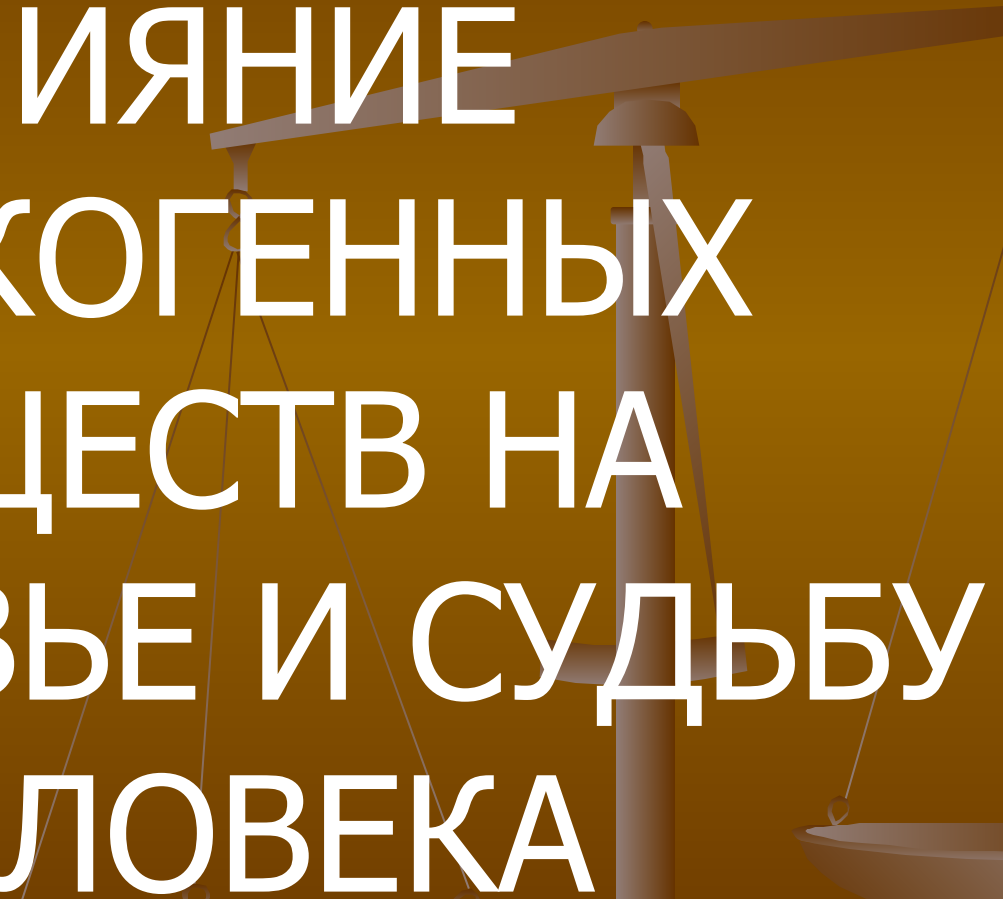


ТЕМА УРОКА

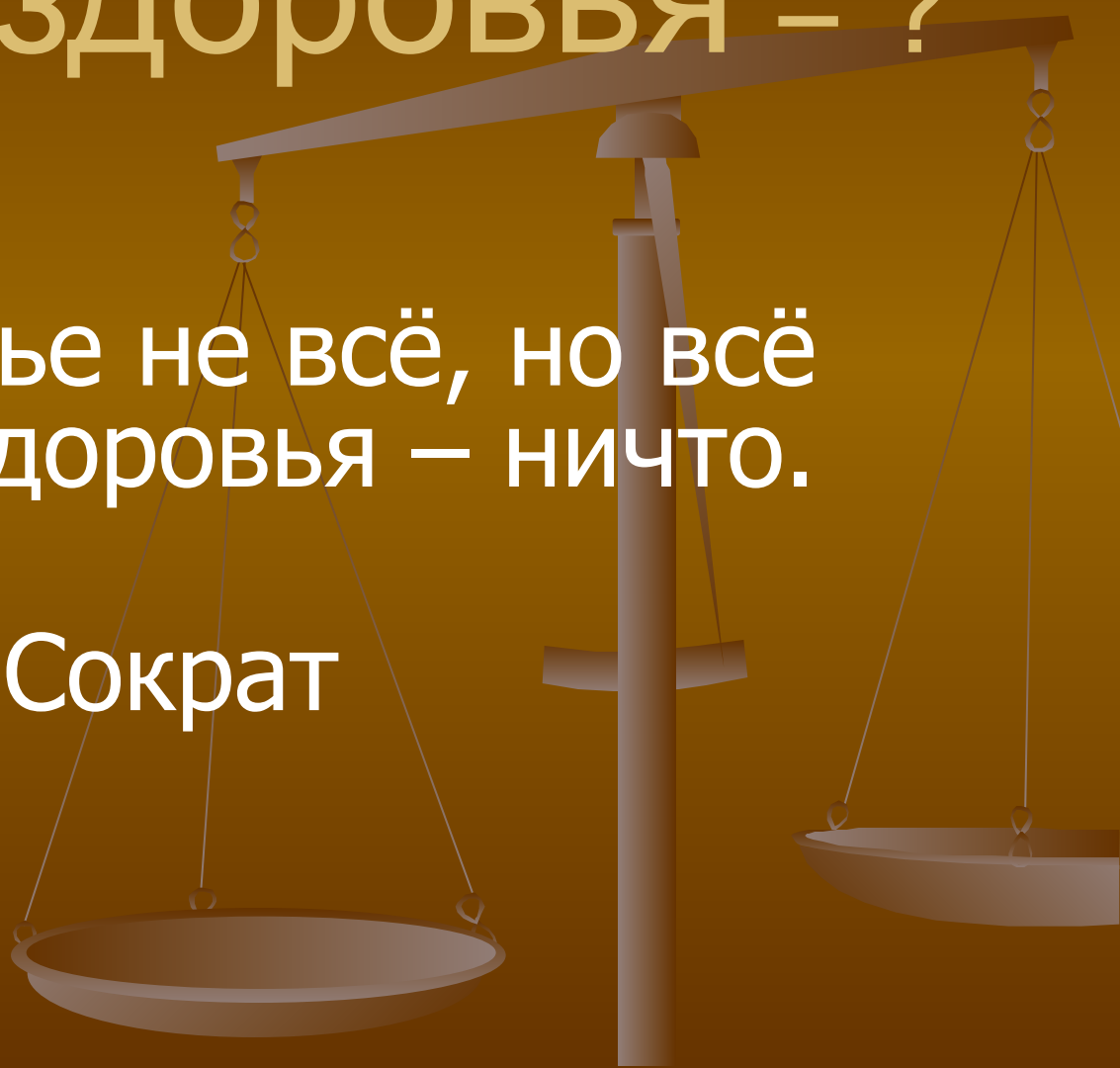
ВЛИЯНИЕ
НАРКОГЕННЫХ
ВЕЩЕСТВ НА
ЗДОРОВЬЕ И СУДЬБУ
ЧЕЛОВЕКА



Формула ЗДОРОВЬЯ = ?

Здоровье не всё, но всё
без здоровья – ничто.

Сократ



Девиз жизни

До здо сам вье

то ло

век! жет

смо быть

ро че лько

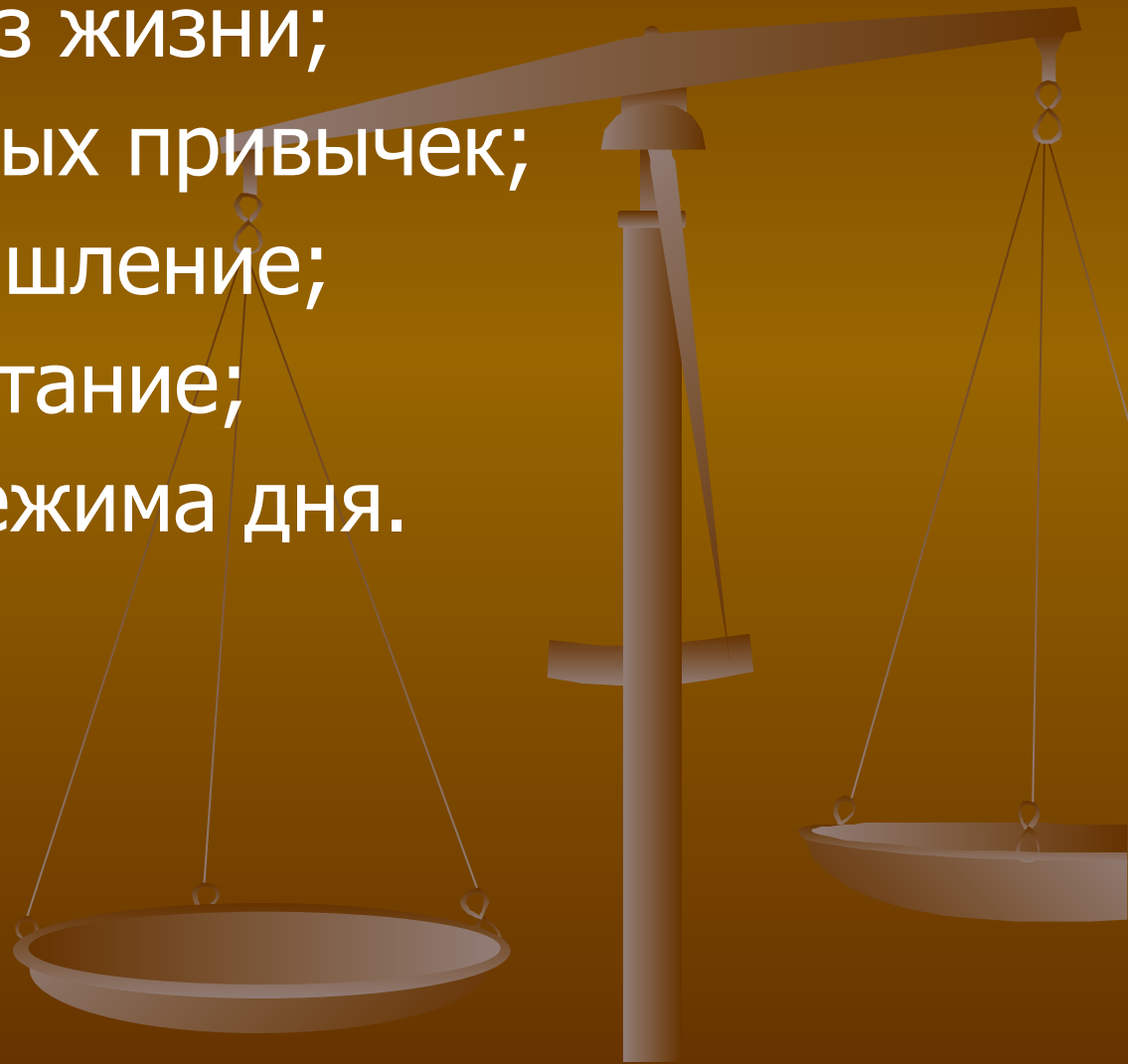
The diagram consists of a grid of words with lines connecting them. The words are arranged in four rows. The first row contains 'До', 'здо', 'сам', and 'вье'. The second row contains 'то' and 'ло'. The third row contains 'век!' and 'жет'. The fourth row contains 'смо', 'быть', 'ро', 'че', and 'лько'. Lines connect 'До' to 'ло', 'то', 'вет', and 'лько'. 'здо' connects to 'вет', 'ло', and 'лько'. 'сам' connects to 'вет', 'ло', and 'лько'. 'вье' connects to 'вет', 'ло', and 'лько'. 'то' connects to 'вет', 'ло', and 'лько'. 'век!' connects to 'вет', 'ло', and 'лько'. 'смо' connects to 'вет', 'ло', and 'лько'. 'ро' connects to 'вет', 'ло', and 'лько'. 'че' connects to 'вет', 'ло', and 'лько'. 'лько' connects to 'вет', 'ло', and 'лько'.

Здоровье сможет
добыть только сам
человек!



Составляющие здоровья:

- Активный образ жизни;
- Отказ от вредных привычек;
- Позитивное мышление;
- Правильное питание;
- Соблюдение режима дня.



Здоровье



20% - природа

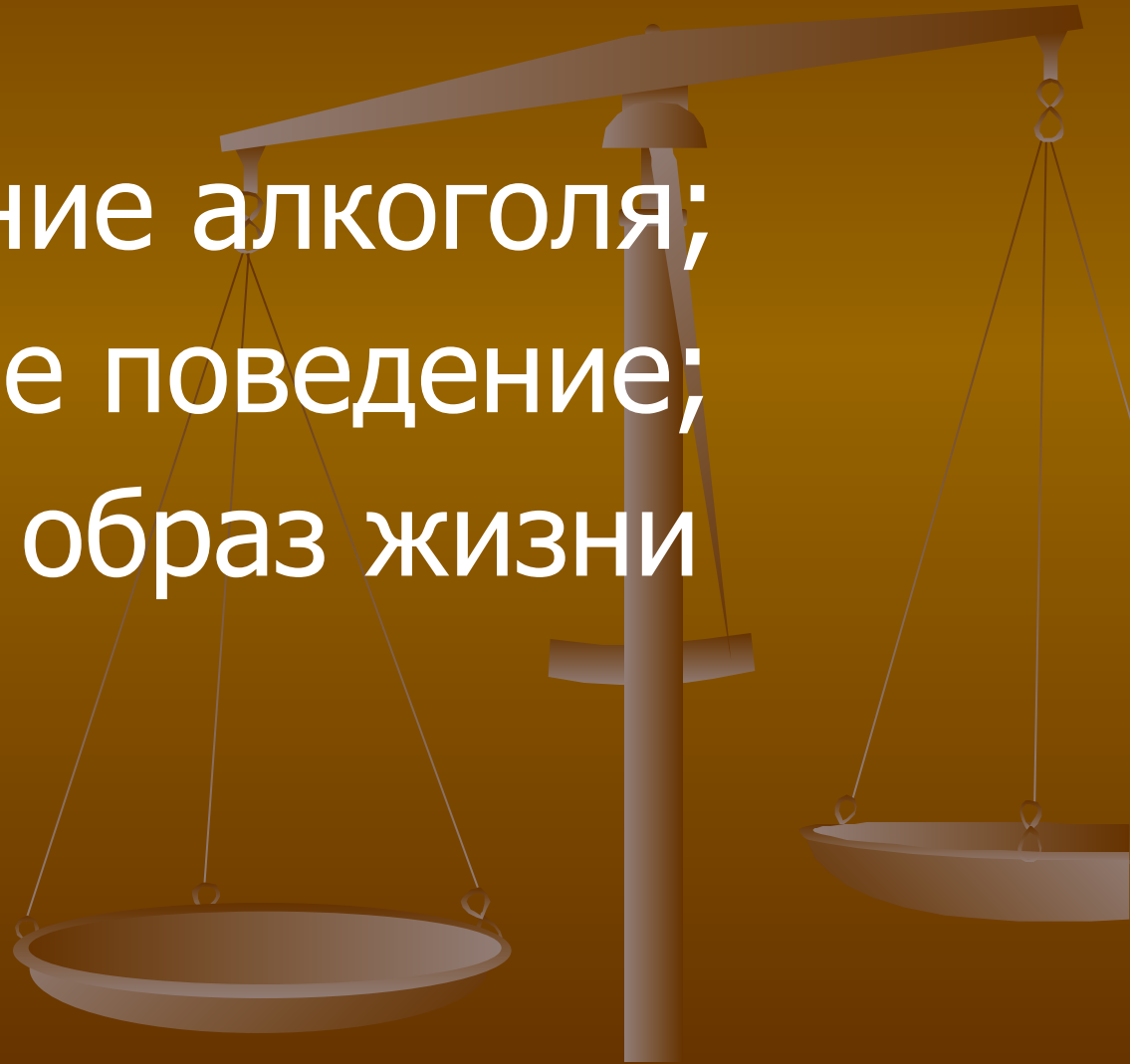
20% - наследственность

10% - медицина

50% - образ жизни

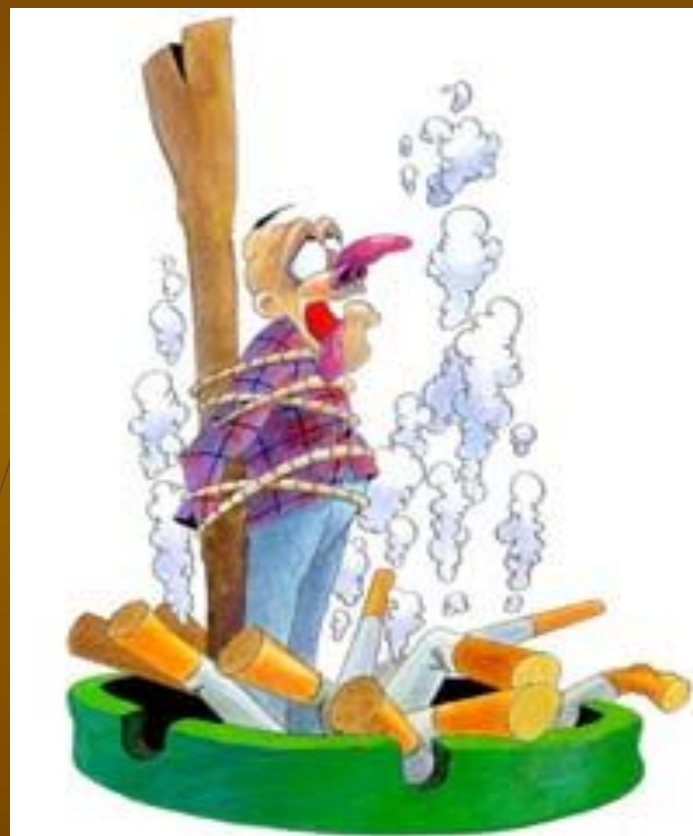
Факторы, зависящие от воли человека:

- ✉ курение;
- ✉ употребление алкоголя;
- ✉ агрессивное поведение;
- пассивный образ жизни



Что здесь зашифровано?

- Акшлеь
- Дьокша
- Неболиз асдцер
- Саргтит
- Акр егликх
- Яарння мресть
- Ваилднеетиось
- Ракисе
- ыщормин



Последствия курения:

- Кашель
- Одышка
- Болезни сердца
- Гастрит
- Рак легких
- Инвалидность
- Кариес
- морщины



Пассивное курение



Сердце курильщика

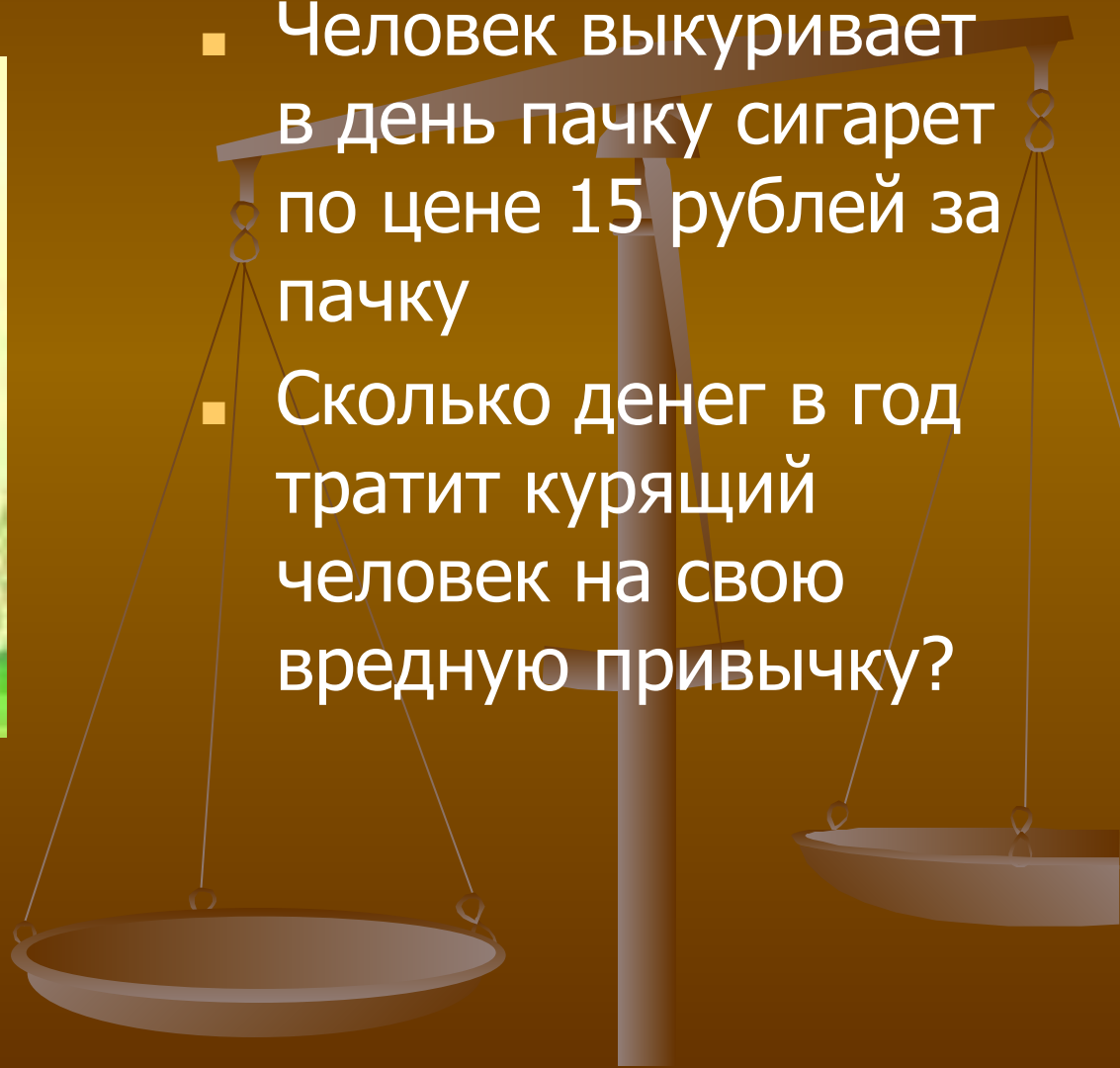


- Сердце нормально тренированного человека бьется с частотой 70 ударов в минуту
- Сердце курящего вынуждено делать на 5-10 ударов в минуту больше
- Сколько дополнительных ударов придется сделать сердцу курящего за сутки?

Стоимость никотина

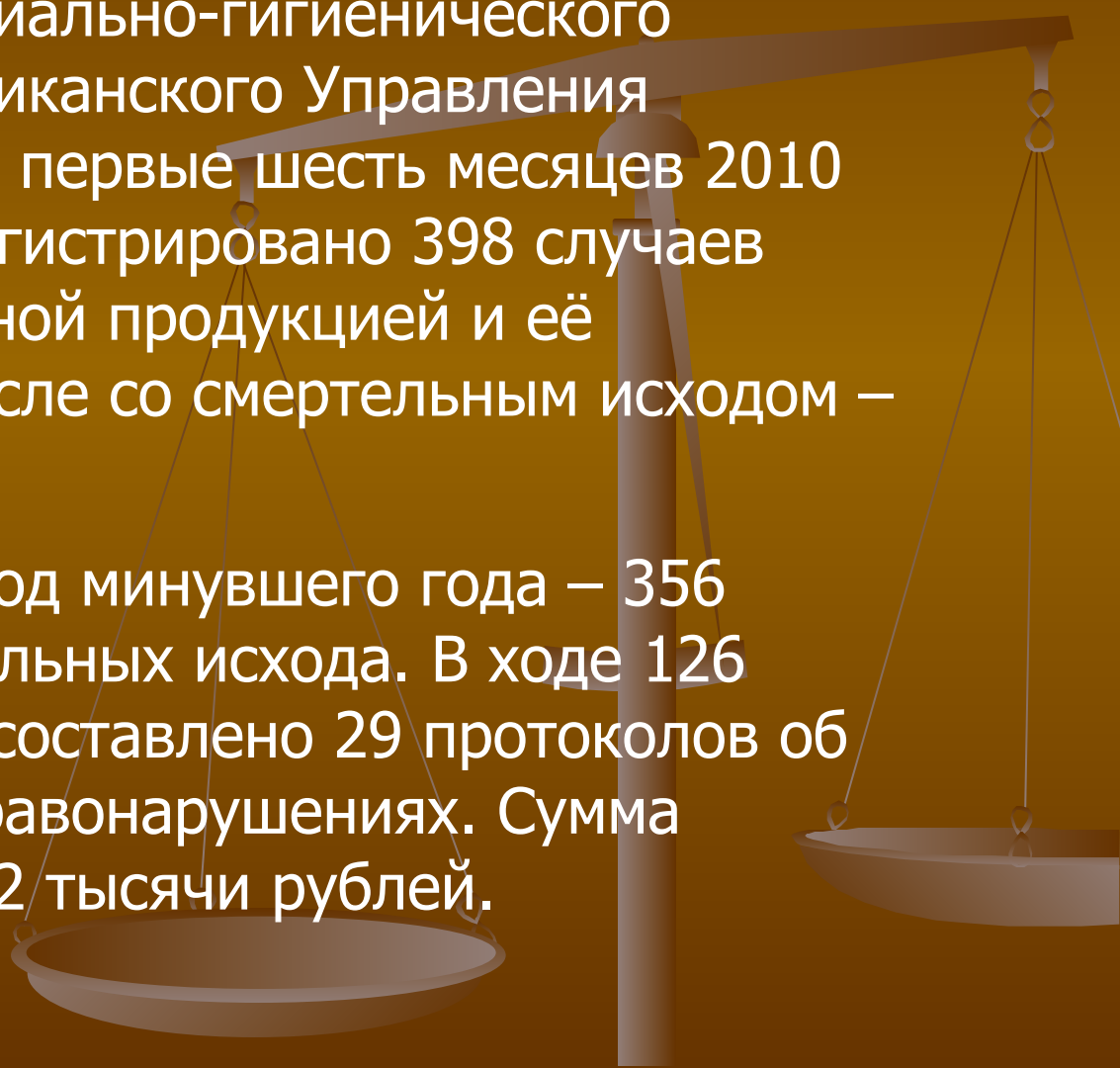


- Человек выкуривает в день пачку сигарет по цене 15 рублей за пачку
- Сколько денег в год тратит курящий человек на свою вредную привычку?



Алкогольный суррогат убивает жителей РМЭ

- Согласно данным социально-гигиенического мониторинга республиканского Управления Роспотребнадзора, за первые шесть месяцев 2010 года в Марий Эл зарегистрировано 398 случаев отравления алкогольной продукцией и её суррогатами, в том числе со смертельным исходом – 197.
- За аналогичный период минувшего года – 356 отравлений, 164 летальных исхода. В ходе 126 надзорных проверок составлено 29 протоколов об административных правонарушениях. Сумма штрафов составила 72 тысячи рублей.



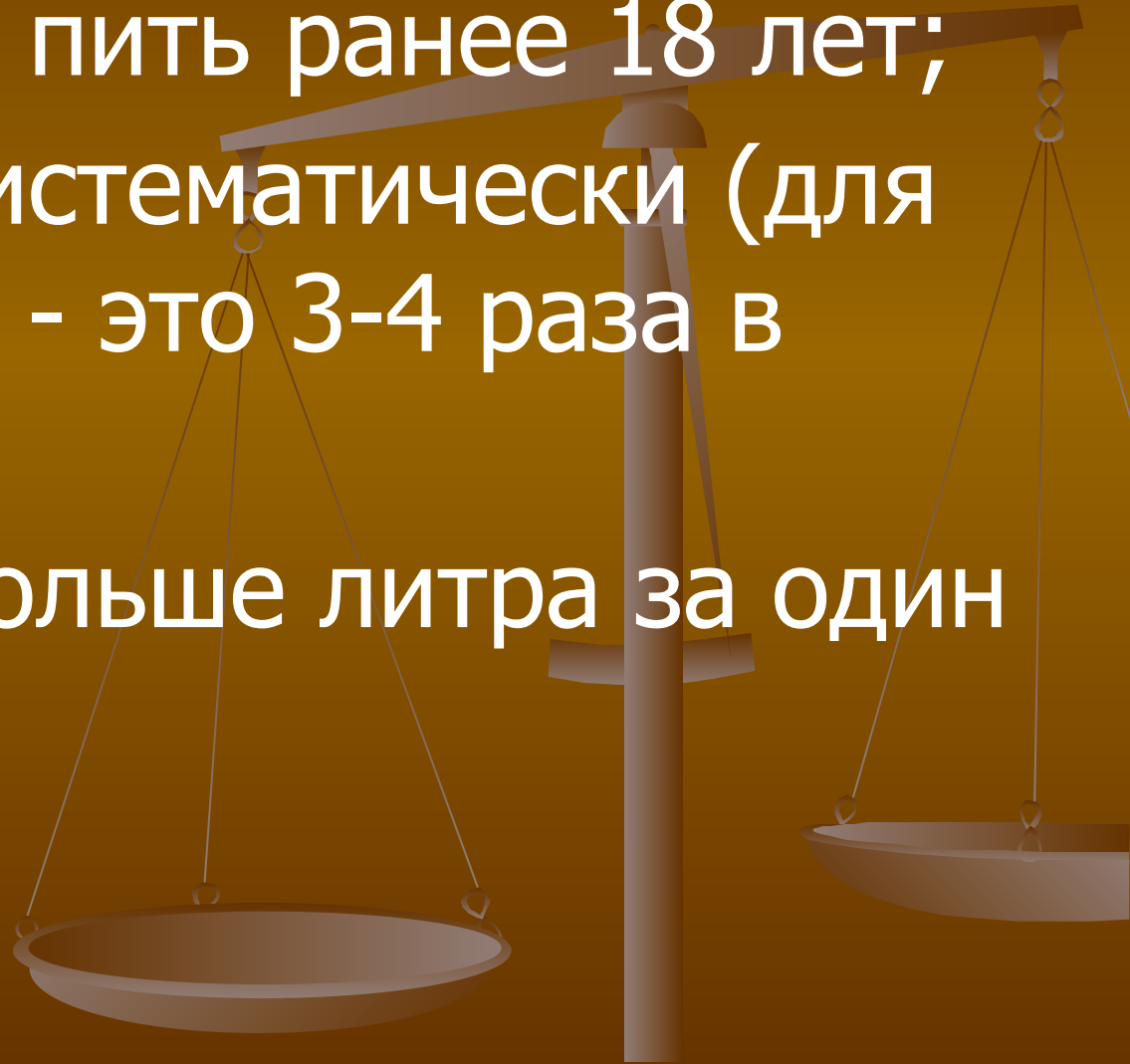
Вредно ли пиво?

- За последние годы содержание алкоголя в пиве достигает 12%;
- По скорости привыкания, пивной алкоголизм развивается в 3-4 раза быстрее водочного.



Злоупотребление пивом ведет к алкоголизму:

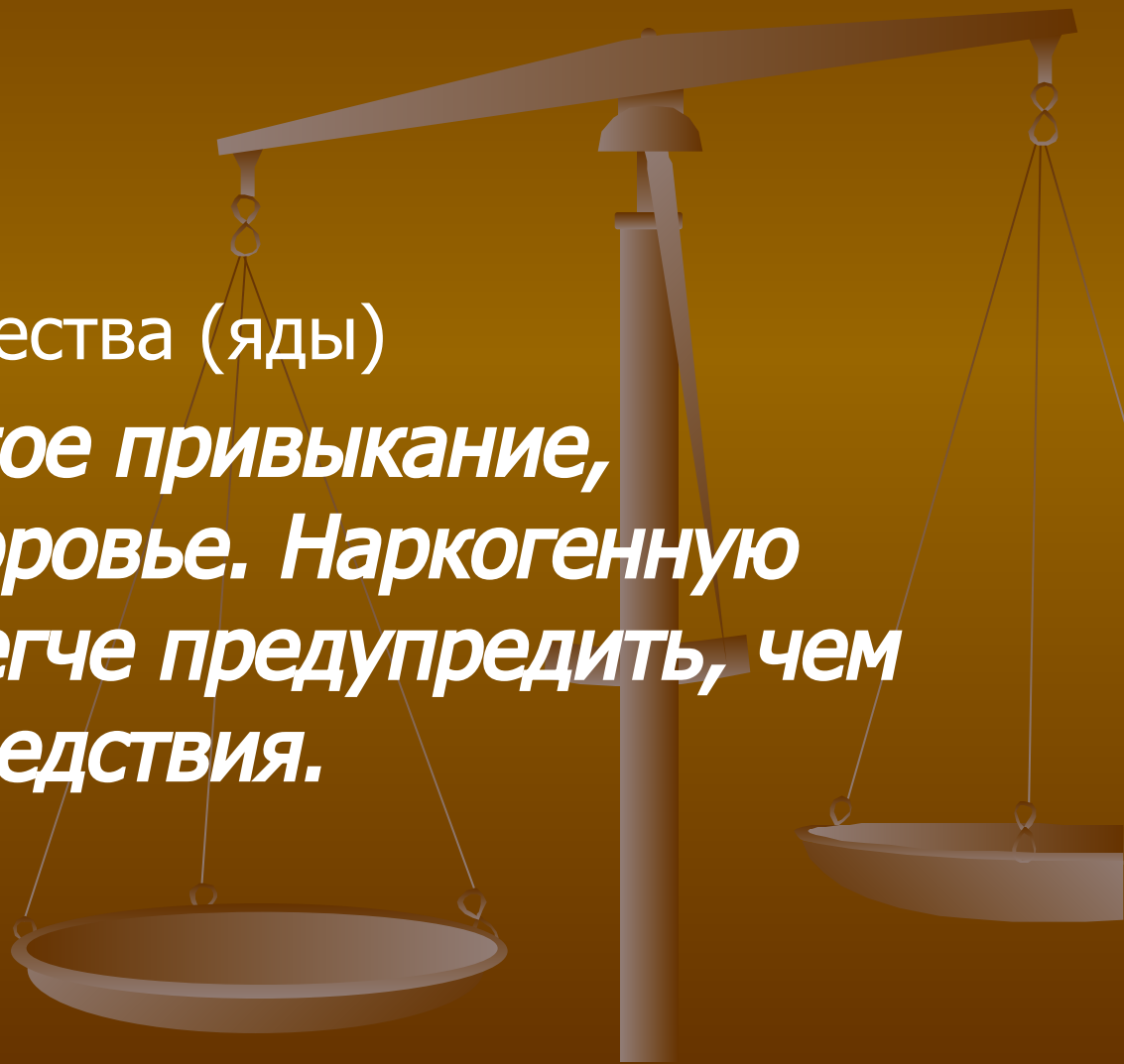
- Если начать пить ранее 18 лет;
- Если пить систематически (для подростков - это 3-4 раза в месяц);
- Если пить больше литра за один раз.



Наркогенные вещества

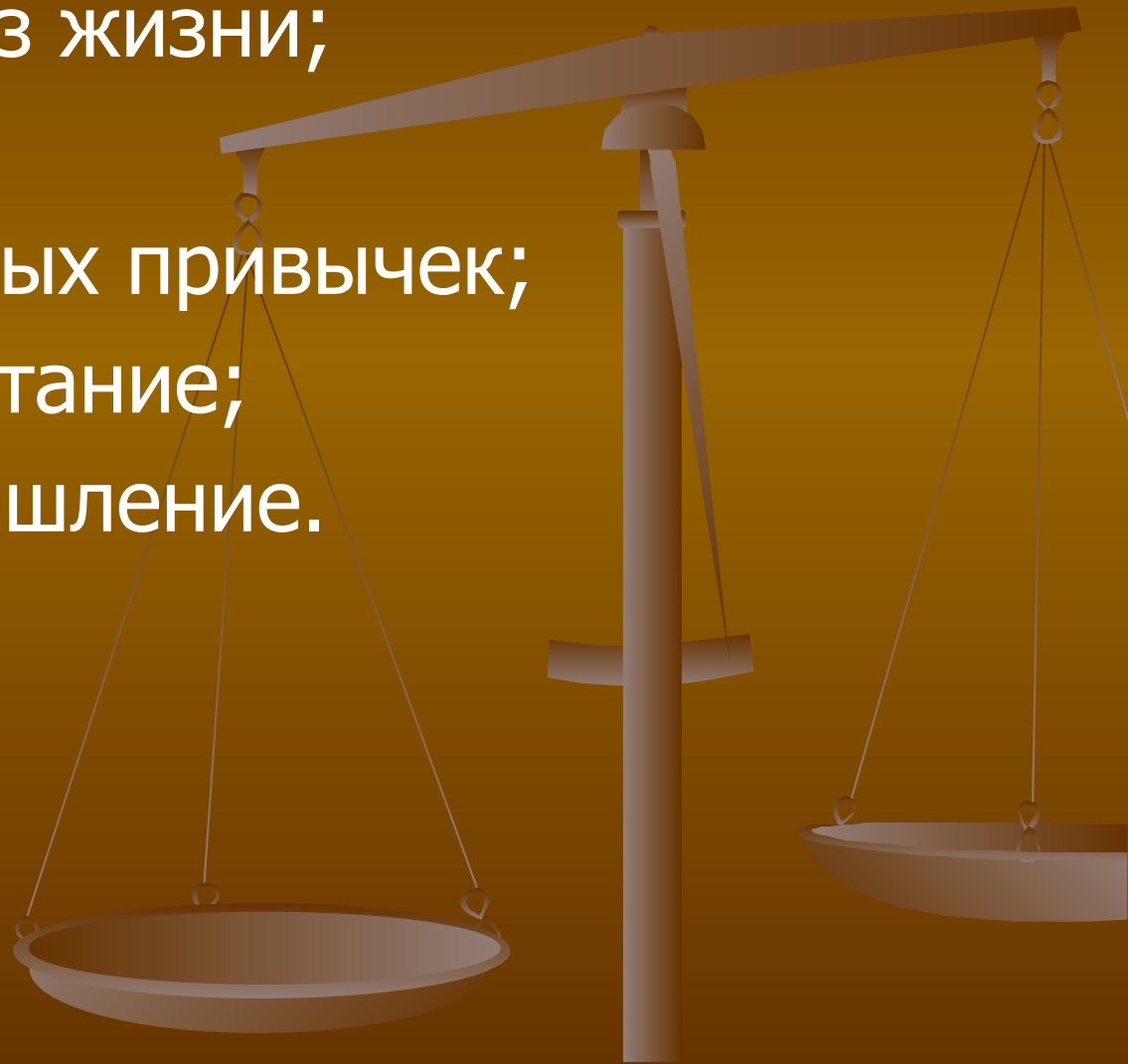
- Никотин
- Алкоголь
- Наркотики
- Токсические вещества (яды)

Вызывают легкое привыкание, подрывают здоровье. Наркогенную зависимость легче предупредить, чем лечить ее последствия.



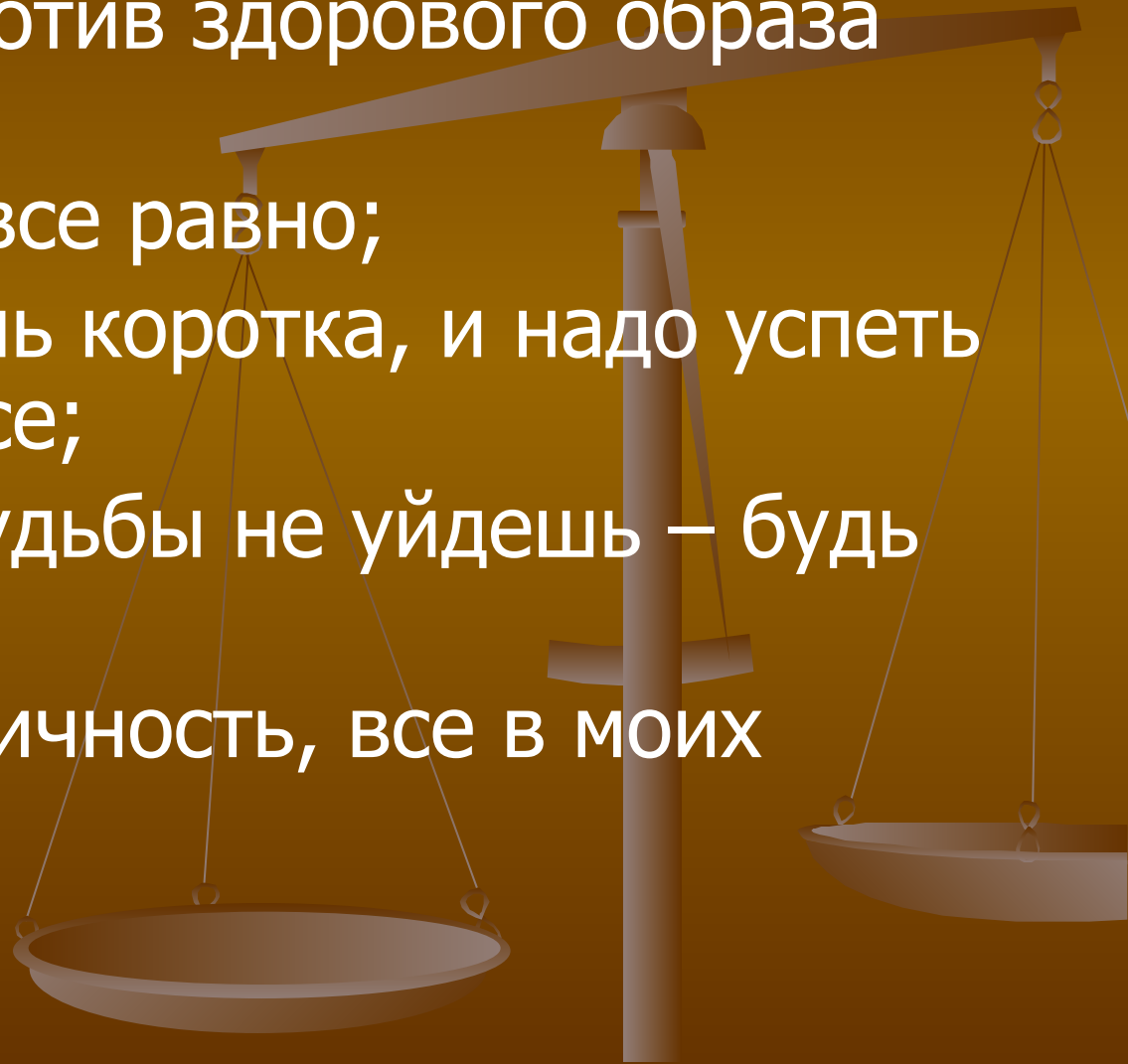
Формула здоровья = ?

- ✉ Активный образ жизни;
- ✉ Режим дня;
- ✉ Отказ от вредных привычек;
- ✉ Правильное питание;
- ✉ Позитивное мышление.



Сделай свой выбор!

- Красная – я против здорового образа жизни;
- Желтая – мне все равно;
- Розовая – жизнь коротка, и надо успеть попробовать все;
- Голубая – от судьбы не уйдешь – будь что будет;
- Зеленая – я – личность, все в моих руках!



знания



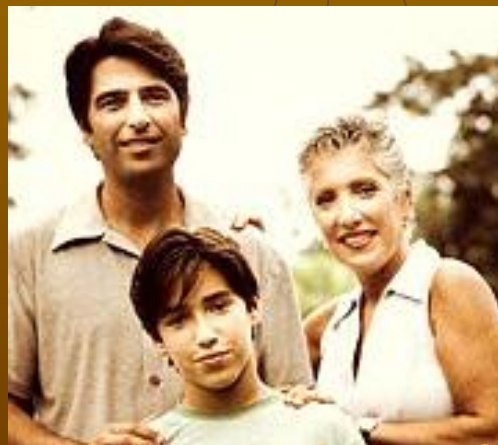
творчество



Мы выбираем



спорт



понимание



общение

Домашнее задание

1. параграф 66 (для чтения)
2. выполнить тест
3. решить задачу
4. заполнить таблицу « Наркогенные вещества»

Название наркогенного вещества	Особенности воздействия на организм	Последствия воздействия на организм