

О вреде курения

**«Каждый гражданин
имеет право дышать воздухом, не
загрязненным табачным дымом, в
общественных местах»**

**Выполнила учитель начальных классов:
Журикова Оксана Анатольевна
Филиал МБОУ «Холмечская СОШ»
с.Красная Слобода**



Выбор темы обосновывается
следующими факторами:

1. Всё больше детей начинает курить с младшего школьного возраста
2. Мало кто задумывается о вреде курения на организм



Цель работы:

- *Определить вред курения для организма человека*
- *Определить количество курящих детей среди учащихся начальной школы*
- *Оформить результаты изученной темы в виде презентации для дальнейшего использования в профилактических целях*



Опрос учащихся 1-4 классов

	ДА	НЕТ
Знаешь ли ты о вреде курения?		
Пробовал ли ты курит?		
Куришь ли ты сейчас?		
Курить сейчас модно?		



Выводы опроса

- 1. Дети знают о вреде курения.
- 2. В начальной школе есть курящие ребята .
- 3. Многие дети считают, что курить сейчас модно.



КУРЕНИЕ И ШКОЛЬНИК

Курение и школьник несовместимы.

Школьные годы – это годы роста как физического, так и умственного.

Организму нужно много сил, чтобы справиться со всеми нагрузками. Как известно, навыки, привычки, усвоенные в школьном возрасте, самые прочные.

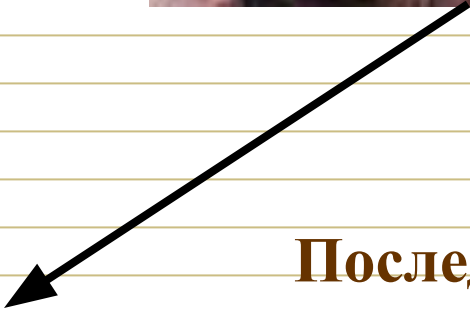
Это относится не только к полезным, но и к вредным привычкам.



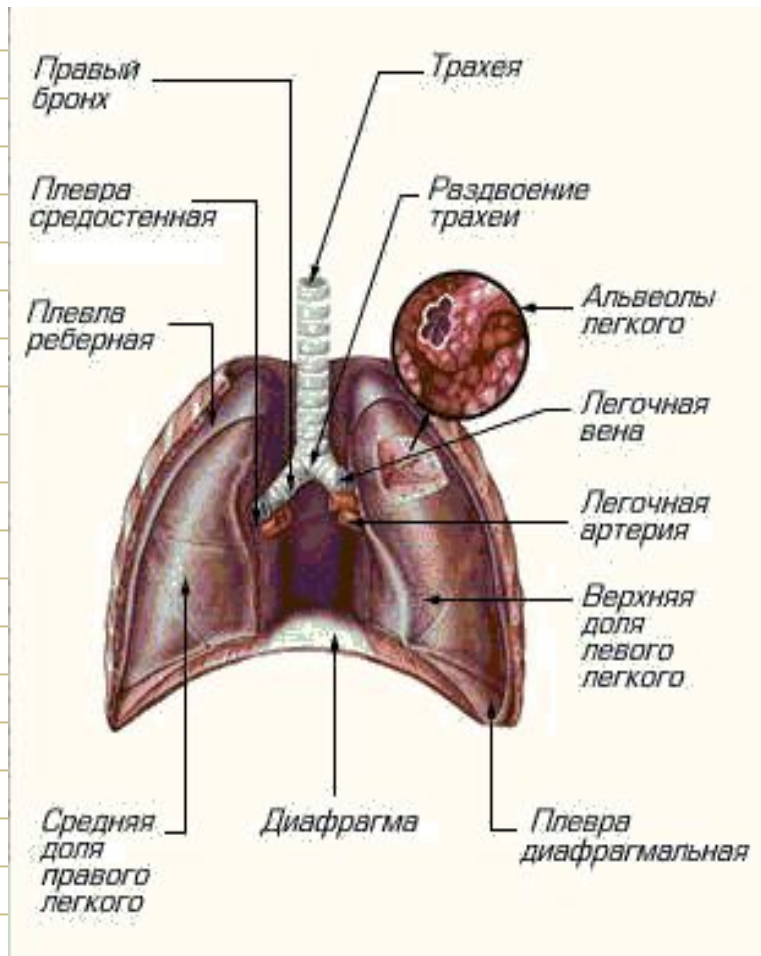
Первый шаг



Табак – один из наиболее распространенных наркотиков



Последний шаг



Табачный дым задерживает солнечные ультрафиолетовые лучи, которые важны для растущего ребенка, влияет на обмен веществ, ухудшает усвояемость сахара и разрушает витамин С, необходимый ребенку в период роста. В возрасте 5 – 9 лет у ребенка нарушается функция легких.



Курение отрицательно влияет на успеваемость школьника. Число неуспевающих возрастает в тех классах, где больше курящих.

Курение школьников замедляет их физическое и психическое развитие.

Состояние здоровья, подорванного курением, не позволяет выбрать род занятий по душе, добиться успеха.

ЧТО Я УЗНАЛ О КУРЕНИИ

- **Табачный дым содержит более 4000 химических соединений, более сорока, из которых, вызывают рак, а также несколько сотен ядов, включая никотин, цианид, мышьяк, формальдегид, углекислый газ, окись углерода, синильную кислоту и т.д. В сигаретном дыме присутствуют радиоактивные вещества: полоний, свинец, висмут. Пачка сигарет в день - это около 500 рентген облучения за год! Температура тлеющей сигареты 700 - 900 градусов! Легкие курильщика со стажем - черная, гниющая масса**





Легкие



Желудок

**НИКОТИН
наносит
удар**

Сердце



НИКОТИН

- *Возбуждает центральную нервную систему.*
- *Спазм кровеносных сосудов, ухудшение кровоснабжения клеток мозга.*
- *Повышает артериальное давление крови и увеличивает работу сердца.*



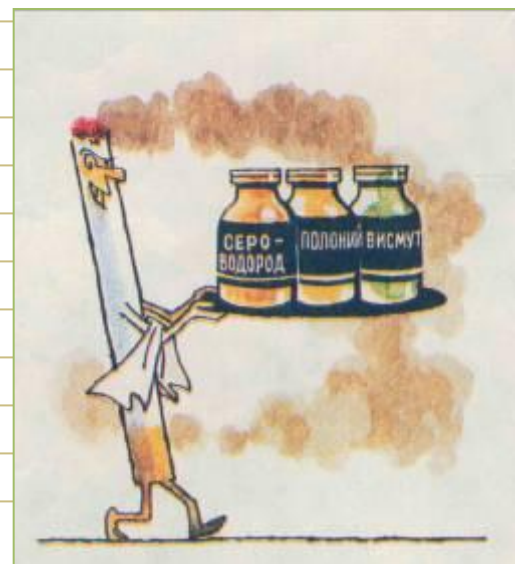
Никотин - это наркотик. А это означает, что с каждым годом тебе будет все труднее...



АММИАК

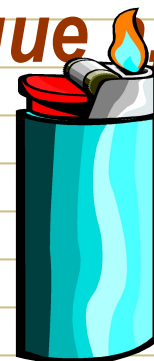
- Раздражает слизистые оболочки вызывая боли в желудке.
- Происходит **слезотечение**.
- Вызывает **удушьё, головокружение**.
- Снижается сопротивляемость легких к инфекционным заболеваниям, в частности к **туберкулезу**.

(Из 100 случаев заболеваний туберкулеза - 95 приходится на курильщиков)



СИНИЛЬНАЯ КИСЛОТА

- Легко проникает в кровь (снижает способность клеток воспринимать кислород).
- При большой дозе проявляется отравление: за сильнейшим возбуждением центральной нервной системы наступает **паралич, останавливается дыхание, затем и сердце.**



СЕРОВОДОРОД

- это токсическое вещество, вызывающее острую кислородную недостаточность, приводящую к поражению нервной системы.



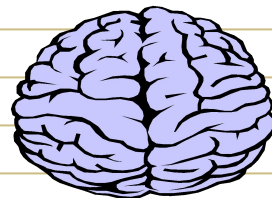
АЦЕТАЛЬДЕГИД

- это ядовитый пар, раздражающий глаза, дыхательные пути, вызывающий удушье и головную боль.

Влияние никотина на здоровье

Нервная система

- Никотин в первой короткой фазе расширяет сосуды мозга, затем резко сужают их.
- Отравляет клетки мозга (ухудшается память, зрение, умственная работоспособность, появляется бессонница, головные боли).
- Курящие ученики отстают в учебе, становятся нервными, рассеянными, ленивыми, грубыми.
- Развиваются нервные заболевания – невралгии, невриты.





Дыхательная система

- **Хронические заболевания** дыхательных органов: бронхит, астма, гибель эпителия, усиленное выделение слизи, воспаление голосовых связок.
- **Туберкулез легких**
- **Рак легких** (почти 97% больных раком – курильщики,
- **Рак гортани**



Лёгкие некурящего

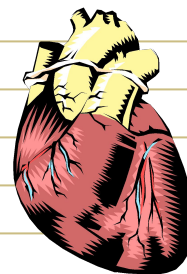


Лёгкие курильщика



КРОВЕНОСНАЯ СИСТЕМА

- *Снижается гемоглобин*
- **Стенокардия** у курильщиков чаще в 13 раз
- **Инфаркт** миокарда чаще в 13 раз
- **Острый инфаркт миокарда**
- *Курение способствует возникновению атеросклероза, гипертонической болезни, кровоизлияния в мозг.*





ПИЩЕВАРИТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА

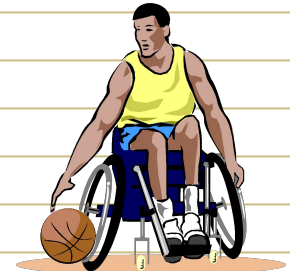
- Развивается **кариес**
- Ухудшается аппетит, обоняние, вкус извращается
- Возникают спазмы желудка, кишечника, кишечная непроходимость кишечника ведет к смерти
- Развивается хронический **гастрит, колит, язвенная болезнь** желудка и 12- перстной кишки
- Приводит к **циррозу печени**
- Развивается **рак полости рта, пищевода, поджелудочной железы**

ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА



Ухудшение кровоснабжения из-за спазма кровеносных сосудов приводит к снижению работоспособности мышц (может привести к самопроизвольной **гангрене** конечностей).

Никотин действует как яд кураре, парализующий мышечную систему (страдает каждый 7 курильщик)







ВЫДЕЛИТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА

- Развитие **хронических болезней почек и мочевого пузыря**, вплоть до рака мочевого пузыря
- **Рак почек** (встречается у курильщиков в 5 раз чаще)





ВОЗДЕЙСТВИЕ НА ДРУГИЕ СИСТЕМЫ

- **Кожа** – преждевременное старение кожи, сухость, землистый оттенок, бледность, морщины, дряблость. Кожа теряет свою эластичность и свежесть. Женщины-курильщицы в 25 лет выглядят намного старше ровесниц.
- **Железы внутренней секреции** – нарушаются нормальные функции всех желез, развивается сахарный диабет.
- **Обмен веществ** – снижается, развивается витаминная недостаточность.



Болезни	Курящие	не курящие
1. нервные		
2. понижение слуха		
3. плохая память		
4. плохое физическое состояние		
5. плохое умственное состояние		
6. нечистоплотны		
7. плохие отметки		
8. медленно соображаю		



Эти яды могут
вызывать серьёзные
заболевания

И даже раковые
заболевания

Заболевания
лёгких и бронхов

Нарушения в
работе сердца
даже в молодом
возрасте

Язву желудка

Различные
половые
нарушения, даже
импотенцию

Нарушение
кровотока в
ногах и даже
гангрену

Рак ротовой
полости и пищевода

Рак лёгких

Рак желудка и
поджелудочной железы

Рак почек

Рак мочевого
пузыря

Поэтому скажи курению **НЕТ** сейчас!

Хотите подарить себе 8 лет жизни,
бросьте курить. Именно настолько дольше
по сравнению с курильщиками живут те,
кто не имеет этой пагубной привычки.



8 лет жизни

**И МОЛОДОСТЬ –
в подарок**

Вывод

- Курение и дети – это несовместимые понятия.
- Чем раньше человек начинает курить, тем раньше он умирает, или его органы поражают разные болезни.
- Курить вредно как детям, так и взрослым!

Не курите!

Не убивайте своё будущее и будущее России!



Библиографический список:

- http://www.no-smoking.ru/sections/articles/vredku_reniya/ovredekur
- <http://www.uroki.net/docklruk/docklruk25.htm>
- <http://parkour.org.ru/article/item/12/>
- <http://nosigaret.narod.ru/novost4.html>
- <http://sch166.minsk.edu.by/main.aspx?uid=78410>