



Выбери свой путь!

***В этой презентации я хочу
рассказать вам о том, как
важно сделать правильный
выбор...***



▶

К сожалению, некоторые ребята не всегда думают о последствиях своих поступков.

Иногда, делают неверный выбор, нанося вред своему здоровью!

Кто-то пробует курить,
выпивать...

Я задумался:

к чему это может привести?



Проблема №1: Курение

Курение – главная проблема мира.

Очень много людей курят.

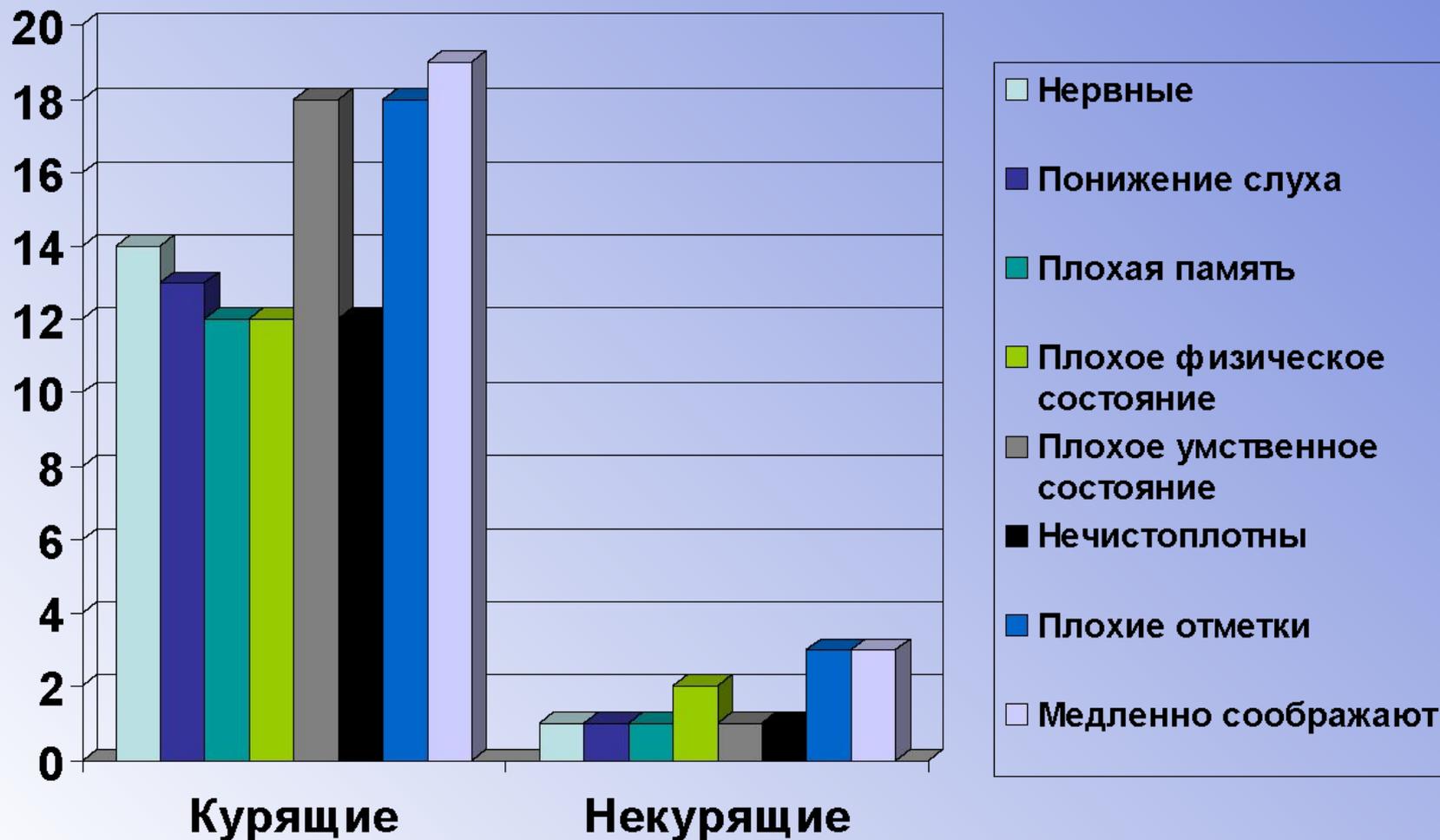
Но опасней не курить, а дышать дымом, который уходит в атмосферу.



Получается, что курит каждый человек!

Знаете ли вы, что:

В течение нескольких лет ученые проводили наблюдение над 200 курящими и 200 некурящими школьниками. А теперь посмотрим, какими оказались сравнительные результаты (в %) .



Проблема №2: Алкоголизм

Сейчас в мире очень много людей страдает алкоголизмом.

Многие подростки уже в 15-16 лет пьют алкогольные напитки. Потом они становятся алкоголиками. В некоторых магазинах могут незаконно продавать спиртное детям, не достигшим 18 лет.



Пока еще нет такой страны, где решили эту проблему.

Знаете ли вы, что:

Алкоголь - яд для любой живой клетки. Проникнув в организм алкоголь, очень скоро расстраивает работу тканей и органов.

Под действием алкоголя нарушается чуть ли не все физиологические процессы в организме, а это может привести к тяжелым заболеваниям. Перерождается ткань печени, почек, сердца, сосудов и др.

Быстрее и губительнее всего алкоголь действует на клетки головного мозга, при этом, в первую очередь, страдают высшие отделы мозга.

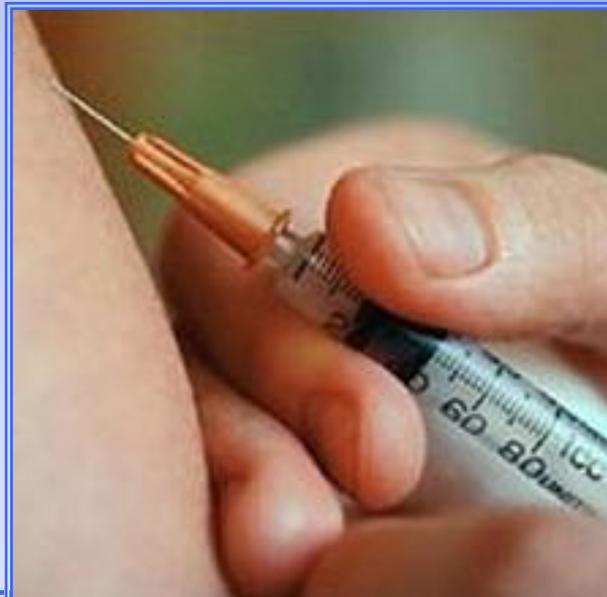
Алкоголь влияет также на кровеносные сосуды, несущие кровь к мозгу.



Проблема №3: Наркомания

К сожалению, в мире самая страшная проблема - наркомания.

Теперь шприцы в каждом углу, а смерть подростков увеличилась в несколько раз. У подростков очень сложный выбор в нынешнее время.



Некоторые подростки не могут устоять перед наркотиками.

Знаете ли вы, что:

Облик человека, постоянно принимающего наркотическое зелье, далек от привлекательности: гнилые зубы, преждевременное облысение, желтушно-серая кожа, лицо с ранними морщинами — типичный портрет наркомана.

Прием наркотика обязательно приводит к изменению психики человека, что проявляется в грубости, равнодушии к окружающим, жестокости, трудности в общении.



Почему ребята начинают это пробовать?

Есть отрицательный пример для подражания: взрослые в семье, на улицах города, старшие товарищи.

Некоторые просто пытаются казаться взрослее.

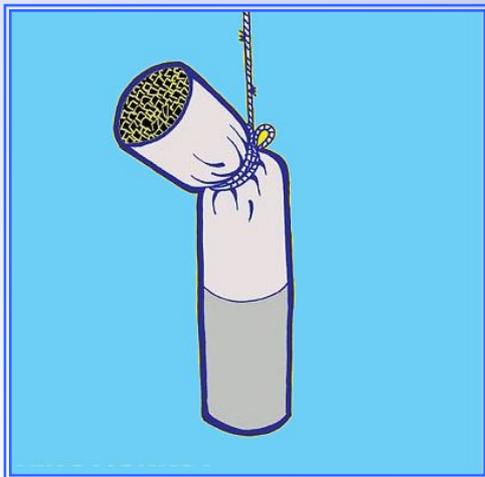
У других слишком много свободного времени, которое дети используют по-разному.



Как можно решить эту проблему?

1. *Антипропаганда вредных привычек:* создадим листовки, плакаты.
2. *Личный пример для подражания:* каждый из нас может стать таким примером.

И, конечно, взрослые должны задуматься над тем, какой пример они подают детям своим поведением!



3. *Мой девиз «Всегда будь занят!»*

Хорошо, когда у ребят есть любимое занятие, которое занимает много времени и отвлекает от вредных привычек.



Наше будущее в наших руках!!!

Я выбрал для себя здоровый образ жизни.



И советую это вам!



Источники информации:

1. <http://www.uroki.net/docklruk/docklruk46.htm>
2. <http://sch-11a.narod.ru/nar.html>
3. <http://images.yandex.ru/>