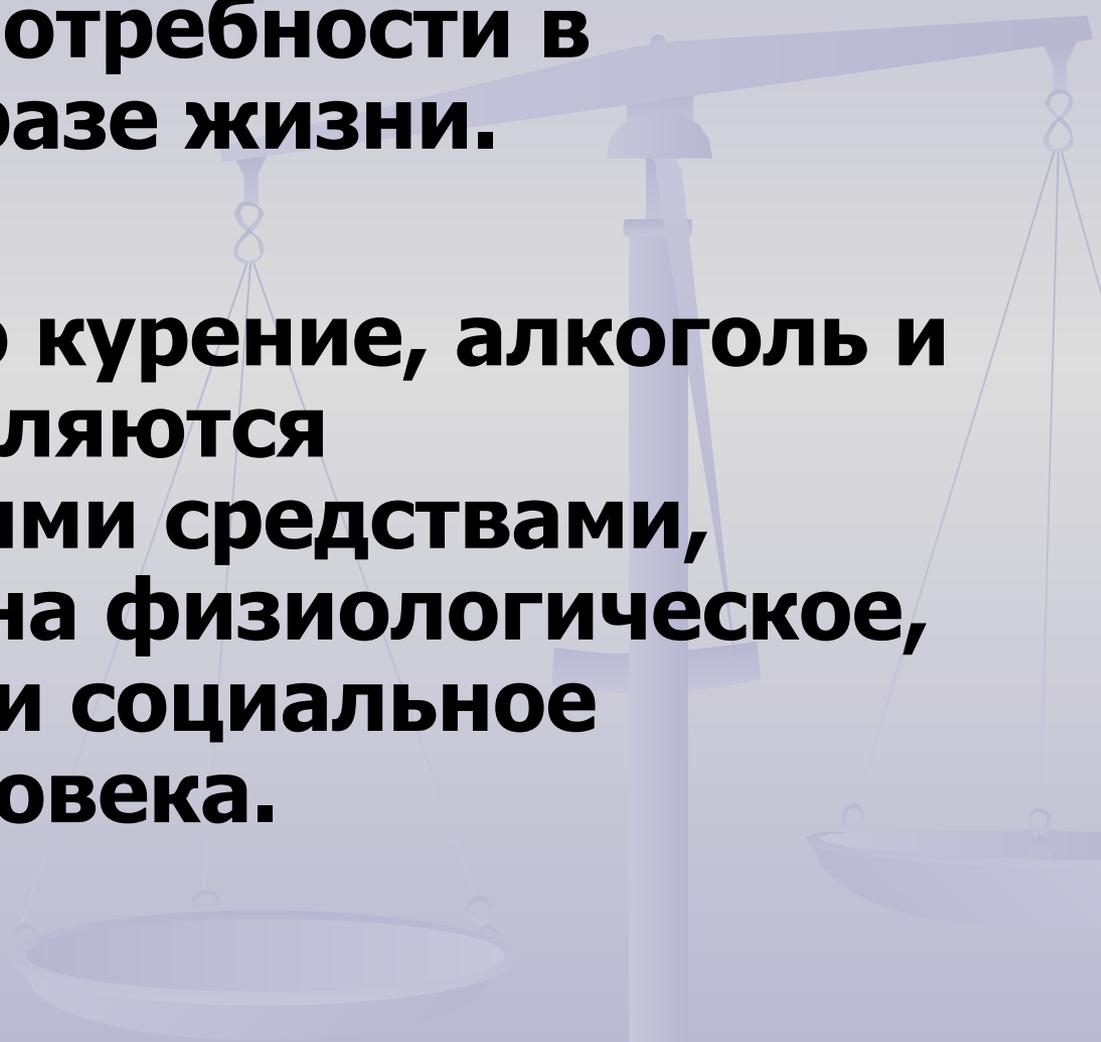


**«Нет – курению,
алкоголю,
наркотикам!»**

(Круглый стол)

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ:

- **Воспитание потребности в здоровом образе жизни.**
 - **Показать, что курение, алкоголь и наркотики являются наркотическими средствами, влияющими на физиологическое, психическое и социальное здоровье человека.**
- 



Тест по теме «Нет курению, алкоголизму и наркотикам»

| | | |
|---|---|---|
| <p>1. Из скольких химических веществ состоит сигаретный дым, включая яды и канцерогенные вещества?</p> <ul style="list-style-type: none">– 300– 4000– 1000– 500 | <p>4. Выберите промежуточный продукт окисления этанола в организме человека.</p> <ul style="list-style-type: none">– этан– метанол– уксусный альдегид– гемоглобин | <p>7. Каковы эффекты от приёма наркотиков?</p> <ul style="list-style-type: none">– временное удовлетворение– эйфория и галлюцинация– устойчивая зависимость– все приведённые эффекты |
| <p>2. Какой из списков содержит только вещества, присутствующие в табачном дыме?</p> <ul style="list-style-type: none">– никотин, оксид углерода (II), аммиак– никотин, глюкоза, акролеин– оксиды азота, пенициллин, смола– сероводород, крахмал, аммиак | <p>5. Какова смертельная доза алкоголя для подростков?</p> <ul style="list-style-type: none">– 1-2 г на 1 кг массы тела– 9-10 г на 1 кг массы тела– 4-5 г на 1 кг массы тела– 6-7 г на 1 кг массы тела | <p>8. Какие вещества могут вызывать зависимость?</p> <ul style="list-style-type: none">– никотин– морфин– героин– все перечисленные |
| <p>3. Во сколько раз увеличивается риск заболевания раком лёгких у выкуривающих 5 сигарет в день?</p> <ul style="list-style-type: none">– в 10 раз– в 4 раза– в 2 раза– в 0 раз | <p>6. Какое воздействие оказывает алкоголь на мозг?</p> <ul style="list-style-type: none">– боль– заряд бодрости веселья– ничего– кладбище нервных клеток, которые не восстанавливаются | <p>9. Последствия употребления наркотиков?</p> <ul style="list-style-type: none">– СПИД, ВИЧ – инфекции– гепатит В, С– смерть– все выше перечисленные |



Курение – одна из вреднейших привычек, разрушающих организм человека.

НИКОТИН – бесцветная маслянистая
жидкость буряющая при контакте с
воздухом.

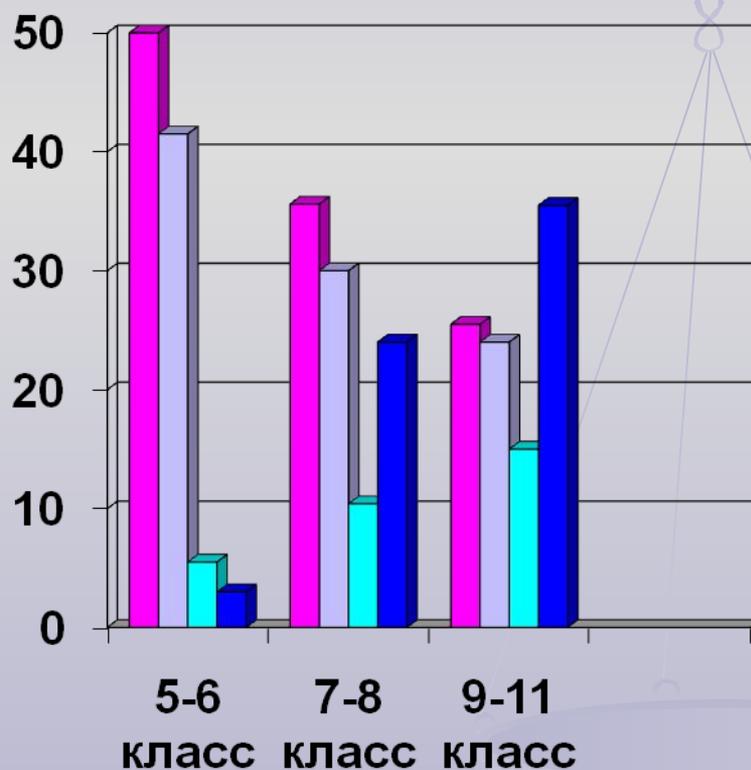


НИКОТИН –
СИЛЬНЕЙШИЙ
ЯД!
40-50 мг
НИКОТИНА –
СМЕРТЬ!



Результаты исследования причин курения у школьников

Процентное соотношение зависимости от причины курения

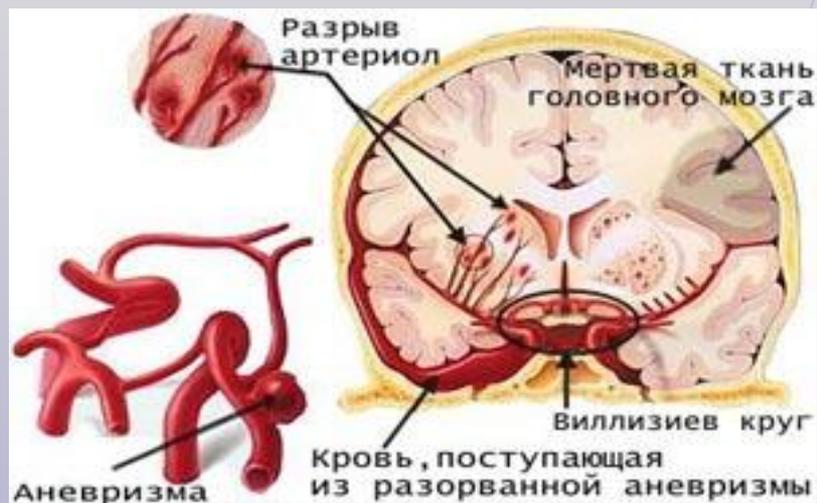
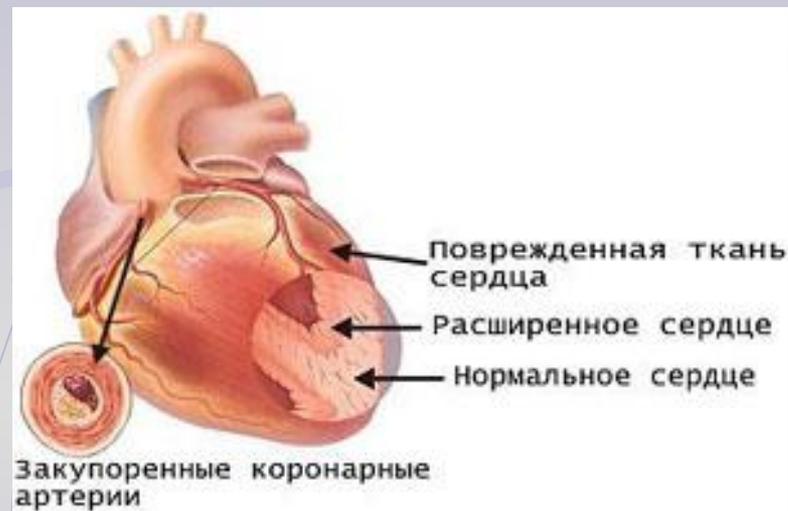


- Подражание другим
- Чувство новизны, интереса
- Желание казаться взрослым
- Точная причина не известна

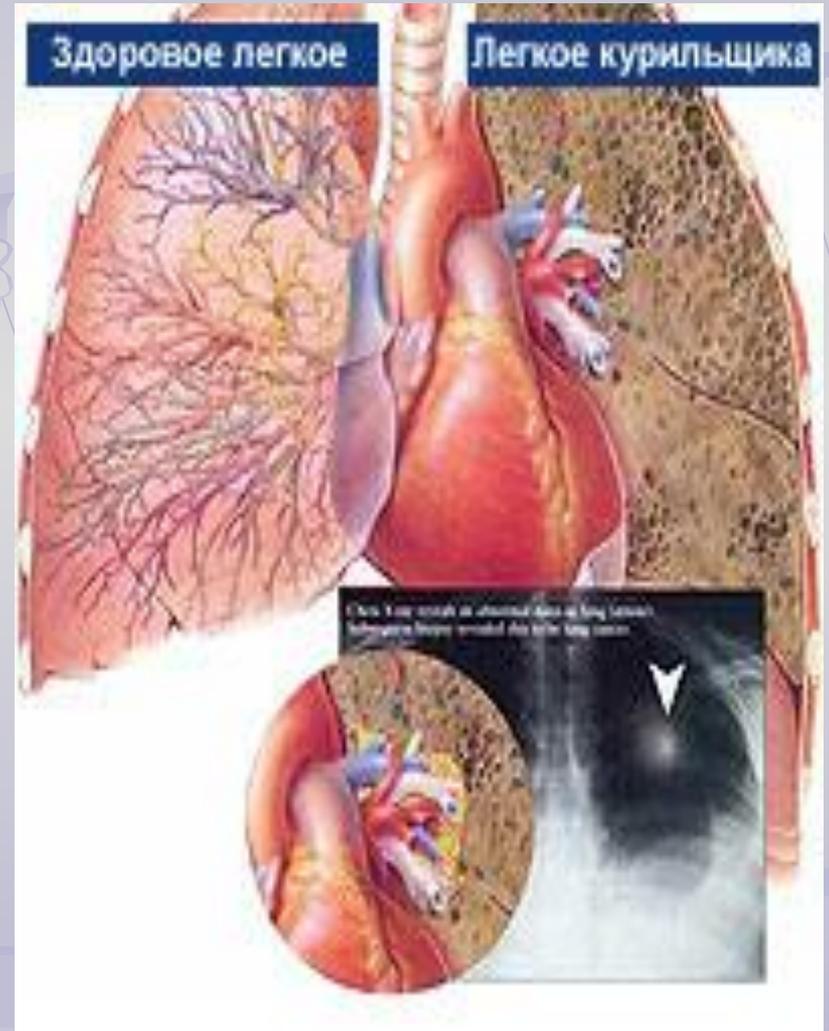
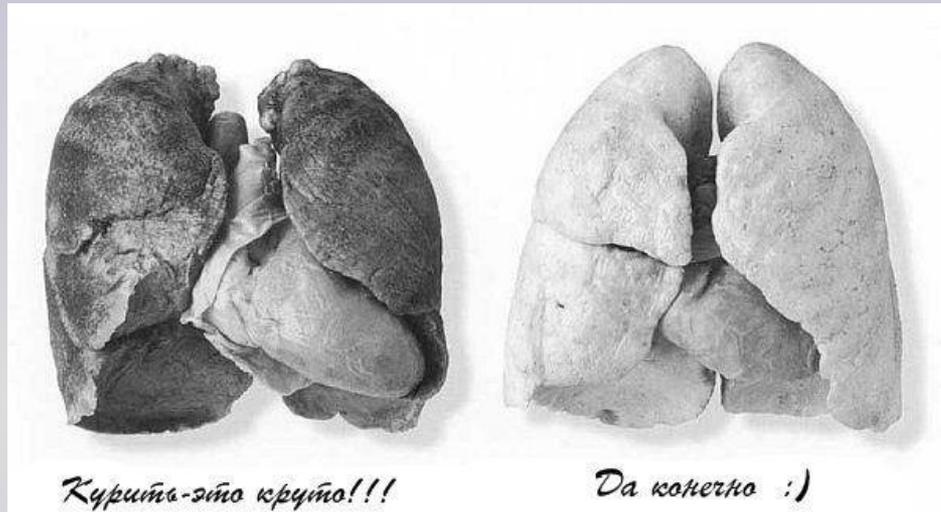
ВНИМАНИЕ !

| Компоненты табачного дыма | Заболевания |
|----------------------------------|--|
| Никотин | Кровеносных сосудов , сердца , лёгких , дыхательных путей , нервной системы , желудочно-кишечного тракта. |
| Радиоактивные компоненты | Раковые заболевания , болезни крови и лёгких. |
| Канцерогенные смолы | Раковые заболевания , повреждение зубной эмали , воспаление слизистых оболочек. |
| Угарный газ | Нарушение дыхания , болезни сердца. |
| Стирол | Нарушение слуха , зрения , нарушение органов осязания и обоняния. |
| Синильная кислота | Болезнь сердца , крови. |

ВЛИЯНИЕ КУРЕНИЯ НА ОРГАНИЗМ ЧЕЛОВЕКА



ВЛИЯНИЕ КУРЕНИЯ НА ЛЁГКИЕ



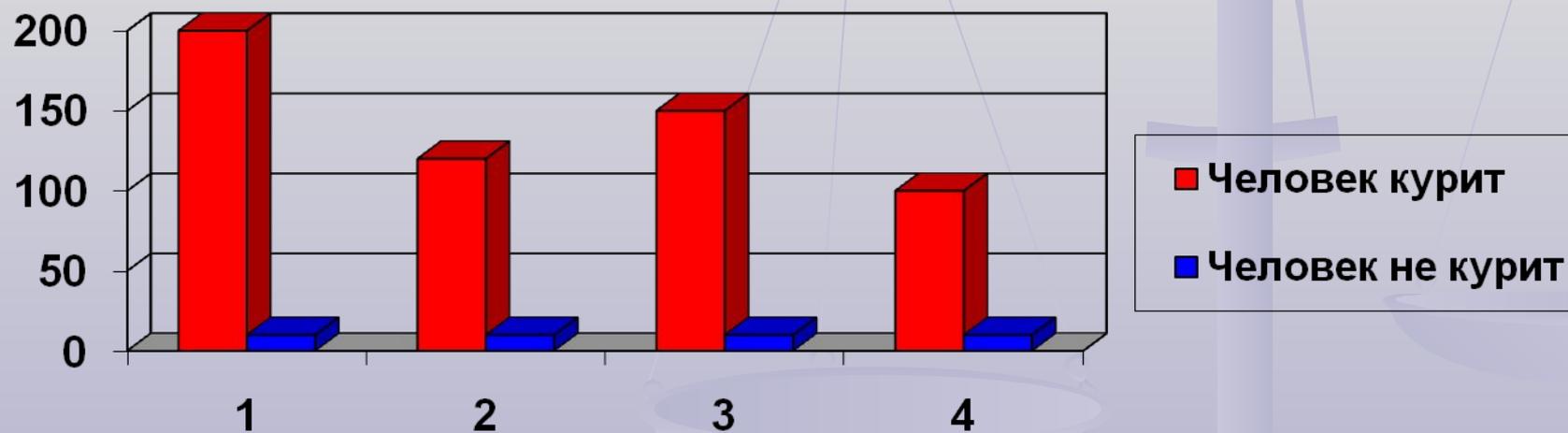
Исследование сигарет на некоторые из веществ.

Анализ показывает , что в **состав табачного дыма** входят: никотин ,оксид углерода (II) , оксид азота (II) и (IV) , сероводород , радиоактивный изотоп полония , тяжёлый металл кадмий. Обесцвечивание раствора перманганата калия свидетельствуют о восстановителей **в табачном дыме** – 11 алкалоидов , раздражающих веществ , ядовитых газов , канцерогенных веществ. **Коричневый осадок и сажа на вате – смолистые вещества.**



Сравнительная диаграмма заболеваний курящих и некурящих людей

- 1 - РАК** (в 20 раз)
- 2 - ИНФАРКТ** (в 12 раз)
- 3 - СТЕНОКАРДИЯ** (в 15 раз)
- 4 - ЯЗВА ЖЕЛУДКА** (в 10 раз)



Курение.

Прочитай и обсуди

Мне 16 лет. Курю уже год. Когда я не курю, мне плохо. Я считаю, что сигарета снимает нервное напряжение. Недавно я начала встречаться с парнем. Он не знает, что я курю. И я боюсь ему об этом сказать.

Хотелось бы узнать, как ребята относятся к курящим девушкам?

(Лена, 16 лет)

Курение.

Прочитай и обсуди

Мне 10 лет. Моя мама, папа и старший брат курят. Опасно ли пассивное курение? Влияет ли пассивное курение на здоровье детей?

(Катя, 10 лет)

Курение.

Прочитай и обсуди

Мне 14 лет. Мои друзья все курят, и я тоже решил попробовать. После первой выкуренной сигареты меня стошнило, в следующий раз – у меня только кружилась голова. К несчастью моя мама почувствовала от меня запах табака и рассердилась. Она вынудила меня дать обещание никогда в жизни этого больше не делать. Но это не легко, когда все друзья курят. Мне кажется, я имею право сделать свой собственный выбор, не так ли?

(Сергей, 14 лет)

Курение.

Прочитай и обсуди

Я и мой друг имеем серьёзные намерения. Мы даже пару раз говорили о том, чтобы пожениться. Нам повезло в том, что мнения во многом совпадают. Но, когда мы заговорили о детях, мы чуть-чуть поспорили. Дело в том, что мы оба курим. Я знаю, что это может нанести вред мне и ребёнку, поэтому я решила бросить, и мой друг меня целиком поддерживает. Однако он считает, что его курение не принесёт вреда никому. Прав ли он?

(Будущая мама)

Алкоголизм – одна из наиболее опасных привычек

«Пьянство – добровольное безумие».

Аристотель

ФОРМУЛА
ЭТИЛОВОГО
СПИРТА –
 C_2H_5OH

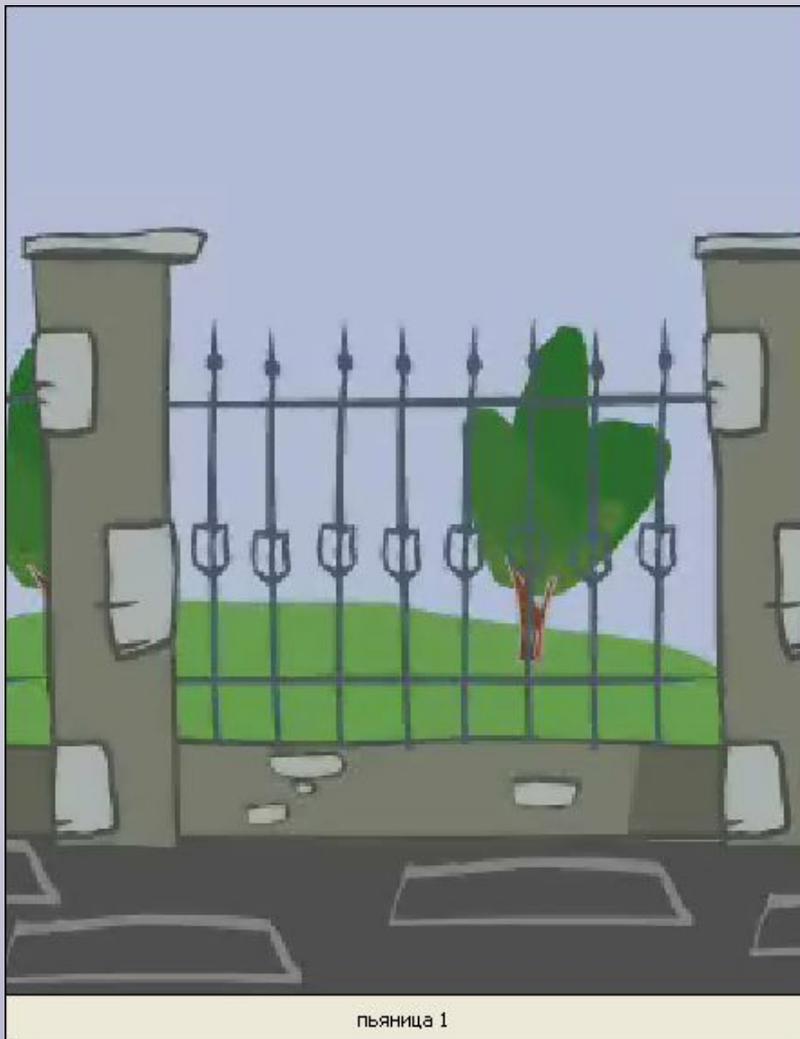


Отрицательное воздействие этанола на организм человека

- затрудняет работу органов (печени, сердца, почек, кишечника)
- накопление перекисных соединений, которые разрушают клеточные мембраны, что ведёт к циррозу печени;
- возникновение мутаций и уродств у эмбрионов;
- оказывает наркотическое действие, разрушает клетки головного мозга, приводит к нарушению белкового, углеводного, жирового и витаминного обмена;
- снижает иммунитет;
- повышает артериальное давление, приводит к дрожанию рук, тела и судорогам;
- снижает пищеварительную способность, повышает жажду, сухость во рту;
- расстройство нервной системы.



Действие этанола на организм человека в зависимости от концентрации в крови



1-2,5%

Психическое расстройство, нарушение равновесия

Действие этанола на организм человека в зависимости от концентрации в крови



2,5-3,5%

*Потеря
психической и
физической
координации*

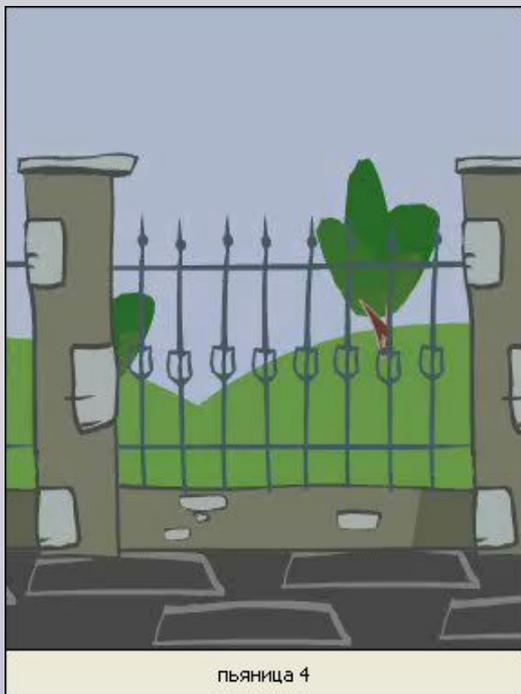
Действие **этаноло** на организм человека в зависимости от концентрации в крови

2,5-4%

Наркотический сон



Действие этанола на организм человека в зависимости от концентрации в крови



> 5-6%

Паралич нервной, кровеносной, дыхательной систем. Смерть.

ВНИМАНИЕ!

| | |
|------------------------------|---------------------------------------|
| 100 г ПИВА | Погибает 3000 клеток мозга |
| 100 г ВИНА | Погибает 5000 клеток мозга |
| 100 г ВОДКИ | Погибает 7500 клеток мозга |
| СИЛЬНОЕ ОПЬЯНЕНИЕ | Погибает 20000 клеток мозга |

АЛКОГОЛИЗМ.

Прочитай и обсуди

При анализе статистических данных о рождаемости и смертности по годам бросается в глаза прямая зависимость между употреблением алкоголя и приростом населения. В последние годы отмечается рост женского, детского алкоголизма. Набирает обороты пивной алкоголизм. И мы молчим. Более того, в фильмах, литературе, рекламе насильственно насаждается образ России пьющей. Меняется душа народа, его менталитет. Теперь цель жизни – получить удовольствие!

Вы согласны? Как вы относитесь к этим проблемам?

(Лидер молодёжной организации)

АЛКОГОЛИЗМ.

Прочитай и обсуди

Последние 4 года наблюдается четкая тенденция к снижению возраста первого «пивопития». Сегодня приобщаются к «продвинутому» напитку сразу по окончании... начальной школы. Именно это беспокоит не только врачей, но и любого здравомыслящего человека. По данным Минздрава РФ, частота употребления алкоголя детьми до 14 лет за последние 5 лет увеличилась почти вдвое.

Как вы считаете, опасно ли пиво организма человека?

(Врач – нарколог)

АЛКОГОЛИЗМ.

Прочитай и обсуди

Многие подростки, в том числе и я, употребляют алкогольные напитки. Я знаю, что 86% молодых людей в возрасте до 17 лет уже их пробовали. Это даёт в буднях, суете, повседневной жизни человеку радость.

Согласны ли вы с автором письма?

(Алексей, 16 лет)

**НАРКОМАНИЯ –
опаснейшая
зависимость от
веществ,
называемых
наркотиками,
приводящая к
ухудшению
здоровья и
смерти !**



Виды наркотической зависимости

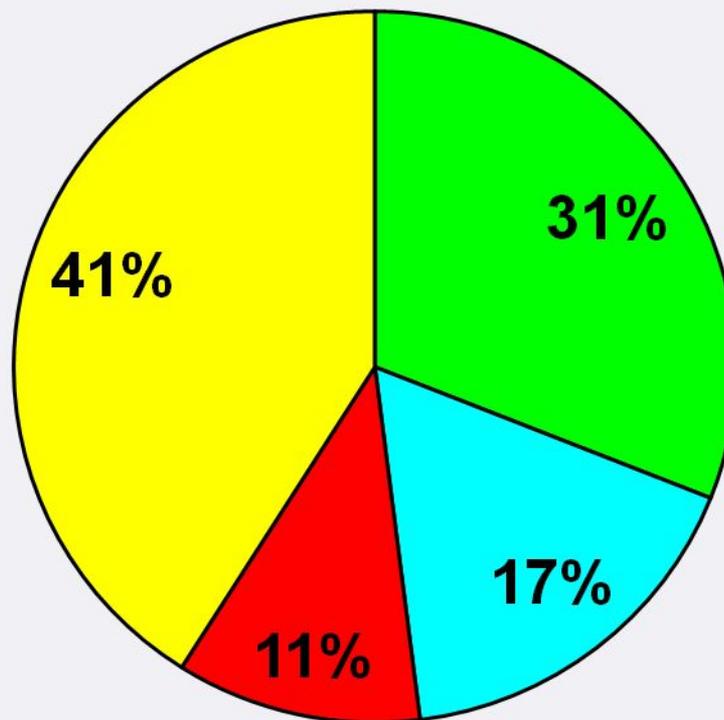
Физическая зависимость включает в себя:

- а)** влечение к наркотику;
- б)** возможность достижения физического комфорта только при наличии наркотического вещества в организме;
- в)** абстинентный синдром.

Психическая зависимость включает в себя:

- а)** непреодолимое влечение к приёму наркотиков;
- б)** возможность достижения психического комфорта только при наличии наркотического вещества в организме.

КАТЕГОРИЯ ЛИЦ, УПОТРЕБЛЯЮЩИХ НАРКОТИКИ



■ Бизнесмены

■ Безработные

■ Студенты и учащиеся

■ Разная категория людей

Последствия употребления наркотиков:



- Поражение нервной системы, головного мозга, внутренних органов
- ВИЧ-инфекции, СПИД
- Гепатит С, В, дельта
- Гормональное нарушение
- Дети рождаются с умственными и физическими отклонениями
- Бесплодие
- Психические расстройства
- Потеря работоспособности
- Деградация личности
- Смерть

ИНФОРМАЦИЯ!

В России
употребляют
наркотики – **3-3,5**
миллионов человек

Возраст детей
попробовавших
наркотики **впервые**
составляет **6 –**
– 17,5 лет

Заражены среди
наркоманов
гепатитом С, В –
– 89% , СПИДом – –
30%

Массовое **приобщение**
к наркотикам –
– 14-16 лет

Доля наркоманов и
пробовавших наркотики
среди подростков и
молодёжи – **44,8%**)

ВНИМАНИЕ!

Наркотики
могут добавлять в
сладости и даже в
жевательные
резинки. Важно с
осторожностью
относится к
предлагаемым вам
«угощениям» и
никогда не брать их
от незнакомых
людей!



Наркотики.

Прочитай и обсуди

По данным различных источников, в нынешней России тенденции роста наркомании ужасающи – количество граждан, употребляющих наркотики, увеличилось за последние 10 лет более чем в 9 раз. Число наркоманов в России, по разным оценкам, оставляет от 3 до 8 млн. человек.

13 – 18 мая 2005 г. аналитический центр Ю . Левады провёл репрезентативный опрос 1600 россиян. Положительный ответ на вопрос «Есть ли среди ваших родных и близких знакомых люди, которые принимают или принимали наркотики без медицинских показаний?» дали в 2005 г. уже 19% по сравнению с 15% в 2003 году. Российское общественное мнение относит наркоманию к числу наиболее острых проблем, стоящих сегодня перед страной.

А как вы относитесь к этой проблеме?

(сотрудник статистического центра)

Наркотики.

Прочитай и обсуди

В новой школе я почувствовала себя совсем чужой в классе, все уже перезнакомились, образовались дружеские кружки. Я же сидела за партой одна, чувствовала, что «своей» меня не признают. А потом подруга привела меня в «клуб». Это было молодёжное кафе типа дискотеки, расположенное в полуподвальном помещении... Была там группа ребят, выглядевших сногшибательно. Когда на следующий вечер я пришла в «клуб», ребята из этой группы принесли большой наргиле. С его помощью курят гашиш. Ребята зажгли табак в чашечке наргиле и пустили по кругу... Влияние этих ребят было для меня чем-то совершенно новым. Они не шумели, не дрались, не хвастались, вели себя совершенно спокойно. Их превосходство заключалось как бы в них самих. И каждого проходящего из своей компании они приветствовали поцелуем... Я стала членом этой группы, хотя ещё не чувствовала себя равноправной, но они были для меня образцом. Я хотела стать такой же, как они. Тем, что мне назойливо втолковывали родители и учителя, я была сыта по горло... Мы принимали друг друга такими, как есть. Группа стала моей семьёй. В ней ощущалась и дружба, и нежность.

(Света, 14 лет)

Наркотики.

Прочитай и обсуди

Беда пришла в нашу семью незаметно. Моя старшая дочь Олечка была тихим домашним ребёнком, хорошо училась, любила музыку, но потом девочку как будто подменили, она стала странной, чужой, отдалилась от меня, перестала замечать маленького брата. В доме стали пропадать деньги, вещи. Я мучилась подозрениями, даже следила за мужем, старалась быть в прихожей, когда приходили друзья сынишки, не верила, что это может быть моя дочь. А потом она стала исчезать на день – другой, на неделю. Я всё поняла. Стала умолять Олечку лечиться, но она то смеялась, то молча отворачивалась от меня. Почти насильно я отвела дочь лечиться.

Что мне делать? В чём моя ошибка?

(Мать 14-ти летней Ольги)

Наркотики.

Прочитай и обсуди

Я знаю, что многие после первого раза мимо наркотика равнодушно не пройдут. Я начал принимать наркотики с 15 и до 25 лет мучился этим. Чего душой кривить, наркотик я попробовал скорее из-за подражания. Захотел красиво жить. Была у меня девушка, и она тоже хотела красиво жить. Девушка впоследствии стала моей женой и матерью моего ребёнка. Даже сына ещё не родившегося, мы не пощадили. Жена принимала отраву до последнего дня беременности... Почему я бросил колоться?

В 21 год я увидел возможность найти сотни увлечений: например: подводное плавание и туризм, спелеологию (изучение пещер) и книги. Особенно книги. Я увидел, что существуют кино и театр, молодёжные кафе. Я стал испытывать жгучую зависть к тем, кто здоров. Все мужики, как мужики, а я – привидение. Да разве можно перечислить все преимущества нормальной жизни?

А как считаете вы?

(Бывший наркоман)

Ответы на тест по теме «Нет курению, алкоголизму и наркотикам»

| | | |
|--|--|--|
| <p>1. Из скольких химических веществ состоит сигаретный дым, включая яды и канцерогенные вещества?</p> <ul style="list-style-type: none">– 300– 4000– 1000– 500 | <p>4. Выберите промежуточный продукт окисления этанола в организме человека.</p> <ul style="list-style-type: none">– этан– метанол– уксусный альдегид– гемоглобин | <p>7. Каковы эффекты от приёма наркотиков?</p> <ul style="list-style-type: none">– временное удовлетворение– эйфория и галлюцинация– устойчивая зависимость– все приведённые эффекты |
| <p>2. Какой из списков содержит только вещества, присутствующие в табачном дыме?</p> <ul style="list-style-type: none">– никотин, оксид углерода (II), аммиак– никотин, глюкоза, акролеин– оксиды азота, пенициллин, смола– сероводород, крахмал, аммиак | <p>5. Какова смертельная доза алкоголя для подростков?</p> <ul style="list-style-type: none">– 1-2 г на 1 кг массы тела– 9-10 г на 1 кг массы тела– 4-5 г на 1 кг массы тела– 6-7 г на 1 кг массы тела | <p>8. Какие вещества могут вызывать зависимость?</p> <ul style="list-style-type: none">– никотин– морфин– героин– все перечисленные |
| <p>3. Во сколько раз увеличивается риск заболевания раком лёгких у выкуривающих 5 сигарет в день?</p> <ul style="list-style-type: none">– в 10 раз– в 4 раза– в 2 раза– в 0 раз | <p>6. Какое воздействие оказывает алкоголь на мозг?</p> <ul style="list-style-type: none">– боль– заряд бодрости веселья– ничего– кладбище нервных клеток, которые не восстанавливаются | <p>9. Последствия употребления наркотиков?</p> <ul style="list-style-type: none">– СПИД, ВИЧ – инфекции– гепатит В, С– смерть– все выше перечисленные |

ЗАПОМНИТЕ!

1. **Табак содержит множество токсичных веществ**
2. **Никотин, присутствующий в табаке, - одно из самых ядовитых веществ**
3. **Организм человека быстро привыкает к никотину, поэтому лучше не начинать курить вообще**
4. **Курение вызывает множество заболеваний (рак, сердечно – сосудистые заболевания)**



ЗАПОМНИТЕ!

1. Чрезмерное употребление алкоголя приводит к зависимости, известной как **алкоголизм**
2. Алкоголизм – заболевание, которое **поражает организм человека** и приводит к болезни и даже **смерти** в результате **нарушения работы печени**
3. Алкоголизм может привести к очень серьёзным **проблемам в семье, в обществе**
4. Необходимо **избегать употребления алкоголя**, поскольку очень трудно преодолеть эту привычку
5. Лекарства несовместимые с алкоголем



ЗАПОМНИТЕ!

1. Приём наркотиков быстро приводит к **наркозависимости**
2. Наркотики могут вызывать **психическую зависимость**, приводящую к увеличению дозы, и **физическую зависимость**, которая проявляется в симптомах «ломки» при отсутствии наркотика
3. Употребление наркотиков ведёт к постепенному **разрушению организма**
4. Избавиться от наркозависимости чрезвычайно трудно, поэтому **необходимо** вообще **избегать приёма наркотиков**



Автор проектной работы «Нет курению, алкоголю, никотину» - Курбатова Н.В. (учитель химии)

Список использованной литературы:

- Курганский С.М.** Внеклассная работа по химии: Москва, 2006 год.
- Гун Г.Е.** Растим здорового ребёнка: Санкт-Петербург, Издательский Дом «Нева», 2004 год.
- Сизанов А.Н., Хрипович В.А.** Модульный курс профилактики курения. Школа без табака. 5 – 11 классы, ПТУ: Москва, издательство «ВАКО», 2004 год.
- Сгибнева Е.П., Солдатова Т.Б.** Классные часы в 10 – 11 классах (серия «Сердце отдаю детям»), Ростов-на-Дону, издательство «Феникс», 2003 год.
- Дик Н.Ф.** Лучшие классные часы для выпускников школ и лицеев (серия «Сердце отдаю детям»), Ростов-на-Дону, издательство «Феникс», 2007 год.