

Вредные привычки



Презентацию подготовила Царицинская Софья.

Понятие о привычках

Привычка – сложившийся способ поведения, осуществлении которого в определенных ситуациях приобретает для человека характер потребности

Понятие о вредных привычках

Вредная привычка – закрепленный в личности способ поведения, агрессивный по отношению к самой личности или обществу

Вредные привычки серьезно ухудшают состояние здоровья человека (физическое и психическое)



**К ним относятся: табакакурение,
алкоголизм, наркомания.**



Курение

Курение является социальной проблемой общества, как для его курящей, так

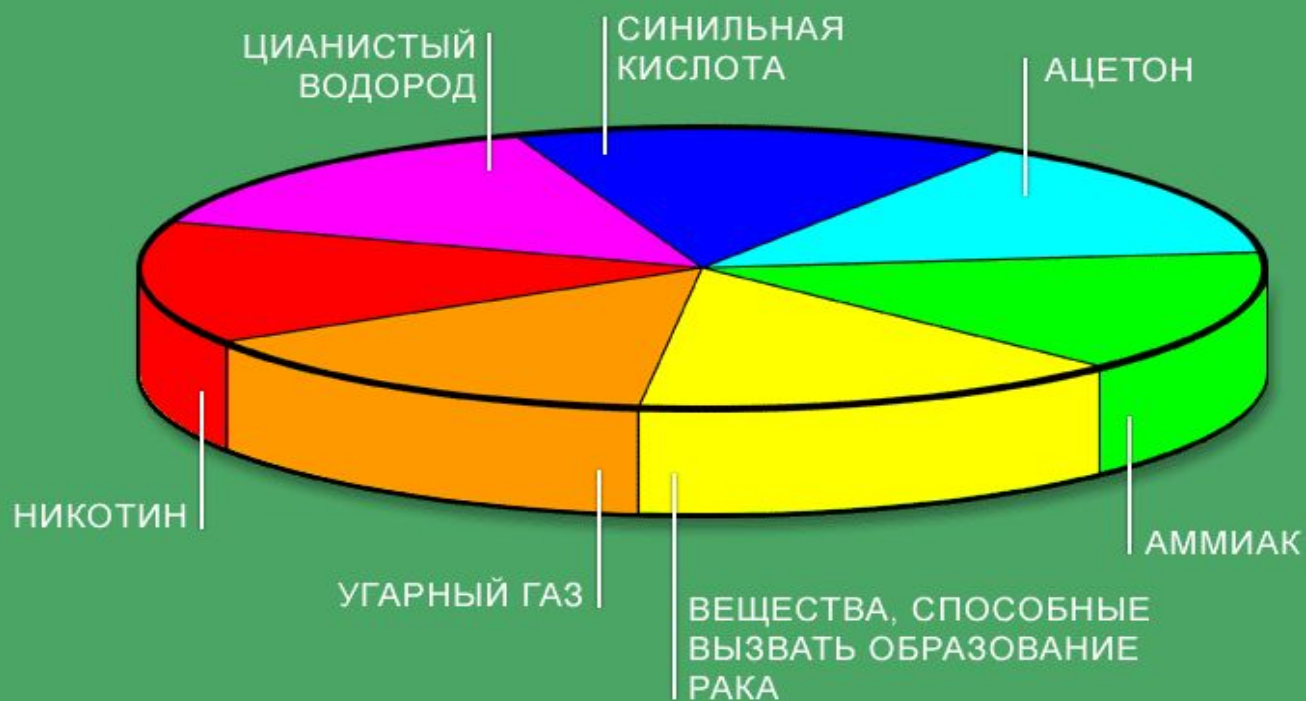
и для некурящей части. Для первой – проблемой является бросить курить, для второй – избежать влияния курящего общества и не «заразиться» их привычкой, а также – сохранить своё здоровье от продуктов курения, поскольку вещества входящие в выдыхаемый курильщиками дым, не на много

безопаснее того, если бы человек сам курил и принимал в себя никотин и многое другое, что входящее в зажжённую сигарету



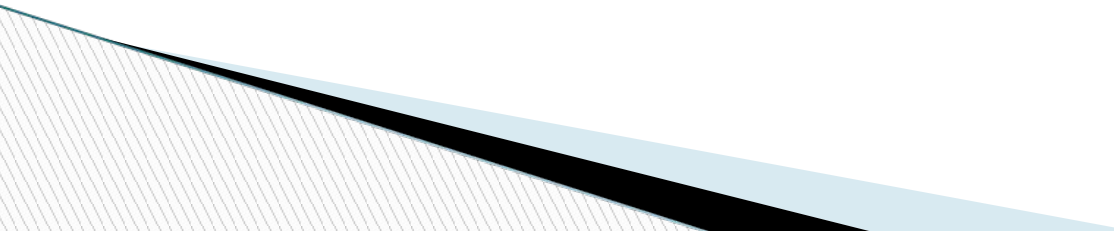
Курение

СОСТАВ ТАБАЧНОГО ДЫМА



**Курение ведет к
никотиномании, зависимость
дыхательного центра
головного мозга от
стимулирующих его работу
веществ содержащихся в
табачном дыме**

От воздействия табачного дыма страдают:

- Легочная система**
 - Органы
пищеварения**
 - Сердечно-
сосудистая система**
- 

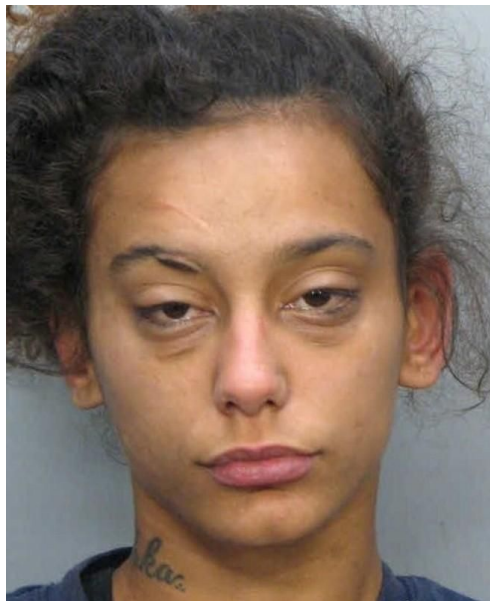
Алкоголизм.

Алкоголь — это причина многих болезней, подлостей, недисциплинированности, загубленных талантов, бессмысленных конфликтов и бедности.



Наркотики

Наркомания является тяжелым заболеванием, которое проявляется в постоянной потребности принимать наркотик. Она приводит к грубым изменениям жизнедеятельности и социальной деградации. Фактически происходит распад организма, нарушается течение нормальных физиологических процессов.



СПАСЕНИЕ В ЗОЖ!

Каждый человек стремится к успеху, к поставленным целям. Но для того чтоб добиться высоких результатов, нужно быть здоровым, потому что **человек, который плохо себя чувствует, не имеет желания работать, двигаться вперёд, добиваться успеха.** А для того чтоб самочувствие было хорошим, нужно обращать внимание на некоторые факторы, влияющие на здоровье человека: **питание, образ жизни, ПОЛЕЗНЫЕ ПРИВЫЧКИ.**

МЫ ЗА ЗОЖ!



Спасибо за внимание!
Будьте здоровы!

МЫ
ВЫБИРАЕМ
ЖИЗНЬ

