

15 ноября – Международный день отказа от курения.

В 8Б классе прошел классный час, посвященный этому Дню. Международный день отказа от курения был установлен Американским онкологическим обществом (American Cancer Society) в 1977 году. Он призван привлечь внимание общества к проблемам со здоровьем, вызванным потреблением табака, и способствовать отказу курильщиков от этой пагубной привычки.

Целью мероприятия явилось информирование детей о вредном и пагубном воздействии табака на здоровье курильщика и окружающих его людей. А также оказание позитивного влияния на самосознание тех, кто курит.

Восьмиклассники прослушали лекцию об истории курения в России, составе табачного дыма, разрушающем действии никотина на все системы органов. Им была представлена презентация «Курить или не курить», из которой они узнали о болезнях, вызванных курением, сравнивали рентгеновские фотографии легких курильщика и здорового человека. Особое внимание было уделено вопросу вредного воздействия табака на женский организм.

Во второй части мероприятия ребятам было предложено написать **«Письмо курильщику»**.

Многие очень серьезно отнеслись к этому заданию. Хочется надеяться, что они вполне осознанно и искренне выразили свое мнение.

« Я не курю, и тебе не советую».

«Брось курить, начни заниматься спортом. Жизнь одна!»

«Мне не нравится запах сигарет. Я не хочу стоять с тобой рядом. Наше здоровье зависит не только от нас, но и от окружающих».

«Ты сам выбираешь: курить или не курить. Но знай: курение убивает!».

«Чтобы бросить курить, нужно работать, притом очень много. А когда сильно хочется, можно съесть конфету».

«Выкуривая сигареты в общественных местах, ты делаешь окружающих пассивными курильщиками».

«Девушки! От курения появляются морщины, неприятный запах изо рта. А если ты - будущая мама, то подумай, как это влияет на твоего будущего ребенка. Он может родиться больным».

«Дорогой курильщик! Мне неприятно, что ты стоишь со мной рядом и куришь. Отойди подальше или кури в другом месте, где нет людей. Табачный дым подрывает здоровье. Не кури на остановке и не бросай окурки на землю. Яды табачного дыма оседают в моих легких, а я этого не хочу. «Не кури рядом со мной». Говорить эту фразу курильщикам должен каждый человек!»

Я думаю, что после проведенного мероприятия восьмиклассники серьезно задумаются о своем здоровье и многие примут правильное решение: «Курить или не курить?» «А стоит ли начинать?»

Классный руководитель 8Б класса Сулейманова Р.А.