«День без сигарет.»

Акция

**2023**

Методический отдел

MБУК СРДК

03.05.2023

**Ведущий 1.** Уважаемые друзья!  
Сегодняшний праздник – День здоровья мы посвящаем борьбе с самой распространенной вредной привычкой – табакокурением.  
**Ведущий 2.** тема сегодняшнего вечера актуальна и для нас. Несмотря на то, что почти все понимают, что курить вредно, большинству не нравится запах табака и то, что, кто-то из близких курит, 72% учащихся пробовали курить, а некоторые продолжают это делать и сейчас.  
**Ведущий 1.** Попробуем разобраться, в чем причина такой популярности табакокурения.   
Производство табака является очень прибыльным делом, прибыль от продажи табачных изделий составляет свыше 200%, производители сигарет не перестанут заниматься этим сверхприбыльным бизнесом, они пускаются на различные ухищрения: рекламу,  ложные сведения о «безвредности» курения, подпольное производство табачных изделий низкого качества, содержащих гораздо большее количество вредных веществ, чем в сигаретах производимых легально.   
**Ведущий 2.** Производство табака растет с каждым годом,  за последние пять лет потребление табака  выросло в три раза, количество же мужчин-курильщиков остается неизменным. Так за счет кого же пополняется армия курильщиков? Конечно же, за счет женщин и детей!  
В настоящее время Россия является самой «курящей» страной в мире,

**Ведущий 1.** По данным ВОЗ, 80 процентов регулярно курящих де­тей сохраняют привычку к курению, став взрослыми. Если подросток выкурил хотя бы две сигареты, в 70 случаях из 100 он будет курить всю жизнь.

**Ведущий 2.** По данным Центрального научно-исследователь­ского института санитарного просвещения 16,9 % молодежи начинают курить с восьми-девяти лет.

**Ведущий 1.** И разве можно удивляться тому, что более 80% курящих начали заниматься этим в возрасте до 19 лет?

**Ведущий 2.** более 40% населения Земли курит; в год от курения умирает 2500000 человек, то есть каждые 13 секунд; активное курение сокращает жизнь на 8-10 лет, каждая сигарета - на 8-15 минут; за год курильщики выбрасывают в атмосферу 1642720 тонн ядовитых веществ

**Ведущий 1.** По оценкам экспертов, если мы будем пить и курить так же, как пьем и курим сейчас, то, к примеру, Нижний Новгород вымрет к 2070 году.

**Ведущий 2.** В среднем, курящие люди живут на 6 – 8 лет меньше, чем некурящие. Это медленное самоубийство начинается с самого детства. И уже не удивляешься, что более 80 % курящих начали заниматься этим еще в школьном возрасте.

**Ведущий 1.** Так откуда же на человечество свалилась такая напасть?

**Ведущий 2.** Как утверждают историки: Первое знакомство европейцев с табаком состоялось в конце 15 века. Условно можно назвать дату - 1492 г., когда матросы Колумба высадились на острове Куба и увидели аборигенов - индейцев, которые поджигали скатанные в трубочку листья и глотали дым, выпуская его через ноздри до тех пор, пока с ними не начинал беседовать «великий дух». Сразу можно отметить, что курили табак индейцы не для забавы, а в мистических целях. Вообще, в использовании табака есть разность между северными и южными индейцами. Южные индейцы использовали табак при человеческих жертвоприношениях. Отбирался какой-нибудь юноша, целый год он жил в хороших условиях, и его приучали курить. Перед жертвоприношением юноша накуривался, и после этого у него вырывали сердце. То есть табак использовали для одурманивания жертвы. Северные индейцы, видимо, краем уха услышали, что табак помогает общаться с богами, и стали использовать его для того, чтобы войти в состояние транса, когда с ними уже начинал говорить этот самый «великий дух». А на самом деле курил лишь тот, у которого должны были вырвать сердце.

**Ведущий 1.** Испанец Роман Пано в 1496 г. после второго плавания Х. Колумба привез табачные семена в Португалию. Первоначально табачное растение, привезенное из Америки, использовалось только как декоративное. Нюхать, жевать и курить его стали после того, как по всей Франции прошел слух, будто бы Жан Нико в 1560 г. при помощи табака исцелил королеву Екатерину Медичи (1519-1589) и ее сына Франциска 2-ого от головных болей. Жан Нико был французским послом в Лиссабоне и действительно преподнес табачное растение Екатерине Медичи в качестве лекарственного (от его имени произошло слово никотин). С этого времени табак стал распространяться и использоваться при разных болезнях (сначала в Париже, потом по всей Франции, а затем и во всей Европе).

**Ведущий 2.** Однако вскоре люди разуверились в «целебных» свойствах табака, так как стало очевидным его вредное воздействие на здоровье. И курильщиков стали преследовать, порой очень жестоко. В Англии курильщиков водили по улицам с петлей на шее, а упорных даже казнили. Английский король Яков 1-ый в 1604 г. написал труд «О вреде табака», в котором написал: «Курение - отвратительный для зрения, омерзительный для обоняния, вредный для мозга и опасный для легких обычай». Римский папа Урбан 7-ой отлучал от Церкви верующих. Принимались и другие меры, но победителями оказывались производители табака - которые получали (и получают) огромную выручку от его продажи.

**Ведущий 1.** В России курение появилось в начале 17 века, в Смутное время. Его принесли поляки и литовцы. Царь Михаил Романов сурово преследовал любителей дьявольского зелья. В 1634 г. был издан указ, по которому курильщики получали 60 палочных ударов по подошвам. Во второй раз отрезали нос. По Уложению 1649 г. царя Алексея Михайловича предусматривалось наказание тому, у кого был найден табак: бить до тех пор, пока не признается, откуда табак получил. Суровые меры предусматривались в отношении торгующих: резать носы и ссылать в дальние города. Ввоз в страну табака был запрещен. Все эти меры были также приняты в связи с участившимися в результате табакокурения пожарами. Усилия остановить оказались безрезультатны. А царь Петр 1-ый был любителем курения, в 1697 г. были сняты все запреты. Петр 1-ый предоставил англичанам монополию на торговлю табаком в России. С этого времени табакокурение стало распространяться в России.

**Ведущий 2.** Сейчас Россия занимает первое место в мире по росту табакокурения. Значительная масса курящих - подростки. Еще одна печальная особенность нашей страны - феминизация курения. По данным ВОЗ, в России курит 70% мужчин и 30% женщин, причем на женский организм курение действует намного разрушительнее. Для сравнения: в Англии за последние 10-15 лет перестало курить около 10 млн. человек. Фашист Адольф Гитлер говорил так: «Для них, для славян - никаких прививок, никакой гигиены, только водка и табак». Почему же он так заботился о том, чтобы у нас не было недостатка в этом товаре? Журнал «ЮНЕСКО» в 1982 г. утверждал: «Табак-это наркотик. А наркотик - это распад личности». Да, курение табака - это превращение человека в существо, без личности. Обезличить - значит лишить своих отличительных черт, лишить самостоятельности в мыслях и поведении. Курящими людьми легко манипулировать, управлять.

**Ведущий 1.** Для того чтобы мы с вами узнали о вреде табака с медицинской точки зрения мы пригласили на наш сегодняшний вечер Доктора Пилюлькина *(смотрит на часы и* *удивляется)* Странно! Никогда не опаздывал.

*(раздается звук тормозов машины)*

А вот, кажется наш доктор как раз и подъехал.

*(на сцене появляются две девочки в образе сигарет)*

**Сигарета 1.** Привет подружка!

**Сигарет 2.** Привет подружка!

**Сигарета 1**. Ну, что! Зажжем.

**Сигарета 2**. Зажжем. Только сначала посмотрим: куда это нас занесло.

**Сигарета 1**. Смотри ребята. много ребят. Сидят, скучают, не знают чем заняться.

**Сигарета 2**. Все ясно. Наш клиент. Сейчас мы их разогреем. (потирают ладошами)

**Ведущий 2.** Простите А вы кто такие и как вы здесь оказались?

**Сигарета 1**. А мы это, как их там Мчендайзеры.

**Сигарета 2**. *(обращаясь к подруге)* Ты что, какие Менчендайзеры.

Извините, подружка немного ошиблась. Мы промоутеры. Мы это ходим туда, сюда рекламируем зажигательный образ жизни для тех, кто скучает и не знает, чем заняться.

**Ведущий 1.** Уважаемые как вас там промоутеры. Вам не кажется, что вы пришли не по адресу. У нас нет скучающих ребят.

**Сигарета 1**.Ну не скажите, таких кислых мин нам давно не доводилось видеть. Ребята явно хотят поразвлечься.

**Ведущий 2.** Ребята не скучают, просто у них серьезные лица. Это все потому, что мы ждем доктора Пилюлькина. Он нам должен рассказать о вреде курения.

**Сигарета 1.** Вечно этот старикашка путается у нас под ногами, и портит нам весь бизнес.

*(обращаясь к зрителям и ведущим)* Да мы хорошо знаем этого вашего доктора. Кажется, он немножко приболел наглотался своих любимых пилюль и заболел.

**Сигарета 2.** Но не расстраивайтесь, мы его вполне можем заменить. Тем более что все знания этого доктора о якобы вреде курения давно устарели, впрочем, как и он сам.

**Сигарета 1.** Мы поведаем вам о последних разработках фирмы под названием «Затянись и оттянись».

Это фирма осуществила прорыв в табачном производстве. Сигареты этой фирмы не только абсолютно безвредны, а наоборот даже очень полезны.

**Ведущий 1.** Что -то мне в это трудно поверить. А вы, ребята, верите в это.

*(ответы детей)* Ну и в чем, по-вашему, может быть польза от сигарет

**Сигарета 2.** Ну, во-первых: Дым выдыхаемый от сигарет фирмы «затянись и оттянись» улучшает кровоснабжение мозга и тем самым повышает мозговую деятельность. Так что любой самый безнадежный двоечник, выкурив пару десятков таких сигарет превращается в самого что ни на есть отличника - ботаника.

**Сигарета 1.** Во –вторых, курение сигарет фирмы «затянись и оттянись» повышает экстрасенсорные способности человека. Экспериментально установлено, что после десятой выкуренной сигареты, человек начинает видеть то, чего раньше не видел. Он легко может установить связь с загробным миром, установить контакт с внеземными цивилизациями.

**Ведущий 1.** Что-то мне верится с трудом, что т курения может быть какая-нибудь польза. Жаль, что доктор Пилюлькин заболел.

*(входит доктор Пилюлькин)*

**Доктор.** Что такое? Ушам своим не верю. Это как вы только могли додуматься до такого: Доктор Пилюлькин заболел.

Доктор Пилюлькин никогда не болеет. Разве вы не знаете, что у доктора Пилюлькина самое отменное здоровье в мире. И все это потому, что у меня абсолютно нет вредных привычек, и я регулярно занимаюсь спортом.

**Ведущий 1.** Дорогой наш доктор здравствуйте, а мы уж было поверили этим двум менчендайзерам – промоутерам.

**Доктор.** *(обращаясь к сигаретам).*Ах вы коварные. Опять меня опередили. Теперь я кажется догадываюсь кто слил весь бензин из бензобака моей машины и проколол у нее все шины. *(обращается к ребятам)* Ребята, курение это вредная привычка. к которой легко привыкнуть, но очень от нее трудно избавиться.

**Сигареты.** Не слушайте его ребята, он уже столько лет с больными общается, что сам давно стал больным (вращает пальцем вокруг виска)

**ДОКТОР:** Цыц! (топает ногой)(сигареты замолкают в испуге отбегают в. Сейчас мои помощники продемонстрируют вам наглядный пример о вреде курения.

**Сценка «не кури»**

**ДОКТОР:** *(после сценки)* Спасибо вам мои юные помощники. А теперь немного медицинских фактов.

. В табачном дыме более 400 компонентов, 40 из них имеют канцерогенные свойства, способные вызвать раковые заболевания. Наиболее опасен радиоактивный полоний 210. Попадая с табачным дымом в организм, он накапливается в бронхах, а также в почках и печени. Содержащийся в табаке никотин относится к ядам.

Выкуренная сигарета, каждая, стоит курящему 15 минут жизни. Последствия курения для человека надо рассматривать не только с точки зрения смертности, но и заболеваемости.

Да, курение, к счастью, не всегда приносит смерть, но всегда приносит или усугубляет болезнь. Известно, что среди курильщиков смертность от болезней вдвое выше, чем у некурящих. Особенно долог у них процесс выздоровления после хирургических операций. Чаще других маются курильщики кашлем, простудами.

.Учеными установлено, что при выкуривании одной пачки сигарет человек получает дозу радиации в семь раз больше той, которая признана предельно допустимой. А радиация табачного происхождения в совокупности с другими канцерогенными веществами - главная причина возникновения рака. По данным ВОЗ от различных болезней, связанных с курением, умирает 4,9 миллиона человек в год. Смертность от рака легкого у курящих людей в 20 раз выше, чем у некурящих. Любители табака в 13 раз чаще страдают стенокардией и в 10 раз - язвой желудка. Поэтому борьба с курением идет во всем мире. В 140 странах мира были приняты законы, ограничивающие курение. В Америке некоторые фирмы вообще отказываются брать на работу курильщиков.

А сейчас в качестве наглядного примера я хочу вам продемонстрировать один видео ролик.

*(демонстрация видеоролика «Курение убивает»)*

**ДОКТОР:** *(После демонстрации видеоролика)*

И закончить свое выступление мне бы хотелось очень поучительным анекдотом.

***Анекдот.***

Продавец табака расхваливает на ярмарке свой товар: «Покупайте табак, прекрасный табак! Мой табак не простой, а с секретом. От моего табака стариком не будешь, собака не укусит, вор в дом не залезет».

Один парень купил немного табака и начал расспрашивать продавца:

- А почему стариком не буду?

- Потому что до старости не доживешь.

-А почему собака не укусит?

- Так ведь с палкой будешь ходить.

- А почему вор в дом не залезет?

- Потому что всю ночь будешь кашлять.

Запомните:

Кто курит табак – тот сам себе враг.

Табак уму не товарищ.

Курильщик – сам себе могильщик.

**Ведущий 2.** А сейчас у нас для вас есть одно небольшое задание. Для его выполнения мы поделимся напополам. Мысленно разделим аудиторию напополам. Левая половина аудитории будет одна команда, правая- вторая. Каждой команде мы дадим по листочку с кроссвордом и ручку. на разгадку кроссворда отводится максимум пять минут. Та команда, которая быстрее и полнее заполнит кроссворд будет победителем. Кстати каждая команда может придумать себе оригинальное название. Задание не должно показаться вам сложным, поскольку все ответы сегодня в течении нашего вечера уже прозвучали.

**Ведущий 1.**  *(после конкурса)* Молодцы ребята. Победила команда*…… (Указывает на победившую команду)*

Но по большому счету победили мы все, если в результате нашего сегодняшнего мероприятия, кто-то из вас по настоящему задумался о вреде курения. Кто-то решил навсегда бросить курить, а кто-то лишний раз убедился в правильности своего устремления никогда не начинать курить.

*Заключительное стихотворение. Читают по две строчки все выступающие.*

Твое имя - сигарета.

Ты красива, ты сильна.

Ты знакома с целым светом,

Очень многим ты нужна.

Мозг и сердце ты дурманишь

Молодым и старикам,

Независимо от знаний,

Скажем прямо, слабакам.

Запомни: человек не слаб,

Рожден свободным. Он не раб.

Сегодня вечером, как ляжем спать,

Ты должен так себе сказать:

«Я выбрал сам себе дорогу к свету

И, презирая сигарету,

Не стану ни за что курить

Я - человек! Я должен жить!»

Все вместе. Мы свой выбор сделали! Несут пепельницу с окурками в мусорное ведро.