

***Верный
выбор сделай
сам!***



Здоровье – это не просто отсутствие болезней, это состояние полного физического, психического, социального благополучия.

Психоактивные вещества (ПАВ)

— вещества, после приема которых меняется настроение человека или его способность чувствовать и понимать окружающий мир или самого себя.



Результаты анкетирования.

- «это не для меня»; «категорически против»; «никогда не пробовал и не буду» - 10 человек;
- «считаю, что все надо в жизни попробовать» – 1 человек;
- «я не курю, но не против, если курят другие» – 1 человек;
- не позволят своим детям курить – 11 человек;
- «все надо в жизни попробовать» – 1 человек;
- «стремятся так доказать свою взрослость» – 7 человек.



Что такое табак?

- **ТАБАК** – травянистое растение с крупными листьями.



Родина табака – Америка.



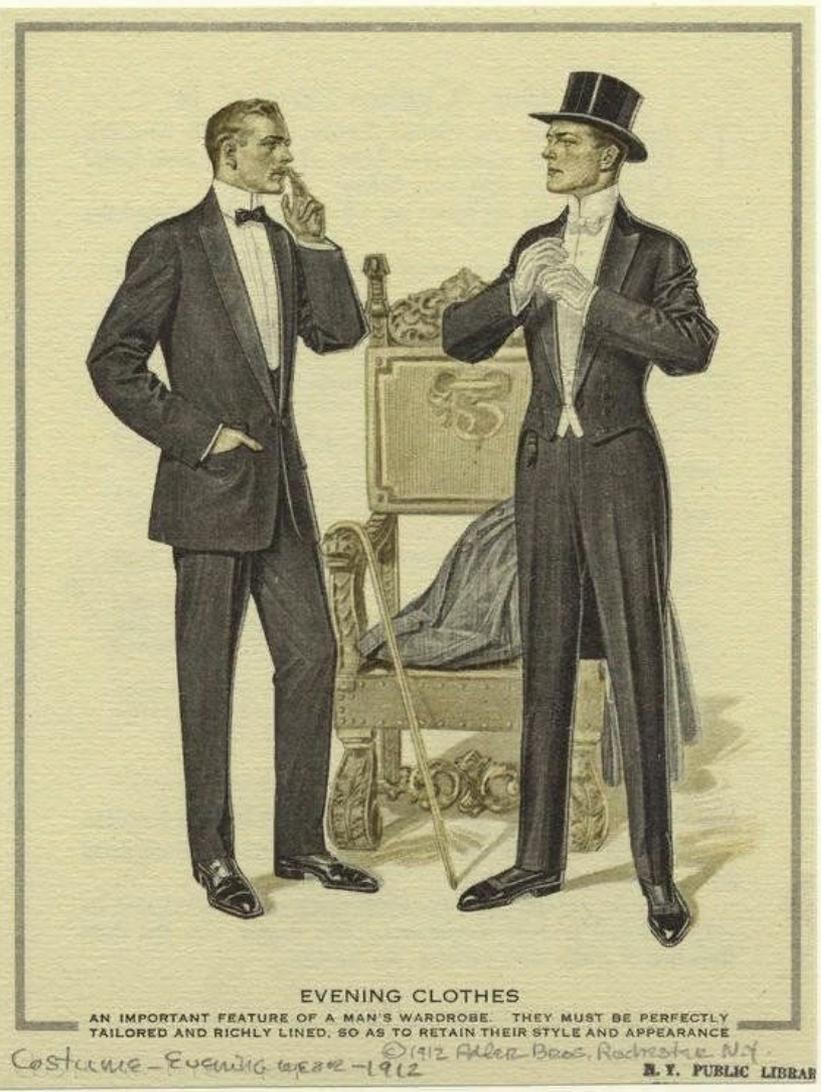
12 октября 1492 года Христофор Колумб причалил к неизвестному острову в Америке, жители которого поднесли гостям дары - сушёные на солнце листья, свёрнутые в трубочку.



После второго похода Колумба некоторые из его моряков тайно привезли листья и семена табака в Европу. Сначала табак называли «эликсиром настроения и бодрости и считали его лечебной травой. Мужчины и женщины курили, нюхали и жевали его.



В Лондоне организовывались специальные курительные вечера, на которых была придумана специальная одежда – смокинги («смокинг» - курить).



В Англии по указанию Елизаветы I курильщиков приравнивали к ворам и водили по улице с верёвкой на шее.





Царь Михаил
Фёдорович Романов
вёл жестокую борьбу с
курильщиками: битьё
палками по ногам;
отрезание носа, ушей,
ссылка в дальние
города.



Петр Первый



В России торговля табаком и курение были разрешены в царствование Петра I, который сам стал заядлым курильщиком после посещения Голландии. Более того, он всячески склонял к курению своих приближенных и разрешил свободный ввоз табака из-за границы.



Табак содержит губительные для организма вещества.

- Язва желудка, заболевание нервной системы.
- Заболевания лёгких: бронхит, бронхиальная астма, туберкулез, рак лёгких.
- Сердечно-сосудистые заболевания.



«Пассивный курильщик» - это человек, который не **курит** сигареты, но при этом вдыхает табачный дым.

Один среднестатистический курильщик выбрасывает в день около 20 использованных фильтров, насыщенных ядовитыми веществами, которые с талым снегом, дождями обязательно попадут в водоемы, где отравят около 20 литров воды. Напомним, что норма потребления воды для взрослого человека составляет 3 литра в сутки.



АЛКОГОЛЬ – это вещество, которое содержится в спиртных напитках (Этиловый спирт).

Чистый спирт начали получать в 6-7 веках арабы и называли его “аль коголь”, что означает “одурманивающий”.



Бог Дионис

Вино считалось даром богов. Покровителем виноделия был сын Зевса – бог Дионис. Он учил людей разводить виноград и делать из его тяжёлых спелых гроздей вино. Люди употребляли его для единения с богом. Они становились веселыми, мужественными, уверенными в себе.





- В Древней Руси пили очень мало. Лишь на избранные праздники варили медовуху, брагу или пиво, крепость которых не превышала 5-10 градусов. Чарка пускалась по кругу и из нее каждый отпивал несколько глотков. В будни никаких спиртных напитков не полагалось, и пьянство считалось величайшим позором и грехом.

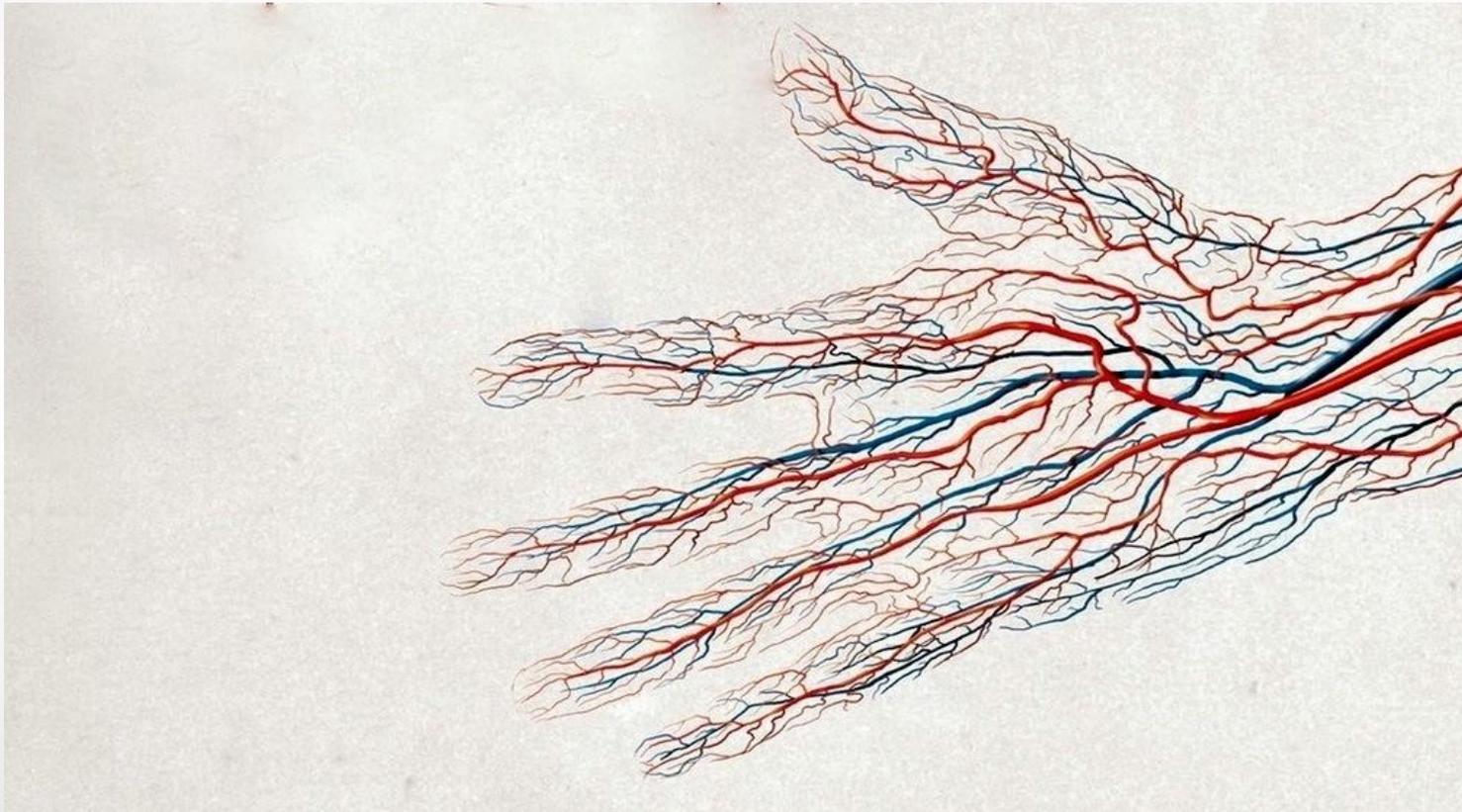


Почему так говорят?

- хмель шумит – ум молчит;
- что у трезвого на уме, то у пьяного на языке.
- пьяному море по колено.



Игра «Сосуды».



Последствия регулярного употребления алкоголя.

- нарушение нормальной мозговой деятельности.
- активно гибнут клетки печени, происходит их перерождение – цирроз.
- гастрит, язва желудка, рак при хроническом алкоголизме.
- появление гипертонии – повышенного артериального давления.
- развитие алкогольной зависимости.



История возникновения наркотиков.

Наркотики — химические вещества синтетического или растительного происхождения, оказывающее особое, специфическое действие на нервную систему и весь организм человека, приводящее к снятию болевых ощущений, изменению настроения, психического и физического тонуса.

(греч. narke – сон, оцепенение, онемение, mania – страсть, безумие).



Наркотики употребляли
воины для поддержания
боевого духа и чтобы не
чувствовать боль.

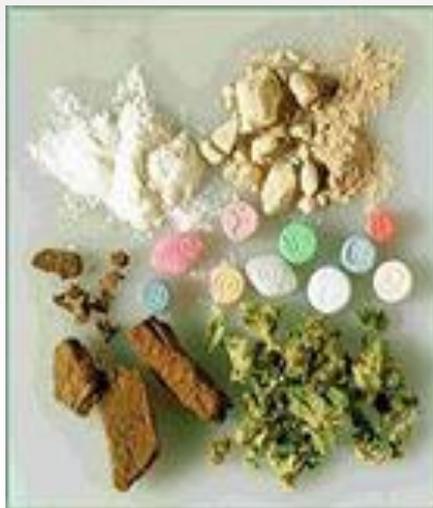


В Европе о наркотиках узнали в начале 19 века.

В результате крестовых походов европейцы узнали опиум и гашиш.

Поначалу наркотики использовали лекари для снятия болей, но очень быстро люди поняли, что их можно использовать для введения себя в особое состояние.





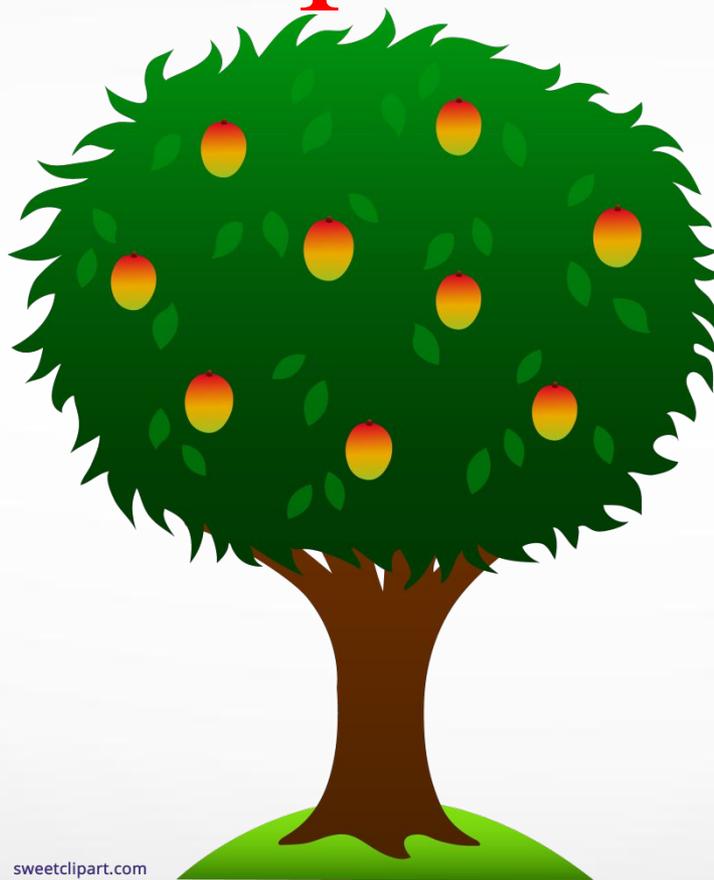
**В 20-21 столетиях
наркомания захватила
весь мир.**



**Я за здоровый
образ жизни!**



Дерево решений.



sweetclipart.com

