

Курить – здоровью вредить!
(урок Здоровья)



Цели:

- Предоставить учащимся объективную информацию о последствиях курения.
- Формировать чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья.
- Воспитывать негативное отношение учащихся к вредной привычке, выработка навыков поведения по преодолению группового давления.

17-20%

Внешняя
среда
и природно-
климатические
условия

8-10%

Генетическая
биология
человека

8-10%

Здраво-
охранение

ЗДОРОВЬЕ

Образ жизни
(питание, условия труда,
материально-бытовые
условия)

45-55%

ОТ ЧЕГО ЗАВИСИТ ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА

***Здоровье – это вершина,
на которую человек
должен подняться сам.***

(И. Брехман)

**Курить – здоровью
вредить!**



Из истории табакокурения...



Первооткрыватель Христофор Колумб



Во время первого путешествия в Новый Свет участники экспедиции наблюдали, как жители сворачивали большие желто-зеленые листья, какого-то растения, один конец поджигали, а другой клали в рот. Такие трубки индейцы называли «СИГАРО»

Нередко индейцы клали сушеные тлеющие листья в специальные сосуды, которые называли «ТАБАКО».



Яков I Стюарт

«О вреде табака»

1604 г.

«привычка, противная
зрению,
невыносимая для
обоняния, вредная
для мозга, опасная
для легких...»



- В 1697 году Петр I разрешил торговлю табаком.



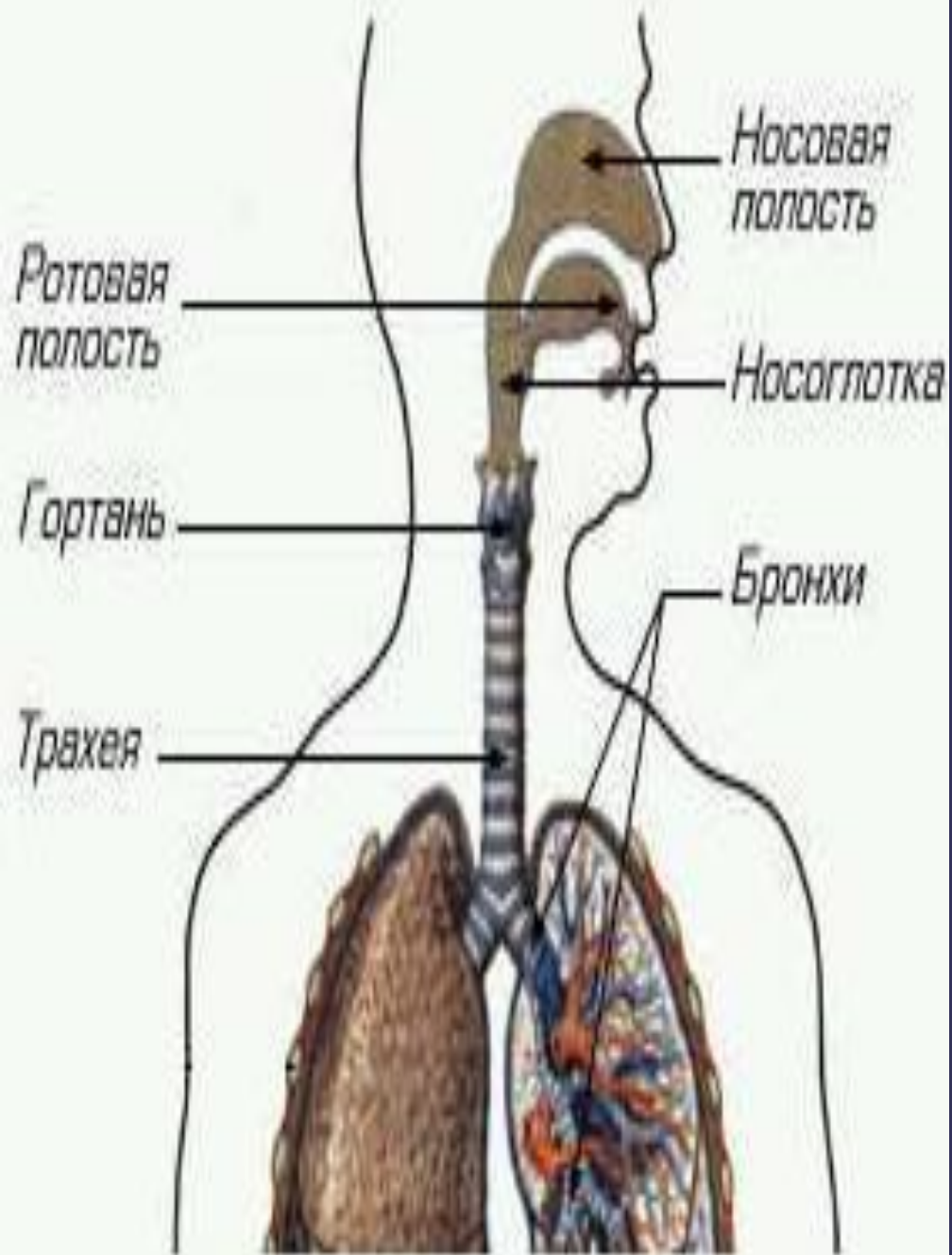


**НИКОТИН,
белки,
углеводы,
органические
кислоты,
СМОЛЫ И
эфирные масла**

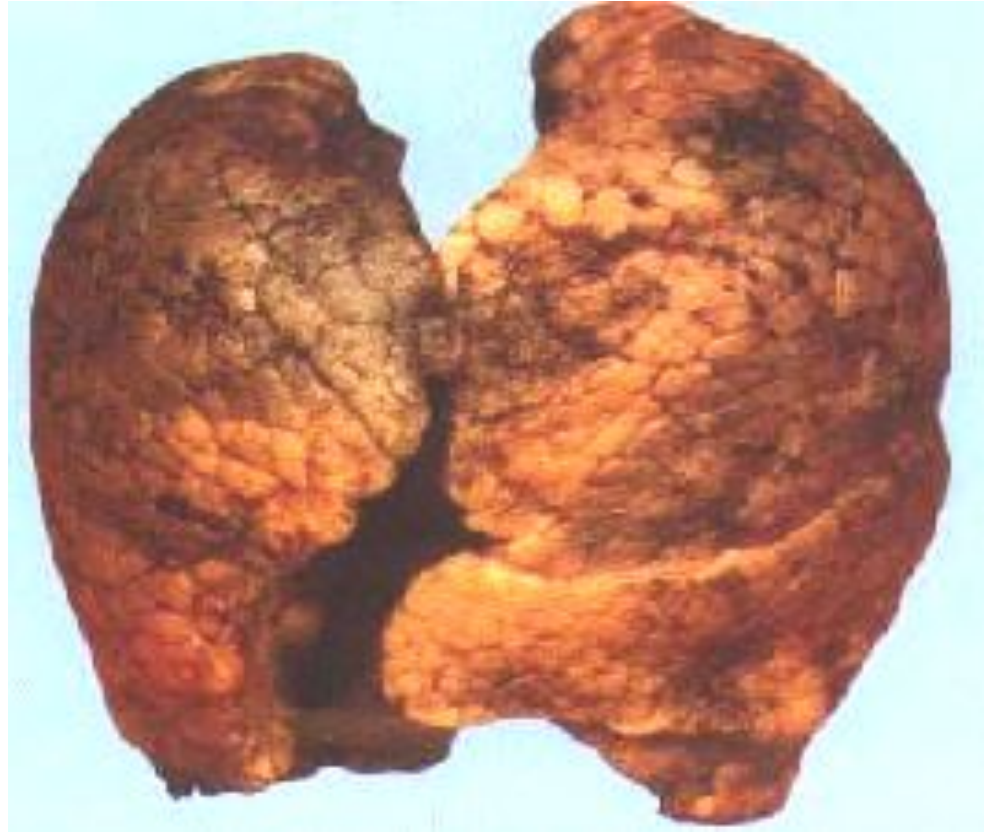
температура - 300°

- **никотин**
- **угарный газ**
- **синильная кислота**
- **аммиак и др.**





Легкие



Сердце



Частота пульса

у некурящих 86-100
ударов в минуту.

Частота пульса

у курящих 140-150
ударов в минуту.



ПОМОГИТЕ СВОЕМУ СЕРДЦУ!

В России курит 40 миллионов человек:
72% мужчин и 25% женщин.

Ежегодно количество курящих в России
увеличивается на 1,5-2%.

Курение «вырывает» из жизни человека
от 13 до 23 лет.

В России каждый год курение уносит жизни
220 тысяч человек.

ИЗ КАЖДЫХ 100 ЧЕЛОВЕК:

- УМЕРШИХ от рака легких,
90 КУРИЛИ;
- УМЕРШИХ от хронических заболеваний,
75 КУРИЛИ;
- УМЕРШИХ от ишемической болезни сердца,
25 КУРИЛИ;



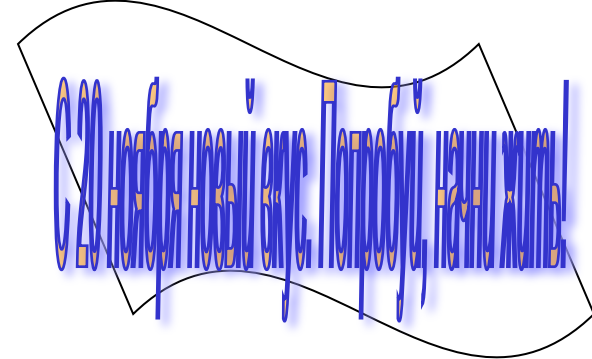
Сколько будем жить...

- Если человек начал курить в 15 лет, то продолжительность его жизни уменьшается более чем на 8 лет.
- Начавшие курить до 15 лет в 5 раз чаще умирают от рака, чем те, кто начал курить после 25 лет.



Факторы, влияющие на распространение табакокурения

- Курение в семье.
- Воздействие рекламы.
- Влияние внешнего мира.





Задача

Цена	Количество	Стоимость
<i>30 руб.</i>	<i>1 пачка</i>	<i>30 руб.</i>
<i>30 руб.</i>	<i>30 пачек</i>	<i>?</i>
<i>30 руб.</i>	<i>365 пачек</i>	<i>?</i>





Задача

Цена	Количество	Стоимость
<i>30 руб.</i>	<i>1 пачка</i>	<i>30 руб.</i>
<i>30 руб.</i>	30 пачек	<i>900 руб.</i>
<i>30 руб.</i>	365 пачек	<i>10.950 руб.</i>



ДОМ

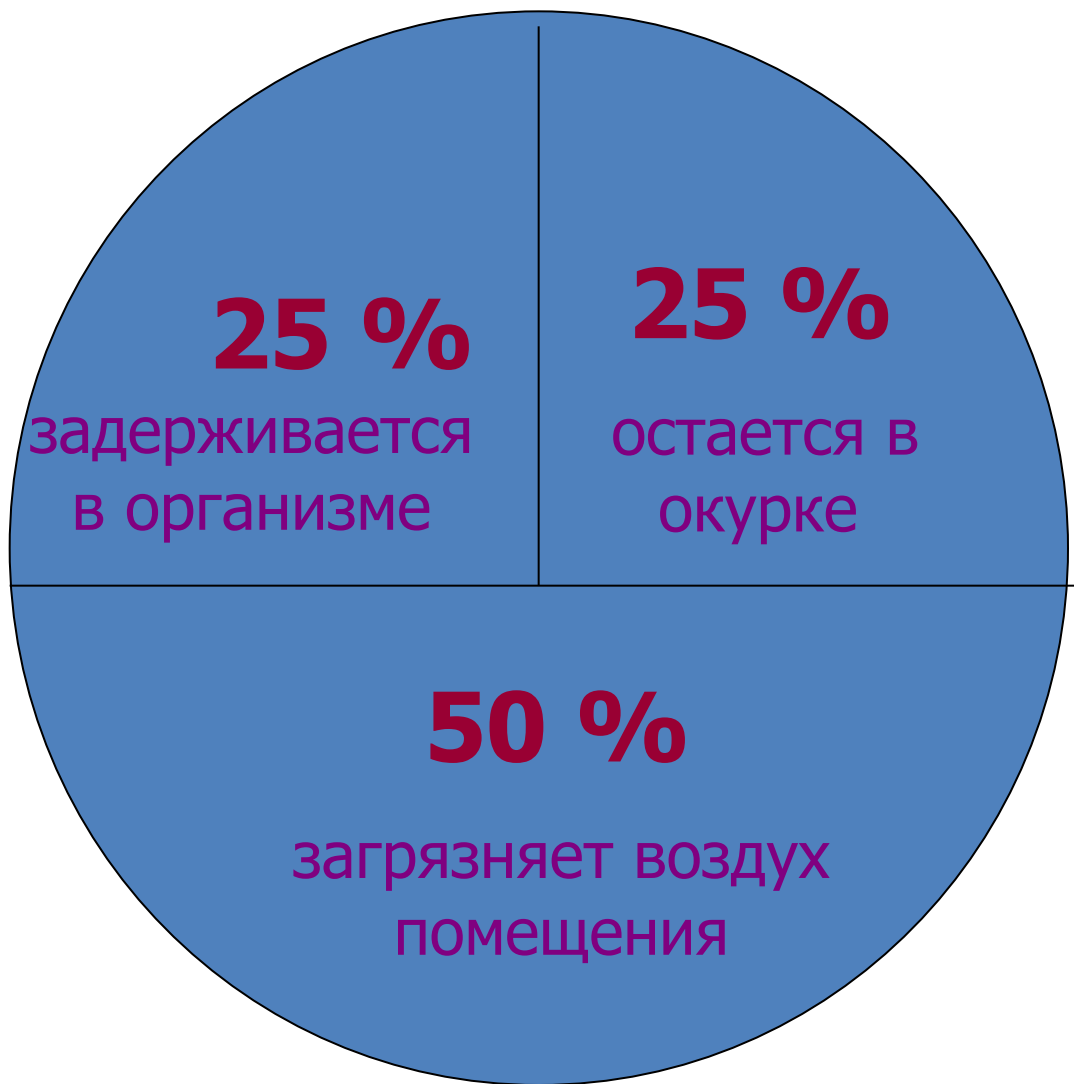
курит —

болеет

Один

весь

Один курит –
весь дом болеет.



**1 час –
4 сигареты**





● **К курящему в дом не
войдет вор**

● **Курящего не укусит
собака**

● **Курящий никогда не
состарится.**

Я решаю...





БОЙ!!!
КУРЕНИЮ





Я ГОВОРЮ:

«НЕТ -

КУРЕНИЮ!»

Здоров

все

добудешь

будешь –

Здоров будешь –
все добудешь.

**Я желаю Вам
здоровья...**

to Super from Bob