

В БУДУЩЕЕ БЕЗ ТАБАКА! (МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА ВОСПИТАТЕЛЬНОГО МЕРОПРИЯТИЯ)

Презентация



О.В. Славинская,
доцент кафедры информационных
радиотехнологий учреждения образования
«Белорусский государственный университет
информатики и радиоэлектроники»,
канд. пед. наук, доцент



К.С. Королёв,
студент учреждения образования
«Белорусский государственный университет
информатики и радиоэлектроники»

Аннотация. В статье представлено описание методической разработки воспитательного мероприятия (кураторского, классного часа) популярной профилактической направленности – профилактике табакокурения, предназначенного для подростков старшего возраста и учащейся молодежи. Статья сопровождается необходимым для проведения мероприятия дидактическим материалом.

Ключевые слова: воспитание, вред курения, культура здорового образа жизни, классный час, кураторский час, курение, пассивное курение, подростки, профилактика, табак, табакокурение, учащаяся молодежь.

Профилактика табакокурения – достаточно известная и часто используемая тема в воспитательной работе с подростками и молодежью. Но от этого она не перестала быть актуальной. Курение – одна из социальных молодежных проблем. Людям нужно отказываться от этой негативной привычки, чтобы сохранить и укрепить здоровье.

Подростки старшего возраста и учащаяся молодежь уже, как правило, знают, что курить вредно. Однако информированность каждого отдельного обучающегося может быть очень разной. Тем более, многие из них курят или пробовали курить. Возможно, у них в семье курение является нормой

поведения (например, курят родители, брат, кто-то еще или все члены семьи). В этом состоит сложность проведения профилактического мероприятия на данную тему.

Мы предлагаем структуру мероприятия, сочетая достаточно обычный способ информирования и современные элементы онлайн-обучения, реализованные с помощью мобильных технологий. Мероприятие предполагает мотивацию и онлайн-опрос (для знакомства участников и воспитателя со статистикой отношения аудитории к проблеме), беседу по структуре слайдов презентации, короткий видеоролик по одному из вопросов проблемы и онлайн-игру (реализуемую на основе мобильных технологий).

подача содержания в видеоролике и онлайн-игра позволяют осовременить мероприятие приемлемыми для обучающихся заявленной возрастной группы технологиями, что порождает положительную мотивацию к выполнению заданий и активность участников [10].

Цель представляемого профилактического мероприятия – профилактика табакокурения. Оно ориентировано на подростков старшего возраста и учащуюся молодежь.

Задачи:

- актуализировать и расширить знания обучающихся о вреде курения;
- помочь осознать масштабы вреда курения для здоровья человека;
- мотивировать к отказу от курения;
- сформировать негативное отношение к табакокурению;
- побудить к осознанию потребности в здоровом образе жизни.

Для проведения мероприятия потребуется: персональный компьютер для педагога, проектор (телевизор или большой экран), смартфоны обучающихся-участников.

Мероприятие состоит из нескольких частей:

- 1) мотивация, онлайн-опрос и знакомство аудитории с его результатами;
- 2) информирование участников о вреде табакокурения;
- 3) онлайн-викторина;
- 4) подведение итогов. Рефлексия.

Структуру мероприятия задает презентация, которая находится [на ссылке](#). В приложении 1 представлены тезисы для слайдов презентации. Это только часть информации, которой может воспользоваться воспитатель (куратор, модератор), направление для рассмотрения конкретного вопроса. Воспитателю, планирующему проведение мероприятия, необходимо познакомиться с каждым из указанных тезисов более конкретно, тем более что необходимая информация доступна в сети Интернет.

Порядок вопросов для изложения и действий участников мероприятия следующий:

- тема мероприятия,
- о вреде курения,

- онлайн-опрос «Курите ли вы?»,
- факты из истории,
- причины приобщения молодежи к курению,
- состав сигарет,
- влияние курения на человека,
- влияние курения на органы человека,
- пассивное курение,
- мировая статистика,
- статистика наибольшего потребления табака,
- статистика Беларуси,
- всемирные методы борьбы с курением,
- методы борьбы с курением в Беларуси,
- видео «Что происходит, когда человек бросает курить?»,
- не курите и будьте здоровы!
- онлайн-викторина,
- рефлексия.
- Спасибо за внимание!

Онлайн-опрос «Курите ли вы?» создан и доступен по QR-коду в презентации. Каждому участнику доступна статистика опроса после его ответа. Воспитатель отвечает последним. Это позволяет показать участникам окончательный результат. Опрос является анонимным. Участники могут считать QR-код с помощью смартфона, зайти по нему на платформу, ответить на вопрос с выбором ответа.

Планируемое видео позволяет разнообразить информирование, раскрывая один из вопросов рассматриваемой проблемы. Мы подобрали для этого видеоролик «Что происходит с организмом, когда вы бросаете курить?» [11]. Специфическое представление информации в нем сочетает в видеоряде и звуковой дорожке информирование и визуальные метафоры в актуальном для нашей возрастной категории виде.

Викторину мы не предлагаем в готовом виде, а даем вопросы к ней. Сейчас достаточно много онлайн-платформ для создания такой викторины, как и готовых викторин на рассматриваемую тему, если воспитатель не захочет или затрудняется создать свою. Однако в случае использования готовой викторины воспитателю не будет доступна статистика. И не все онлайн-платформы позволяют проводить викторину в реальном времени среди неограниченной группы участников с подведением итогов.

Поэтому для создания викторины мы выбрали онлайн-платформу My Quiz [13]. И ее мы советуем использовать для данного мероприятия. Вход для участников также организуется по QR-коду из презентации и дополнительной информации. По соответствующему слайду презентации вы можете войти на нашу викторину для примера.

Данная платформа позволяет создать викторину из неограниченного числа вопросов. Затем на мероприятии воспитателю необходимо запустить ее после регистрации в реальном времени участников в данной викторине. Викторина имеет возможность сопровождения ее мелодией.

Участники вначале видят инструкцию. В ней указано, что при запуске игры будет последовательно открываться вопрос и несколько вариантов ответа на него. При этом среди ответов для выбора может быть один или несколько правильных ответов, но всегда есть хотя бы один неправильный. После выбора ответа или ответов на один вопрос, участник нажимает кнопку «ответить» и переходит к следующему вопросу. Засчитываются баллы за правильные ответы и скорость ответов на вопросы. Игроки, отметившие все правильные ответы быстрее других участников, получают дополнительные баллы. При одинаковом количестве баллов выигрывает тот участник, который правильно и быстрее других ответил на последний вопрос. На экране у педагога перед участниками демонстрируется лидерборд – сменяющееся табло с результатами в реальном времени. На нем видны логины участников, с которыми они зарегистрировались в игре. Поэтому целесообразно попросить участников регистрироваться по фамилии или имени с первой-третьей буквой фамилии, если воспитатель не уверен в том, что легко расшифрует логины участников. Или стоит сделать за время игры своеобразную «раскодировочную» таблицу логинов, чтобы понимать, кто есть кто. Вопрос с ответами для выбора и эталоном ответа даны в приложении 2.

Платформа My Quiz имеет возможность экспортировать результаты игры (конечный лидерборд) в формат Excel. Получается отчет, который включает имя участника, количество его ответов и верных ответов, количество набранных баллов и место по итогам викторины. Пример такого отчета на основе проведенного нами мероприятия [1] представлен в таблице ниже.

Результаты викторины «В будущее без табака!»

Место по итогам викторины	Имя игрока	Количество ответов	Количество верных ответов	Количество баллов
1	Snezhana	25	13	1558
2	Дмитрук	25	14	1494
3	Bonma	22	11	1211
4	Nastya	23	10	1136
5	Ivangross925	24	11	1135
6	Иона	24	9	1027
7	Анна	21	9	976
8	Лера	23	9	883

В завершение мероприятия участникам предлагается пройти рефлексию. Анкета для рефлексии нами создавалась с помощью сервиса Google

Forms [12]. Google Forms – это бесплатный инструмент для сбора информации с помощью опросов, форм обратной связи и тестирования. Опять же, для примера вы можете зайти в нашу анкету и ответить на ее вопросы. Однако статистика в этом случае вам будет не доступна. Поэтому советуем анкету рефлексии создавать также самостоятельно. При этом вы можете воспользоваться нашей анкетой, доступной по QR-коду из соответствующего слайда презентации.

При подготовке презентации и информации к мероприятию нами использовались источники [2–5; 8; 11], а также ресурсы свободного доступа интернет.

Мероприятие разрабатывалось и апробировалось в рамках проекта «Педагогическая студенческая гостиная» БГУИР [7; 9]. Этот проект является частью большого многопрофильного проекта «БГУИР – знания и стиль жизни!», реализуемого в университете [6], направленного на формирование здорового стиля жизни обучающихся.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. В будущее без табака! // БГУИР [Электронный ресурс]. Режим доступа : <https://www.bsuir.by/ru/fre/meropriyatiya-proekta-pedagogicheskaya-studencheskaya-gostinaya>. Дата доступа : 15.05.2022.

2. Игра-викторина «Нет курению!» [Электронный ресурс]. Режим доступа : <https://ppt-online.org/729870>. Дата доступа : 20.05.2022.

3. Игра-викторина «No smoking» [Электронный ресурс] . Режим доступа : <https://ppt-online.org/709064>. Дата доступа : 15.05.2022.

4. Королевская табачная фабрика // Википедия : свободная энциклопедия [Электронный ресурс]. Режим доступа : https://ru.wikipedia.org/wiki/Королевская_табачная_фабрика. Дата доступа : 15.05.2022.

5. Крагжда, А. Последствия курения : 10 фактов о вреде курения / А. Крагжда // Спорт-экспресс [Электронный ресурс] . Режим доступа : <https://www.sport-express.ru/zozh/tak-zdorovo/reviews/kurenie-vliyanie-i-posledstviya-dlya-organizma-cheloveka-1851199/>. Дата доступа : 15.05.2022.

6. Кузнецов, Д.Ф. БГУИР : формирование здорового стиля жизни / Д.Ф. Кузнецов, О.В. Славинская // Вышэйшая школа. 2019. № 1(129). С. 35–39.

7. Проект «Педагогическая студенческая гостиная» // Сайт учреждения образования «Белорусский государственный университет информатики и радиоэлектроники» [Электронный ресурс]. Режим доступа : <https://www.bsuir.by/ru/zozh/proekt-pedagogicheskaya-studencheskaya-gostinaya>. Дата доступа : 14.03.2022.

8. Скалыженко, А.П. Выбери – курение или здоровье? / А.П. Скалыженко // М-во здравоохранения Респ. Беларусь [Электронный ресурс]. Режим доступа : <http://minzdrav.gov.by/dlya-belorusskikh-grazhdan/profilaktika-zabolevaniy/profilaktika-tabakokureniya/vybiray-kurenie-ili-zdorove.php>. Дата доступа : 18.03.2022.

9. Славинская, О.В. Опыт реализации проекта «Педагогическая студенческая гостиная» как вклад в обеспечение качества подготовки педагогов-программистов / О.В. Славинская // Высшее техническое образование : проблемы и пути развития = Engineering education : challenges and developments : материалы X Междунар. науч.-метод. конф., Минск, 26 нояб. 2020 г. / М-во образования Респ. Беларусь, БГУИР. Минск : БГУИР, 2020. С. 258–263.

10. Славинская, О.В. Осмысление технологий медиадидактики «цифровыми мигрантами» / О.В. Славинская, М.Н. Демидко // Вестник МГИРО. 2018. № 2(34). С. 82–88.

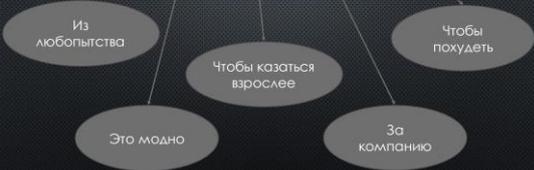
11. Что происходит с организмом, когда вы бросаете курить?» // YouTube : видеохостинг [Электронный ресурс]. Режим доступа : <https://www.youtube.com/watch?v=-FTGqV5Nqb4>. Дата доступа : 18.03.2022.

12. Google Forms : [Электронный ресурс]. Режим доступа : <https://docs.google.com/spreadsheets/u/0/>. Дата доступа : 15.05.2022.

13. My Quiz : платформа для проведения массовых онлайн и офлайн-квизов в реальном времени [Электронный ресурс]. Режим доступа : <https://myquiz.ru/Community/myQuiz>. Дата доступа : 12.03.2022.

Тезисы для слайдов презентации

Слайд	Краткая информация к слайду
 <p>В БУДУЩЕЕ БЕЗ ТАБАКА!</p> <p>Подготовил: ст. группы 044691 БУИР КОРОЛЕВ К.С. Руководитель: Славинская О.В.</p>	<p>Тема мероприятия: «В будущее без табака!». Разработчики хотели бы, чтобы она стала вашим девизом в дальнейшей жизни</p>
<p>О вреде курения известно всем.</p> <p>Любой курильщик может прочесть об опасности его для здоровья на пачке сигарет.</p> <p>Способы употребления табака:</p> <ul style="list-style-type: none"> • курение • нюхание • жевание 	<p>О вреде курения известно всем. Любой курильщик может прочесть об опасности его для здоровья на пачке сигарет.</p> <p>Способы употребления табака: курение, нюхание, жевание</p>
<p>КУРИТЕ ЛИ ВЫ?</p> <p>Пройдите, пожалуйста, опрос!</p>   <p>НЕ НЕ ЧУВА</p>	<p>Онлайн-опрос «Курите ли вы?». Он анонимный. В итоге увидим общую статистику по участникам</p>
<p>ФАКТЫ ИЗ ИСТОРИИ</p> <p>В Европе МАССОВОЕ распространение сигарет началось после Крымской войны 1853-1856 гг. - русские и турецкие солдаты, чтобы покурить на привале, стали заворачивать табак в бумажные гильзы от пороха либо в обрывки газет.</p> <p>Это занятие переняли английские и французские войска.</p> <p>Затем в Англии было налажено массовое производство сигарет. Первая сигаретная фабрика была построена в Лондоне.</p> <p>Королевская табачная фабрика в Севилье (Испания) была открыта ранее - в 1728 г.</p>  	<p>Факты из истории. В Европе МАССОВОЕ распространение сигарет началось после Крымской войны 1853–1856 гг. – русские и турецкие солдаты, чтобы покурить на привале, стали заворачивать табак в бумажные гильзы от пороха либо в обрывки газет. Это занятие переняли английские и французские войска. Затем в Англии было налажено массовое производство сигарет. Первая такая сигаретная фабрика была открыта в Лондоне в 1856 г. Королевская табачная фабрика в Севилье (Испания) была открыта ранее – в 1728 г. 1880 г. – инженер Бонсак получает патент на первую в мире сигаретную машину. С 1881 г. начались продажи ручной машинки для самокруток. До этого все проданные сигареты были скатаны вручную. В 1883 г. Оскар Хаммерштейн получил патент на машину по скрутке сигар</p>

Слайд	Краткая информация к слайду
<p data-bbox="245 302 662 327">ПОЧЕМУ НАЧИНАЕТ КУРИТЬ МОЛОДЕЖЬ?</p> 	
<p data-bbox="384 584 722 609">ЭТО МОДНО ИЛИ ЛЮБОПЫТНО?</p>  <p data-bbox="197 792 491 875">Мнение «Я смогу легко бросить курить» ошибочно! Даже малые дозы могут вызвать привыкание и самостоятельно отказаться от курения будет сложно.</p>	<p data-bbox="783 584 1169 609">Это модно или любопытно?</p> <p data-bbox="783 618 1409 797">Модно, но не везде. Количество курильщиков увеличивается в экономически не развитых странах, а в странах с высоким жизненным уровнем оно ежегодно сокращается (Англия, США и др.).</p> <p data-bbox="783 801 1409 1126">Любопытно. Одна проба повлечет за собой другую, потом третью и т. д., вызывая незаметную зависимость. Мнение «Я смогу легко бросить курить» ошибочно! Даже малые дозы могут вызвать привыкание и самостоятельно отказаться от курения будет сложно. Следствие – надо продолжать курить, все время увеличивая количество выкуриваемых сигарет. Лучше не начинать</p>
<p data-bbox="379 1155 711 1180">ЧТОБЫ КАЗАТЬСЯ ВЗРОСЛЕЕ?</p> 	<p data-bbox="783 1149 1409 1402">Довольно частой причиной курения является желание казаться более взрослым. На самом деле это очень наивное утверждение, которое можно расшифровать примерно так: «Я начну курить, чтобы казаться взрослее в глазах своих сверстников, так как на взрослых это не производит никакого впечатления»</p>
<p data-bbox="240 1469 695 1494">ЗА КОМПАНИЮ ИЛИ ЧТОБЫ ПОХУДЕТЬ?</p> 	<p data-bbox="783 1462 1409 2007">Самыми распространенными по статистике причинами начала курения являются желание похудеть и за компанию. За компанию, как правило, курят те, кто не имеет своего собственного мнения. Это что-то вроде: «Он курит, ну и я покурю», причем, зачастую, курящие по этой причине не отдают отчет своим действиям, они не понимают, зачем начинают курить и какие проблемы их ждут потом. Что касается похудения, то это одно из самых распространенных заблуждений – «курить, чтобы похудеть». Это все равно что привить себе какую-то болезнь и медленно таять от нее. Не нужно забывать, что курение также портит зубы, цвет лица, волосы</p>

Слайд

Краткая информация к слайду



Из чего состоят сигареты?

Курящий человек во время вдыхания табачного дыма вдыхает и около 2000 различных веществ, 100 из которых чрезвычайно опасны для живого организма, а 14 способствуют развитию рака.

В дыме присутствуют такие радиоактивные вещества как свинец, полоний, висмут. Общее количество различных химических соединений в одной сигарете приравнивается к 4000. Человек, выкуривая в день пачку сигарет, за год получает облучение в 500 рентген.

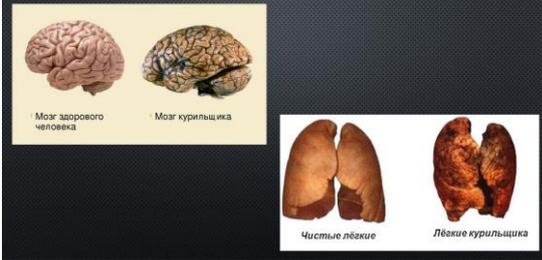
Но самое главное вещество, которое содержится в табаке и способствует развитию всех перечисленных заболеваний – никотин! Никотин – это сильнейший яд. В небольших дозах никотин действует на нервную систему возбуждающе, а в больших дозах – вызывает ее паралич (останавливается дыхание, прекращается сердечная деятельность). Из-за раздражающего действия никотина на нервные окончания в полости рта рыхлеют дёсны, повреждается эмаль, возрастает вероятность появления кариеса.

Птицы погибают, если к их клюву поднести всего лишь стеклянную палочку, смоченную никотином. Кролик погибает от ¼ капли никотина. Собака погибает от ½ капли никотина. Для человека смертельная доза никотина составляет от 50 до 100 мг или 2–3 капли



Влияние курения на человека. При длительном употреблении никотин вызывает физическую зависимость – одну из самых сильных среди известных наркотиков. Однако «тяжелым» наркотиком никотин не считается, так как его психоактивное действие сравнительно слабое (он не вызывает «изменения сознания»).

Курение постепенно вызывает ряд заболеваний. В мировом масштабе курение табака является второй после гипертензии причиной медленной и мучительной смерти. В настоящее время от курения умирает один из десяти взрослых человек

Слайд	Краткая информация к слайду
<p style="text-align: center;">ВЛИЯНИЕ КУРЕНИЯ НА ОРГАНЫ ЧЕЛОВЕКА</p> 	<p>Влияние курения на органы человека. Под воздействием табачного дыма сосуды головного мозга в течение некоторого времени расширяются, расширение быстро сменяется сильным сжатием, кровоснабжение организма ухудшается, а работоспособность человека падает.</p> <p>Из-за неполного сгорания табака, в дыме, в огромном количестве, содержатся частицы сажи, частично оседающие в дыхательных путях. Яды табачного дыма пагубно действуют на легкие и дыхательные пути. Постепенно развиваются ларингит (голос становится хриплым), хронический бронхит и другие заболевания</p>
<p style="text-align: center;">ПАССИВНОЕ КУРЕНИЕ. ВДЫХАЯ УБИВАЕШЬ СЕБЯ, ВЫДЫХАЯ – ДРУГИХ!</p> 	<p>Пассивное курение. Находясь рядом с курильщиками, особенно в закрытых помещениях, человек вдыхает дым сигарет и подвергает себя ровно такой же, серьезной опасности, как и сам курильщик – это и есть пассивное курение.</p> <p>Среди всех людей, не зависимо от возраста, вторичный табачный дым вызывает сердечно-сосудистые и респираторные заболевания.</p> <p>Это значит, что у них возникает опасность появления астмы, пневмонии и бронхита, а также частых инфекций нижних дыхательных путей</p>
<p style="text-align: center;">МИРОВАЯ СТАТИСТИКА</p> <p>По данным ВОЗ на 7,8 млрд. населения Земли приходится примерно 1 млрд. курильщиков. Каждый год потребления табака выкуривают 5,5 млрд. сигарет и выбрасывают примерно 1 млн. тонн окурков.</p> <p>Около 80 % приверженцев этой привычки жители стран с низкими доходами, с высоким процентом бедности, где более 226 млн. жителей живут в условиях нищеты.</p> <p>Площадь, занимаемая в мире табачными культурами, равна 4,5 млн. гектаров, что сопоставимо с таким государством, как Швейцария.</p> 	<p>Мировая статистика. По данным ВОЗ на 7,8 млрд населения Земли приходится примерно 1 млрд курильщиков. Каждый год потребители табака выкуривают 5,5 млрд сигарет и выбрасывают примерно 1 млн тонн окурков.</p> <p>Что же касается социологии курения, то около 80 % приверженцев этой привычки – жители стран с низкими доходами, с высоким процентом бедности, где более 226 млн человек живут в условиях нищеты.</p> <p>Площадь, занимаемая в мире табачными культурами, равна 4,5 млн гектаров, что сопоставимо с таким государством, как Швейцария.</p> <p>По данным ВОЗ из 850 млн нынешних жителей Европы 100 млн умрут от причин, связанных с курением</p>

Слайд	Краткая информация к слайду
<p>ГДЕ КУРЯТ БОЛЬШЕ ВСЕГО?</p> <p>Больше всего в мире курят в Китае. В стране с населением 1,3 млрд человек ~315 млн курильщиков. Треть выкуриваемых сигарет на планете принадлежит китайцам.</p> <p>В Индонезии число курильщиков меньше, но на курящих мужчин в возрасте от 15 лет приходится 76% населения.</p> 	<p>Где курят больше всего? Больше всего в мире курят в Китае. В стране с населением 1,3 млрд человек ~315 млн курильщиков. Треть выкуриваемых сигарет на планете принадлежит китайцам.</p> <p>В Индонезии число курильщиков меньше, но на курящих мужчин в возрасте от 15 лет приходится 76 % населения</p>
<p>СТАТИСТИКА БЕЛАРУСИ</p> <p>В стране курят 55% мужчин и 18% женщин. 73% заядлых курильщиков попробовали курить до 17 лет.</p> <p>Число курящих больше среди сельских жителей за счет курящих сельских мужчин (54%), в то время как доля курящих женщин на селе практически равна доле курящих городских жительниц.</p> <p>9 из 10 курильщиков (91,3%) курят ежедневно. Средний возраст начала курения составляет 17,5 лет (17,5 лет у мужчин и 19,5 лет у женщин)</p> 	<p>Статистика Республики Беларусь. В стране курят 55 % мужчин и 18 % женщин. 73 % заядлых курильщиков попробовали курить до 17 лет.</p> <p>Число курящих больше среди сельских жителей за счет курящих сельских мужчин (54 %), в то время как доля курящих женщин на селе практически равна доле курящих городских жительниц.</p> <p>9 из 10 курильщиков (91,5 %) курят ежедневно.</p> <p>Средний возраст начала курения составляет 17,5 лет (17,5 лет у мужчин и 19,5 лет у женщин)</p>
<p>ВСЕМИРНЫЕ МЕТОДЫ БОРЬБЫ С КУРЕНИЕМ</p> 	<p>Всемирные методы борьбы с курением. В мире насчитывается до 120 способов лечения табачной зависимости (практически применяется около 40). Почти в каждой стране существуют свои методы борьбы с курением.</p> <p>Основная причина большой распространенности курения – это на определенное время скрытое разрушительное действие курения, создающее впечатление о его внешней безобидности.</p> <p>Первая антитабачная кампания развернулась в США еще в 19 веке. С развитием науки на помощь пришли ученые, которые обнаружили в табаке смертельное в больших количествах вещество – никотин и научно обосновали вред, который курение наносит человеческому организму.</p> <p>В настоящее время в большей части стран мира уже приняты антитабачные законы. Фактически в любой стране, запрещается курить в общественных местах или в служебном транспорте.</p> <p>21 ноября – день отказа от курения. 31 мая – Всемирный день без табака</p>

Слайд	Краткая информация к слайду
<p>МЕТОДЫ БОРЬБЫ С КУРЕНИЕМ В БЕЛАРУСИ</p> <ul style="list-style-type: none"> • Запрещена реклама и открытая выкладка сигарет в местах продаж. • Запрет на курение в кафе, ресторанах, гостиницах, поездах и других общественных местах. <p>По оценке ВОЗ, минимально сигареты в Беларуси должны стоить в два раза больше. Помимо повышения цен на сигареты, всем, кто хочет бросить курить, правительство предлагает помощь, в виде бесплатных никотинозаместительных продуктов.</p> <p>Все эти усилия могут привести к тому, что до 7% курильщиков ежегодно смогут отказаться от курения.</p> 	<p>Методы борьбы с курением в Беларуси: запрещена реклама и открытая выкладка сигарет в местах продаж; запрет на курение в кафе, ресторанах, гостиницах, поездах и других общественных местах.</p> <p>По оценке ВОЗ, минимально сигареты в Беларуси должны стоить в два раза больше. Помимо повышения цен на сигареты, всем, кто хочет бросить курить, правительство предлагает помощь, в виде бесплатных никотинозаместительных продуктов.</p> <p>Все эти усилия могут привести к тому, что до 7% курильщиков ежегодно смогут отказаться от курения</p>
<p>ЧТО ПРОИСХОДИТ, КОГДА ЧЕЛОВЕК БРОСАЕТ КУРИТЬ?</p> <p>Когда человек бросает курить, в его организме начинают происходить значительные изменения, подробнее, в видео...</p> <p>20 MINUTES</p> 	<p>Что происходит, когда человек бросает курить? Когда человек бросает курить, в его организме начинают происходить значительные изменения, подробнее, в видео</p>
<p>НЕ КУРИТЕ И БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!</p> 	<p>Не курите и будьте здоровы!</p>
<p>ОНЛАЙН – ВИКТОРИНА</p> <p>Ссылка на платформу: play.myquiz.ru Код игры: 238643 Пароль для входа: 044691</p>  	<p>Онлайн-викторина</p>

Слайд	Краткая информация к слайду
<p style="text-align: center;">РЕФЛЕКСИЯ</p> <p>Благодарю Вас за участие в мероприятии! Предлагаю поделиться мнением о нем.</p>  	<p>Рефлексия. Благодарю вас за участие в мероприятии! Предлагаю поделиться мнением о нем</p>
<p style="text-align: center;"><i>Спасибо за внимание!</i></p> <p>Я не курю!</p>	<p>Спасибо за внимание! Я не курю</p>

Вопросы с ответами для викторины

Номер вопроса	Вопрос	Варианты ответа на вопрос
1	В 1988 г. Всемирная Организация Здравоохранения объявила Всемирный день без табака. Выберите дату, когда отмечается этот день	А) 19 ноября; В) 31 мая; С) 7 июля; D) 15 декабря. Правильный ответ – В
2	Международный день отказа от курения отмечается в третий четверг. А какого месяца?	А) июля; В) ноября; С) мая; D) декабря. Правильный ответ – В
3	В каком году ПОСЛЕДНИЙ РАЗ вносились правки в декрет, регулирующий производство, оборот и потребление табачных изделий в Республике Беларусь?	А) 2019; В) 2006; С) 2021; D) 2011. Правильный ответ – А
4	Сколько химических соединений содержится в одной сигарете?	А) не более 20; В) примерно 3500; С) около 300; D) около 4000. Правильный ответ – D
5	Сколько вредных веществ попадает в организм человека при курении?	А) около 300; В) более 600; С) не более 50; D) примерно 100. Правильный ответ – А
6	Примерно какую дозу облучения получает человек, выкуривая пачку сигарет в день?	А) 400 рентген; В) 500 рентген; С) 150 рентген; D) менее 100 рентген. Правильный ответ – В
7	Спустя какое время после затяжки сигареты никотин попадает в мозг?	А) 7 секунд; В) 12 секунд; С) 2 секунды; D) 60 секунд. Правильный ответ – А
8	Что произойдет с сердцем, если выкуривать большое количество сигарет ежедневно?	А) Прекращается процесс кровообращения; В) сердце работает в ускоренном темпе; С) частота сердечных сокращений увеличивается; D) сердце работает в замедленном темпе. Правильные ответы – В, С

Номер вопроса	Вопрос	Варианты ответа на вопрос
9	Что в организме человека вызывает смола, попадающая при сгорании сигареты?	А) Злокачественные опухоли; В) кашель; С) головную боль; D) не правильный ритм работы сердца. Правильные ответы – А, В
10	Продолжите поговорку: Капля никотина – убивает ...	Правильный ответ: «лошадь»
11	Какие из перечисленных растений являются родственниками табака?	А) Перец; В) огурец; С) капуста; D) томат. Правильный ответ – А, D
12	Выберите предмет, который изобрели во Франции, специально для хранения сигарет?	А) Табакерку; В) трубку; С) кисет; D) портсигар. Правильный ответ – А
13	Какая страна или континент является родиной табака?	А) Северная Америка; В) Австралия; С) Южная Америка; D) Бразилия. Правильный ответ – С
14	Кто из мореплавателей первым завез табак в Европу?	А) Витус Беринг; В) Васко да Гама; С) Фернан Магеллан; D) Христофор Колумб. Правильный ответ – D
15	Как наказывали курящих при правлении Михаила Романова в России?	А) Отрезали нос; В) отрезали губы и нос; С) отрезали нос и уши; D) отрезали губы. Правильный ответ – С
16	Что начали делать с табаком в период правления Екатерины II в России?	А) Курить; В) нюхать; С) жевать; D) продавать. Правильный ответ – В
17	В 19 веке в Петербурге вышел указ о запрете курения на улице. Кто был инициатором данного запрета?	А) Пожарные; В) церковь; С) медики; D) все вышеперечисленные ответы верны. Правильный ответ – А
18	В какой стране или на каком континенте, в 16 веке табак считали «забавой дьявола»?	А) Испания; В) Италия; С) Бразилия; D) Северная Америка. Правильный ответ – В

Номер вопроса	Вопрос	Варианты ответа на вопрос
19	Какая страна является лидером по количеству курящих?	А) Китай; В) Россия; С) Индия; D) Япония. Правильный ответ – А
20	Кто из перечисленных известных личностей впервые обнаружил содержание никотина в табаке?	А) Жан Жак Руссо; В) Жан Нико; С) Жан Поль Бельмондо. Правильный ответ – В
21	Кого называют «курильщиками поневоле» или же «пассивными курильщиками»?	А) Тех, кто находится в обществе курящих; В) тех, кого заставляют курить принудительно; С) тех, кто курит в тюрьме; D) все ответы верны. Правильный ответ – А
22	Смертельная доза никотина для взрослого человека содержится в пачке сигарет, если их выкурить сразу. А для подростков?	А) В половине пачки; В) тоже в пачке; С) в одной сигарете; D) в двух сигаретах. Правильный ответ – А
23	В Республике Беларусь запрещена продажа сигарет лицам, не достигшим ...	А) 16 лет; В) 18 лет; С) 20 лет; D) 23 лет. Правильный ответ – В
24	Сколько процентов веществ, образующихся при курении, способен задержать фильтр сигареты?	А) Не более 20 %; В) не более 40 %; С) не менее 50 %; D) около 90 %. Правильный ответ – А
25	У кого проявляется наибольшая зависимость от табака?	А) У тех, кто начал курить до 20 лет; В) у женщин; С) у пожилых людей; D) у тех, кто бросал курить хотя бы один раз. Правильный ответ – А