

Табакокурение – угроза здоровью людей



Цели урока:

1. Познакомить уч-ся с курением и его влиянием на здоровье человека.
2. Умение аргументировать свои выводы за и против курения.
3. Воспитание бережного отношения к своему здоровью и здоровью своих близких.

План урока

- ▶ 1. Табакокурение и цена этой пагубной привычки.
- ▶ 2. Краткая история табакокурения.
- ▶ 3. Аргументы за и против курения.
- ▶ 4. Пассивное курение.
- ▶ 5. Меры по снижению последствий табакокурения.
- ▶ 6. Тестирование.

Население планеты 6 млрд человек

Количество
курильщиков 1 млрд человек (17 %)

Умирают 4 млн. человек в год
(11 тыс человек в день)

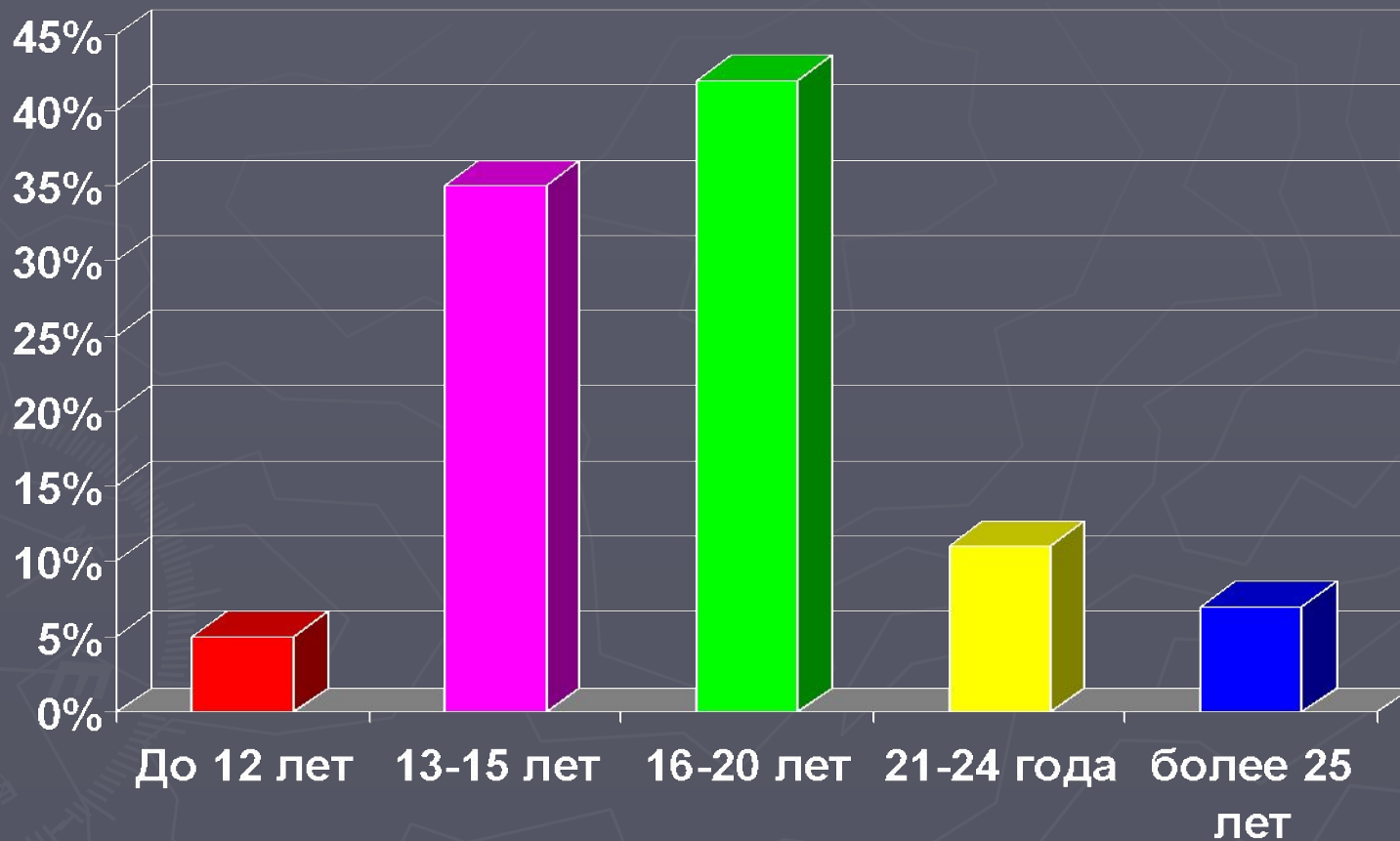
Население России 142,2 млн человек

Количество
курильщиков 44,8 млн человек (34%)

Умирают 375 тыс человек в год
(1030 тыс человек в день,
43 человека в час,
32 человека за 45 минут)

По данным
статистического
исследования,
проведенного в нашей
школе, курит порядка
28% старшеклассников.

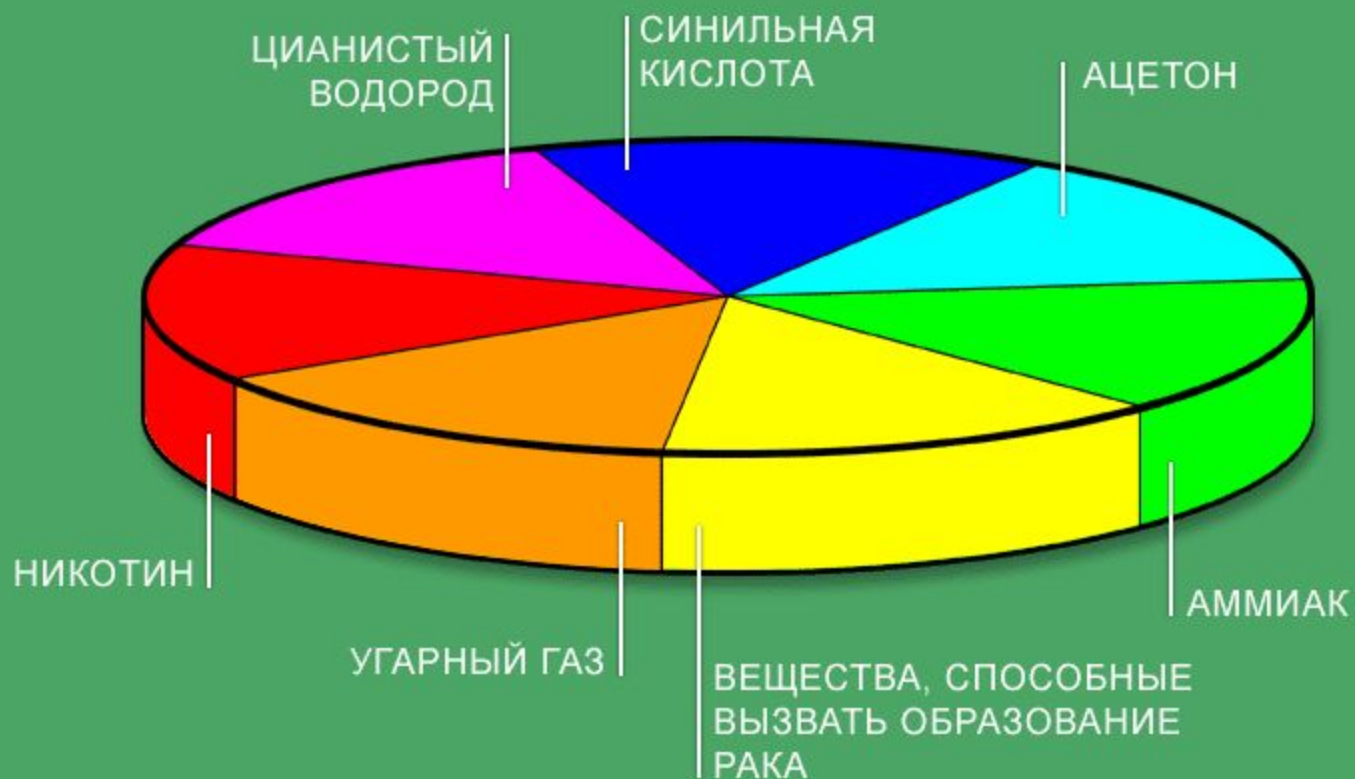
Причины табакокурения среди молодежи



Какие причины заставляют детей курить?

- ▶ Подражание взрослым
- ▶ Влияние компании
- ▶ Любопытство
- ▶ Желание испытать себя
- ▶ Помогает успокоить нервы, расслабиться
- ▶ способствует похудению
- ▶ Желание выглядеть солидно, круто
- ▶ Это модно
- ▶ Неверие во вредность табакокурения

СОСТАВ ТАБАЧНОГО ДЫМА



Пассивное курение



Вдыхаемые дозы ингредиентов табачного дыма при активном и пассивном курении(мг)

Ингредиенты	Активный курильщик (1 сигарета)	Пассивный курильщик (1 час)
Угарный газ	18,4	9,2
Оксид азота	0,3	0,2
Альдегиды	0,8	0,2
Цианиды	0,2	0,005
Твердые и жидкие вещества	25,3	2,3
Никотин	2,1	0,04

Негативные последствия пассивного курения



Первая помощь при отравлении никотином

→ Напоить пострадавшего водой (чаем или соком, но не содержащими газировку), ни в коем случае не давать молоко, помогающее усвоению организмом ядов

→ Вызвать рвоту (чтобы вывести яды из организма). Сначала дать отравленному попить воду, чай или сок, наклонить верхнюю часть туловища вперед, вызвать раздражение неба пальцем или чайной ложкой

→ Дать таблетку активированного угля (чтобы связать оставшийся в организме яд). Запивать таблетку можно водой или лимонадом

Тестирование:

Курители вы?

Как Вы относитесь к курению? _____.

┆

┆

Знаете ли Вы какой вред здоровью приносит курение? _____.

Как Вы относитесь к закону о запрете курения в общественных местах? _____.

┆

Как бы Вы отреагировали, узнав в будущем, что ваши дети пристрастились к курению? _____.

┆

Если станет проблемой выбора Ваш(а) парень (девушка) или сигарета, что выберете? _____.

Знаете ли Вы, что курить не модно? _____.