



# Математика за здоровый образ жизни!

**Подготовила :**  
**учитель математики**  
**МКОУ «Терновская ООШ»**  
**Очнева В.Г.**



**Всемирная  
организация  
здравоохранения  
(ВОЗ) выдвинула  
тезис:  
«Право некурящих  
на чистый воздух  
выше права  
курящего на  
курение».**

# **Знает каждый человек, что куренье – это вред!**

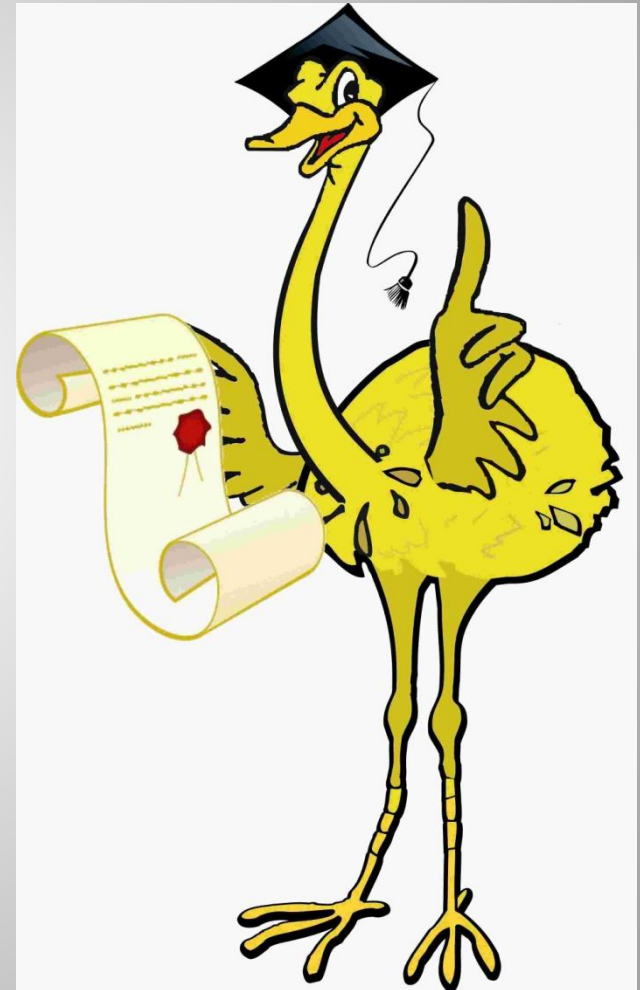
**На сегодняшний день 1,3 миллиарда населения нашей планеты находится в зависимости от табака.**

**7000000 человек ежегодно добровольно отправляют себя на кладбище таким достаточно изощрённым способом.**

**98,96 % всех больных раком лёгких в мире – курильщики со стажем от пяти лет и выше.**

# ● По мнению медиков:

- 1 пачка сигарет сокращает жизнь на 5 часов;
- Кто курит один год, теряет 3 месяца жизни;
- Кто курит 4 года – теряет один год жизни;
- Кто курит 20 лет – 5 лет;
- Кто курит 40 лет – 10 лет.



# **Знаете ли вы, что:**

- **Курящие ежегодно «выкуривают» в атмосферу 720 тонн синильной кислоты, 384000 тонны аммиака, 108000 тонн никотина, 600000 тонн дегтя и более 55000 тонн угарного газа и других составных частей табачного дыма.**
- **Общая масса окурков за год 2 520 000 тонн. Это 504000 грузовых машин грузоподъемностью 5тонн**

# Попробуйте определить

**процентное содержание самых  
ядовитых веществ – синильной кислоты,  
табачного дёгтя, окиси углерода,  
полония в одной сигарете,  
если никотина 2%, а синильная кислота  
составляет  $\frac{1}{2}$  часть никотина,  
табачного дёгтя в 7,5 раза больше,  
чем никотина. Окись углерод  
составляет  $\frac{3}{5}$  от количества  
табачного дёгтя, полоний -  $\frac{2}{3}$   
от количества окиси углерода.**



# Определите

**Сколько курящих детей в школе если в ней мальчиков 40, девочек 50 . Статистика показывает, что курящих подростков мальчиков 20%, а девочек 2%.**





# А вы хотите присоединиться к ним?

Среднее арифметическое двух чисел равно 36,5. Если большее уменьшить в 7 раз, а меньшее уменьшить в 5 раз, то их разность будет равна 7.

Найдите эти числа и узнайте, какое количество **мужчин** и **женщин** из каждых 100 в России курят.





# Определи нагрузку на 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 делать сердцу курильщика за сутки?**



# Определите среднюю продолжительность жизни в России...

**если продолжительность жизни людей, начинающих курить с детства, равна 47,6 лет, а курящие дети сокращают жизнь на 15%.**



# Сколько минут жизни забирает одна сигарета?

- Одно число в два раза больше другого. Если большее из этих чисел умножить на два, а меньшее умножить на четыре, то их сумма будет равна 48. Найдите эти числа. Меньшее из них покажет вам, сколько минут жизни забирает одна сигарета.



# Средний вес новорожденного ребенка 3 кг 300 г.

Если у ребенка отец курит, то его вес будет меньше среднего на 125 г, если курит мать – меньше на 300 г.

Определите, сколько грамм теряет в весе новорожденный, если: а) курит папа; б) курит мама; в) курят и папа и мама?



# Что происходит с артериями?

После курения происходит уменьшение диаметра мельчайших артерий на 30 %.  
Насколько микрон уменьшился диаметр артерии, если он был равен 20 микронам? Чему он стал равен?



# Доход семьи...

**Определите, сколько процентов своего годового дохода тратит на сигареты человек, выкуривающий одну пачку в сутки, если пачка сигарет стоит 25 рублей, ежемесячная зарплата 12000 рублей, в месяце 30 дней.**



# А за рубежом...



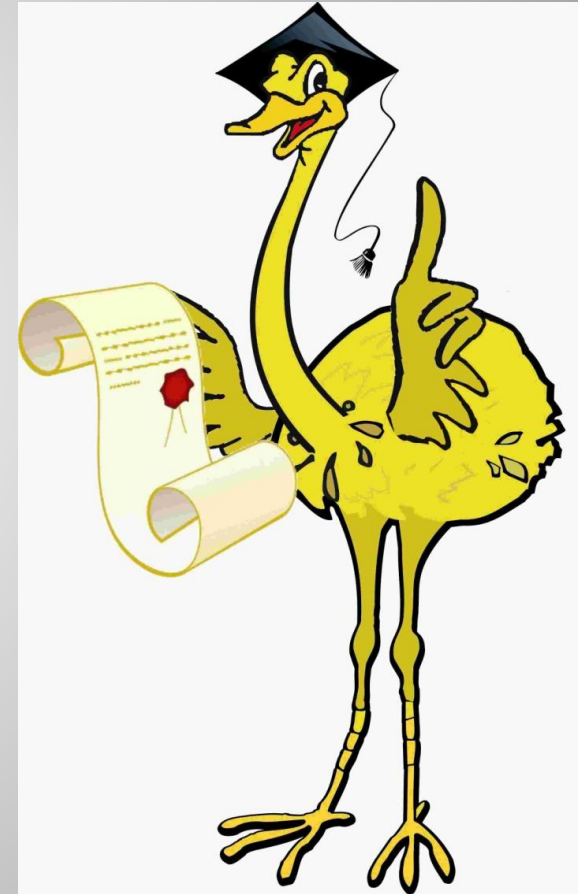
**Некоторые зарубежные фирмы за одну и ту же работу курильщикам устанавливают заработную плату на 15 % ниже, чем некурящим. Средняя заработная плата - 340 \$ в месяц. На сколько меньше получит курящий?**



# Мои аргументы против курения

**Курение разрушает организм**

- **Курение приводит к неизлечимым болезням**
- **Курение снижает физическую активность**
- **Курение портит цвет кожи**
- **Курение уменьшает доход семьи**
- **Никотин забирает свободу, человек становится его рабом.**



# Запомни:



Человек не слаб,  
Рождён свободным. Он не  
раб.

Сегодня вечером, как  
ляжешь спать,  
Ты должен так себе сказать:  
Я выбрал сам себе дорогу к  
свету

И, презирая сигарету,  
Не стану ни за что курить.  
Я – Человек! Я должен  
жить!.

# Если ты хочешь:

- сохранить свое здоровье;
- состояться в жизни как личность;
- выглядеть молодо и привлекательно;
- всегда быть в хорошей спортивной форме;
- быть самостоятельным человеком;
- не быть рабом вредной привычки.

## Не допусти,

чтобы табак помешал тебе реализовать свои возможности.  
Ведь твой выбор – никогда не начинать!

- Мы - молодежь двадцать первого века,  
В наших руках судьба человека.  
Против курения мы -  
Лучшие девчонки и пацаны!





**Возьми себя в руки и волю в кулак,  
Запомни навеки: куренье - твой  
враг.**



# Курение и спорт - несовместимы

**Спорт и крепкое  
здоровье  
взаимосвязаны.  
Людам  
физического  
труда и  
спортсменам,  
особенно на  
соревнованиях,  
нельзя курить,  
т.к. после курения  
через 10-15  
минут мышечная  
сила снижается  
на 15 %.**





Хоть ты лопни, хоть ты тресни,  
Здоровый образ жизни- на первом месте.







Сигареты всем вредны,  
И они нам не нужны,  
Мы здоровье выбираем,  
Да и вам того желаем.





Я активно отдыхаю  
И здоровье укрепляю,  
Ни на что не сетую,  
Что и вам советую.



**В чем же смысл?**

**- ЭТО ВАЖНО -**

**-А не курить!  
Надо жизнью  
дорожить!  
И тогда здоровье  
каждый может  
крепким сохранить!**





**Статистические данные, переданные в математических расчётах, убеждают лучше любых слов-воззваний.**



**Вот и  
получается, что  
математика не  
ТОЛЬКО  
тренирует мозг,  
но и по-своему  
помогает  
бороться за  
здоровый образ  
жизни.**