

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:

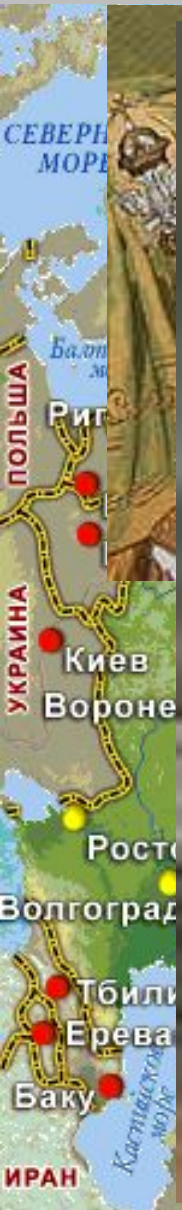
- **познакомиться с влиянием табака на организм человека, с понятием «пассивное курение» и его опасностью;**
- **пропагандировать здоровый образ жизни;**
- **развивать умение искать дополнительный материал в сети Интернет, выступать перед аудиторией, высказывать свое мнение, выполнять творческие мини-проекты.**



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



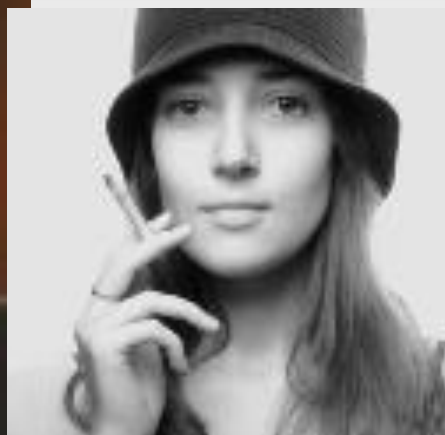


**Органы мишени:
желудок, десны,
зубы**





Курящая женщина – беда вдвойне

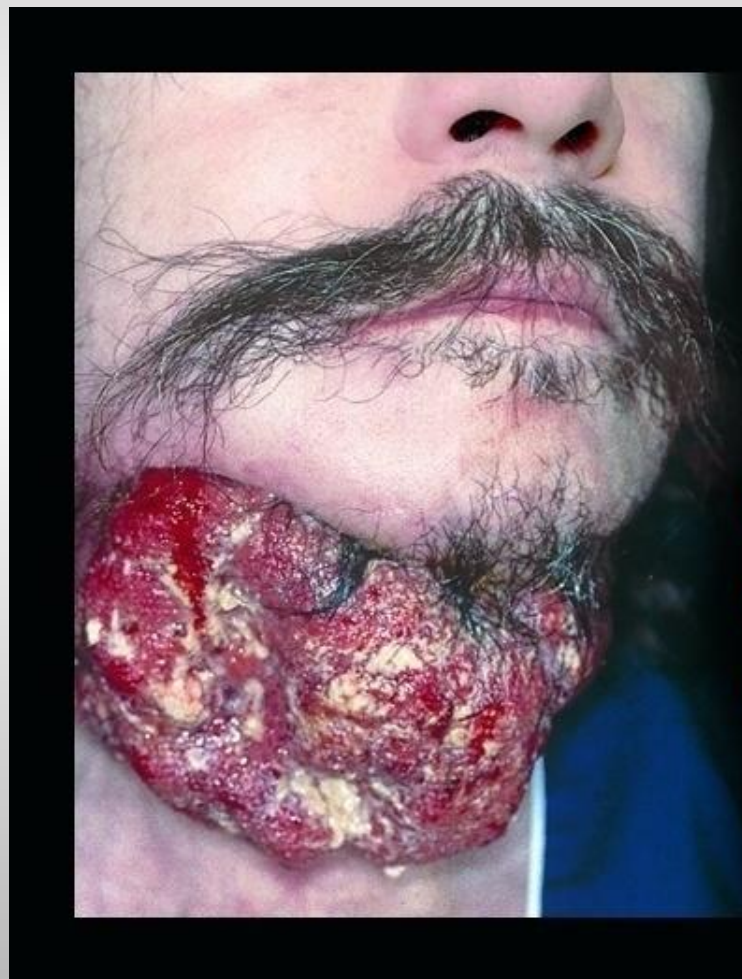


UNIPORT.COM.UA

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 -

Информационно-профилактический портал «Наше здоровье»

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!