению всех органов «кровью». Это время работы «сердца» здорового человека

I «Спокойное сердцебиение»

Сердце спокойно раздаёт фишки на которых написано слово «кровь».

II «Парильщику» 5 лет

Условия выполнения аналогичны вышеописанному, но время общего «снабжения кровью» сокращается вдвое. «Никотин», ведущий данного упражнения, словесно подгоняет «сердце».

III «Парильщику 10 лет»

Условия выполнения аналогичны. Время выполнения опять сокращается в 2 раза.

По окончании моделирования «Воздействие никотина на сердце» главные действующие лица, «сердце» и «органы» делятся полученными ощущениями.

Слайд №10

Упражнение «Сосуды»

Цель:

- телесно почувствовать изменения, происходящие в сосудах под воздействием окиси углерода и различных видов ядов.
- телесно осознать закупорку и лопание сосудов.
- построение ассоциации сосудистой системы с водопроводом.
- краткое ознакомление с сосудистыми заболеваниями курильщика.

Воздействие окиси углерода.

Моделирование облитерации (закупорки сосудов).

Участники делятся: 2/3 на «сосуд» и 1/3 - «кровь».

- «Сосуд» - 2 шеренги ребят лицом друг к другу, руки соединены в ладонях, стоят на расстоянии большого шага.
- «Кровь» - шеренга ребят, стоящих друг за другом, руки сцеплены. Ведущий - «сердце».

«Здоровый человек»

«Кровь» спокойно проходит через «сосуд».

«Курильщику 5 лет».

Участники «сосуда» делают небольшой шаг друг к другу - «сосуд» сужается. «Сердце» проталкивает «кровь» в момент прохождения через «сосуд».

«Курильщику 10 лет».

Участники сосуда делают еще один небольшой шаг друг к другу. Возможно, плотное прилегание тел участников, изображающих «сосуд».

«Сердце» толкает «кровь» при прохождении участников «кровь» через «сосуд».

Примечание. В этой части моделирующего упражнения возможны динамические проявления: возможно столпотворение ребят - «закупорка сосудов» и прорывы шеренг - «лопание сосудов». Ведущий отслеживает динамику, предохраняя ребят отшибов.

По окончании моделирования «сосуды» и «кровь» делятся полученными ощущениями.

Слайд № 11.

Каждый курильщик электронных устройств обязан знать, что:

- Курение парящих устройств не является альтернативой курению обычных сигарет.
- Курение электронных устройств может вызвать рак, заболевания легких и сердца.
- Курение электронных устройств не исключает никотиновую зависимость.
- Общее использование одним устройством может привести к заражению гепатитом и туберкулезом, в настоящее время ковидом.

Кому противопоказано парить электронные сигареты любых видов?

- Беременным женщинам

- Аллергикам
- Лицам в возрасте до 18 лет
- Некурящим

Пословица №4 «Закон - не игрушка»

Законодательство РФ

1. Федеральный закон от 23 февраля 2013 г. № 15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма, последствий потребления табака или потребления никотинсодержащей продукции» устанавливает однозначный запрет на курение «вейпов» на территории школ в пп. 1 части 1 статьи 12.

Нарушение установленного федеральным законом запрета курения табака на отдельных территориях, в помещениях и на объектах влечет наложение административного штрафа на граждан в размере от 500 до 1500 рублей (ч. 1 ст. 6.24 КоАП РФ).

Более жесткое наказание - от 2000 до 3000 рублей предусмотрено для тех, кто курит на детских площадках (ч. 2 ст. 6.24 КоАП РФ.)

3. Заключение

- Хотелось бы закончить наше занятие одной притчей.

Притча

Жил в древности один мудрец. У него было много последователей, многие у него учились. И вот как-то раз два его ученика поспорили между собой. Один утверждал, что сможет задать мудрецу такой вопрос, который поставит его в тупик. Второй сказал, что это невозможно.

Ранним утром первый ученик пошел в поле и поймал там прекрасную маленькую бабочку. Зажал ее в ладонях так, чтобы не было ее видно. Придумал он хитростью одолеть учителя: "Я спрошу у него, жива ли бабочка, что в моих ладонях. Если он скажет, нет, то я разожму ладони, и она взлетит. Если же скажет да, то я раздавлю ее и, открыв ладони, он увидит лишь ее безжизненное тельце. Так он попадет в неловкую ситуацию, а я выиграю спор".

Пришел к своему мудрецу-учителю ученик и в присутствии всех спросил его:

- Учитель, мертва или жива бабочка в моих ладонях?

- Все в твоих руках...- ответил мудрец.

3.2 Просмотр Притчи «Всё в твоих руках» https://youtu.be/Sv_3rjndq0s

- Спасибо за внимание.