

Курение.

Его влияние на здоровье



# Тест «Что мы знаем о курении?»

---

1. Подростки курят, чтобы «быть как все». **(верно)**
2. Некурящие вынуждены страдать от заболеваний дыхательной системы в результате пассивного курения. **(верно)**
3. Курение помогает успокоиться, когда человек нервничает. **(неверно)**
4. В легких человека при выкуривании ежедневно по пачке сигарет, за год оседает 1 литр смолы. **(верно)**
5. Физические упражнения нейтрализуют вред, наносимый курением. **(неверно)**

# Тест «Что мы знаем о курении?»

---

6. Одной сигареты достаточно, чтобы участился пульс, повысилось кровяное давление. **(верно)**
7. Большинство курящих получают от курения удовольствие и не собираются бросать. **(неверно)**
8. Табакокурение является одной из основных причин заболеваний сердца. **(верно)**
9. Большинство курящих в состоянии бросить курить в любое время. **(неверно)**
10. Нет ничего страшного в том, что подростки «балуются» сигаретами, если они оставят это занятие до того, как курение превратится в привычку. **(неверно)**

## **Задачи урока:**

---

- **познакомиться с влиянием табака на организм человека, с понятием «пассивное курение» и его опасностью;**
- **пропагандировать здоровый образ жизни;**
- **развивать умение искать дополнительный материал в сети Интернет, выступать перед аудиторией, высказывать свое мнение, выполнять творческие мини-проекты.**

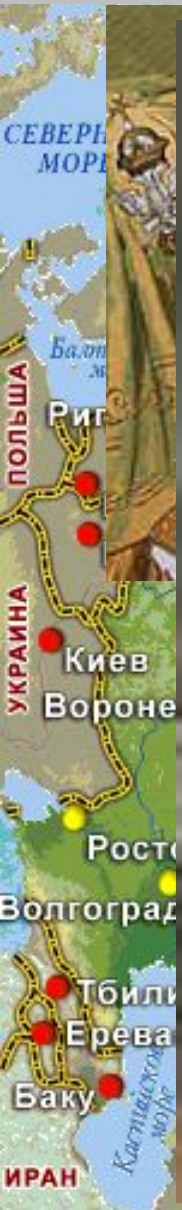


# Из истории табакокурения



Христофор Колумб





# Состав табачного дыма

Табак содержит 91 органическое вещество, при термическом разложении которых образуется до 1200 твердых и газообразных соединений, в том числе и **ядовитых:**

**НИКОТИН,**

**бензидин,**

**бензпирен,**

**азот, водород, аргон,**

**угарный газ, метан и**

**цианистый водород**

**ацетальдегид, ацетон, аммиак,  
бензол, бутиламин, диметиламин,  
ДДТ, этиламин, формальдегид,  
сероводород, гидрохинон,  
метиловый спирт, метиламин,  
соединения никеля и пиридин**

# Легкие курильщика



Легкие некурящего  
человека

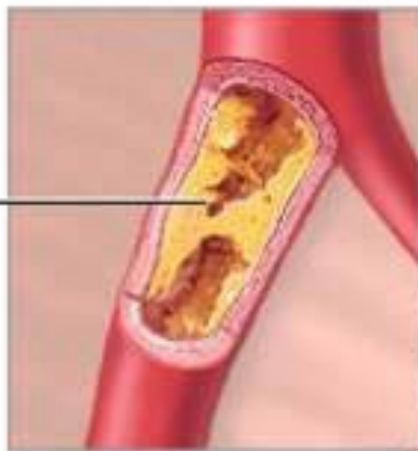




# мишень никотина – сердце и сосуды

ни, здоровое питание и физические упражнения  
шить риск сердечного приступа.

Бляшки в  
коронарной



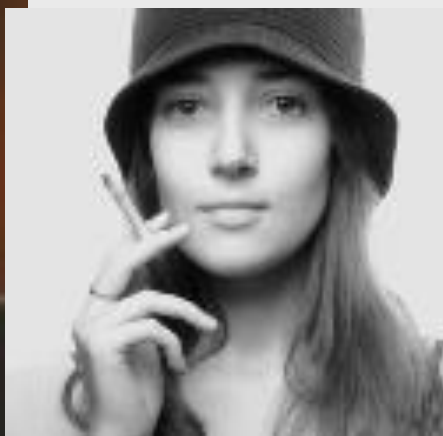


**Органы мишени:  
желудок, десны,  
зубы**





## Курящая женщина – беда вдвойне



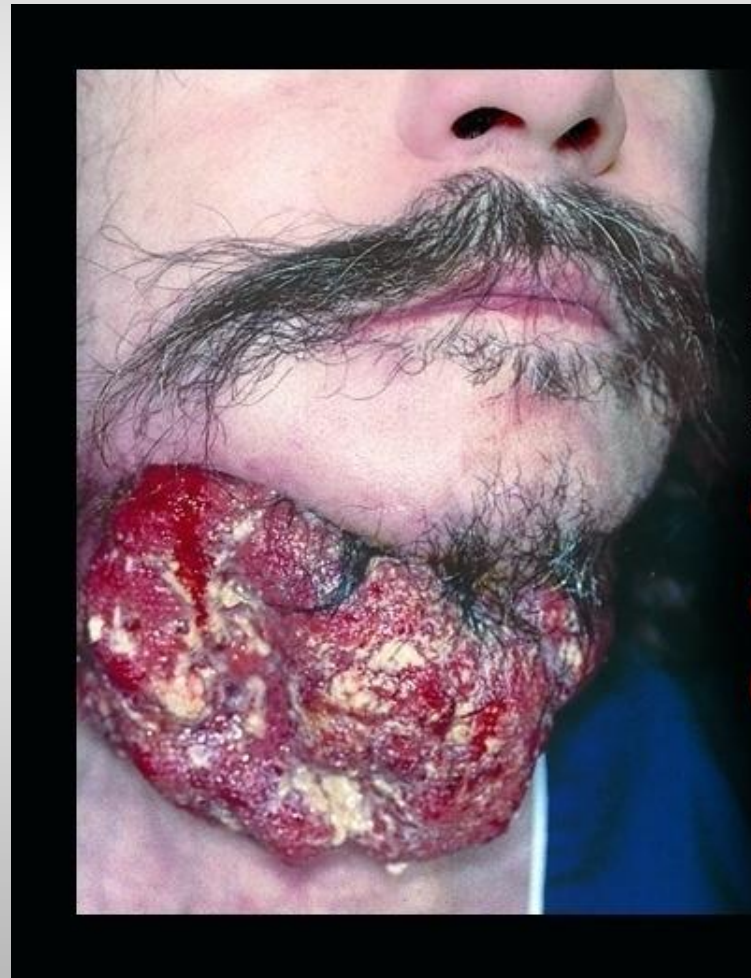
UNIPORT.COM.UA



*Ты точно хочешь быть взрослым?*



**Рак – самое страшное  
последствие курения**





Болезни пассивного курильщика

У взрослых



**ЗАЩИТИТЕ**

**МЕНЯ...**



ПРОСВЕТА  
**Мы**

Синдром внезапной детской смерти  
(у детей до 1 года)

# Статистические данные

**каждые 10 секунд еще один человек в мире умирает в результате потребления табака**

**табак ежегодно убивает около трех миллионов человек во всем мире**

**начиная с 1950 года, табак убил 62 миллиона человек, то есть больше, чем погибло во второй мировой войне**

**Если человек начал курить в 15 лет, то продолжительность его жизни уменьшается более чем на 8 лет**

**Начавшие курить до 15 лет в 5 раз чаще умирают от рака, чем те, кто начал курить после 25 лет**

# Рекламная пауза



# **Творческая групповая работа:**

**1-я группа – нарисовать листовку-антирекламу курения;**

**2-я группа – написать письмо ровеснику, который собирается начать курить;**

**3-я группа – написать обращение от имени детей к курящим родителям;**

**4-я группа – рассчитать финансовые затраты, связанные с курением.**

**Курение**



## Домашнее задание:

составить буклет о вреде курения на основе Интернет-сайтов:

<http://antikurenje.narod.ru/true.html> - Сайт о вреде курения

[http://omr.ucoz.com/index/o\\_vrede\\_kurenija/0-45](http://omr.ucoz.com/index/o_vrede_kurenija/0-45) -

Информационно-профилактический портал «Наше здоровье»

[http://www.russlav.ru/tabak/kurenje\\_podrostkov.html](http://www.russlav.ru/tabak/kurenje_podrostkov.html)

<http://tabak-vred.ru/na-podrostkov.php>

<http://www.med39.ru/article/other/a11.html>

Курить или не курить?

Выбор за вами!

