

"Вредные привычки и их
влияние на здоровье.
Алкоголь"

Без здоровья очень трудно решить проблему, достичь цели, поэтому оно является - одним из главных жизненных ценностей человека

З - зарядка

Д - доброжелательность

О - организованность

Р - радость

О - общительность

В - вдохновение

Ь

Е - единство

- Что мешает человеку быть здоровым?

“Вредные привычки и их влияние на здоровье”

<i>Возраст</i>	<i>Пол</i>	<i>Употребляют алкоголь (в %)</i>	<i>Частота употребления в месяц (в %)</i>	
			1 раз	<i>2-4 раза</i>
13-15 лет	Юноши	46,7	36,7	11,0
	Девушки	48,2		
16-17 лет	Юноши	61,4	45,7	15,7
	Девушки	63,2		
ВЫВОДЫ по результатам распространенности употребления алкоголя среди молодежи				

Пьянство (злоупотребление алкоголем)
– это чрезмерное употребление
спиртных напитков, чаще всего
ситуационное

Алкоголизм – тяжёлое хроническое
заболевание, вызываемое
систематическим употреблением
спиртных напитков

ОПЫТ № 1

В сосуд с подкрашенной водой
добавить спирт.

Что наблюдаете?

Каков вывод о скорости растворения и
воздействия спирта на кровь человека?

*Опыт наглядно показывает, как
алкоголь быстро растворяется в крови.
При употреблении спиртных напитков
алкоголь очень хорошо всасывается из
желудочно-кишечного тракта,
кровоотоком разносится по всему
организму и вскоре в крови
достигается его максимальная
концентрация.*

ОПЫТ № 2

В сосуд с куриным белком добавить
спирт.

Что наблюдаете?

Каков вывод о действии спирта на
клетки головного мозга?

*Опыт наглядно показывает, белок
свернулся, клетки белка погибли. Так
алкоголь убивает, разрушает наш мозг,
недаром про пьяницу говорят: “Он
пропил свой ум”. То есть алкоголь
нарушает работу всех систем
организма, часто в результате
большой дозы наступает отравление и
смерть.*

- **Деградация** – это постепенно ухудшение; снижение или утрата положительных качеств, упадок, вырождение.

- **Лао То: “Тот, кто может победить другого – силен, тот, кто может победить самого себя – поистине могуществен!”**

- Алкоголиком может стать только взрослый человек.
- Употребление пива не приводит к алкоголизму.
- Пьянство и алкоголизм – это слова-синонимы.
- Алкоголь вызывает приятные ощущения и в целом не оказывает отрицательного действия на организм.

- **Притча о глупце и мудреце:** Задумал глупец перехитрить мудреца. По пути к нему поймал бабочку, сжал ее в кулаке. Думает: спрошу у мудреца, что у меня в кулаке: жизнь или смерть. Если мудрец скажет жизнь – я сожму кулак, и бабочка умрет, если скажет смерть – я разожму пальцы, и живая бабочка выпорхнет. В любом случае я перехитрю мудреца. Когда глупец пришел к мудрецу и задал ему вопрос: что у меня в руке жизнь или смерть? Мудрец, немного подумав, сказал: “Что ты задумал, то и будет”. Кто в этом споре остался на высоте?

