An anatomical illustration of a human torso, showing the ribcage, lungs, and heart. A red ECG (heart rate) line is overlaid on the image, with several sharp peaks. The background is a gradient of blue and purple.

Классный час на тему «Электронные сигареты»

**Подготовил учитель биологии
МОУ «МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ ЛИЦЕЙ № 1 ГОРОДА ДОНЕЦКА»**

СИТНИКОВА ЗОЯ ВИКТОРОВНА



Цели:

1. сформировать представление о вреде электронных сигарет;

2. способствовать формированию активной жизненной позиции;

3. воспитать стремление к здоровому образу жизни

История табака в России

- В России торговля табаком и курение были разрешены в 1697 при Петре I



История приобщения к табаку

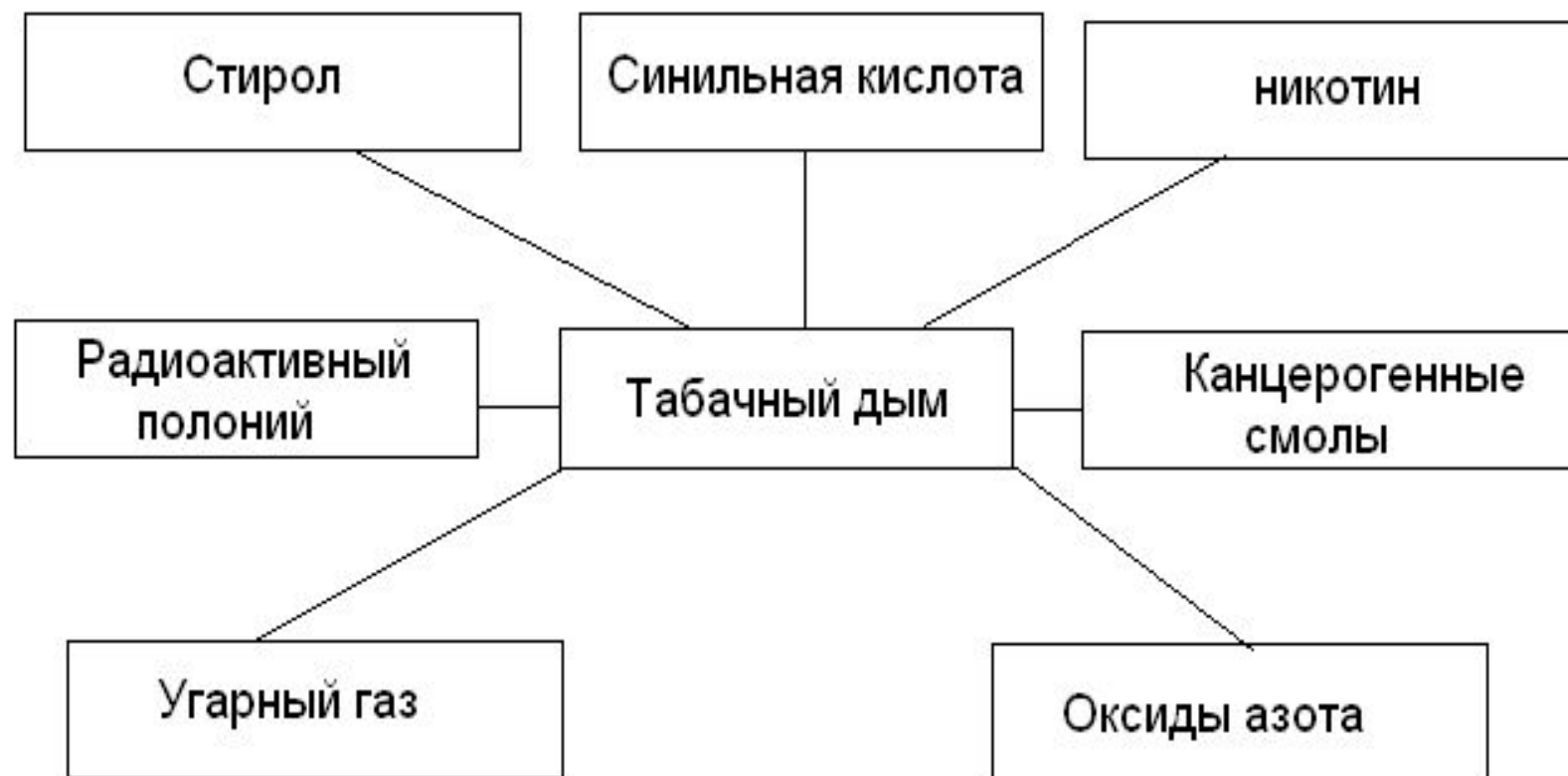
- 12 октября 1492 года Христофор Колумб открыл Америку, 27 октября высадился на побережье Кубы. Здесь впервые европейцы испробовали табак.




Строение электронной сигареты



Химический состав табака





**В 2018 году российский
рынок электронных сигарет
достиг 450 миллионов
долларов**



Болезни, наиболее частые у курильщиков:

- Инфаркт миокарда
- Инсульты
- Заболевания сердечной мышцы и мозга
- Рак легких

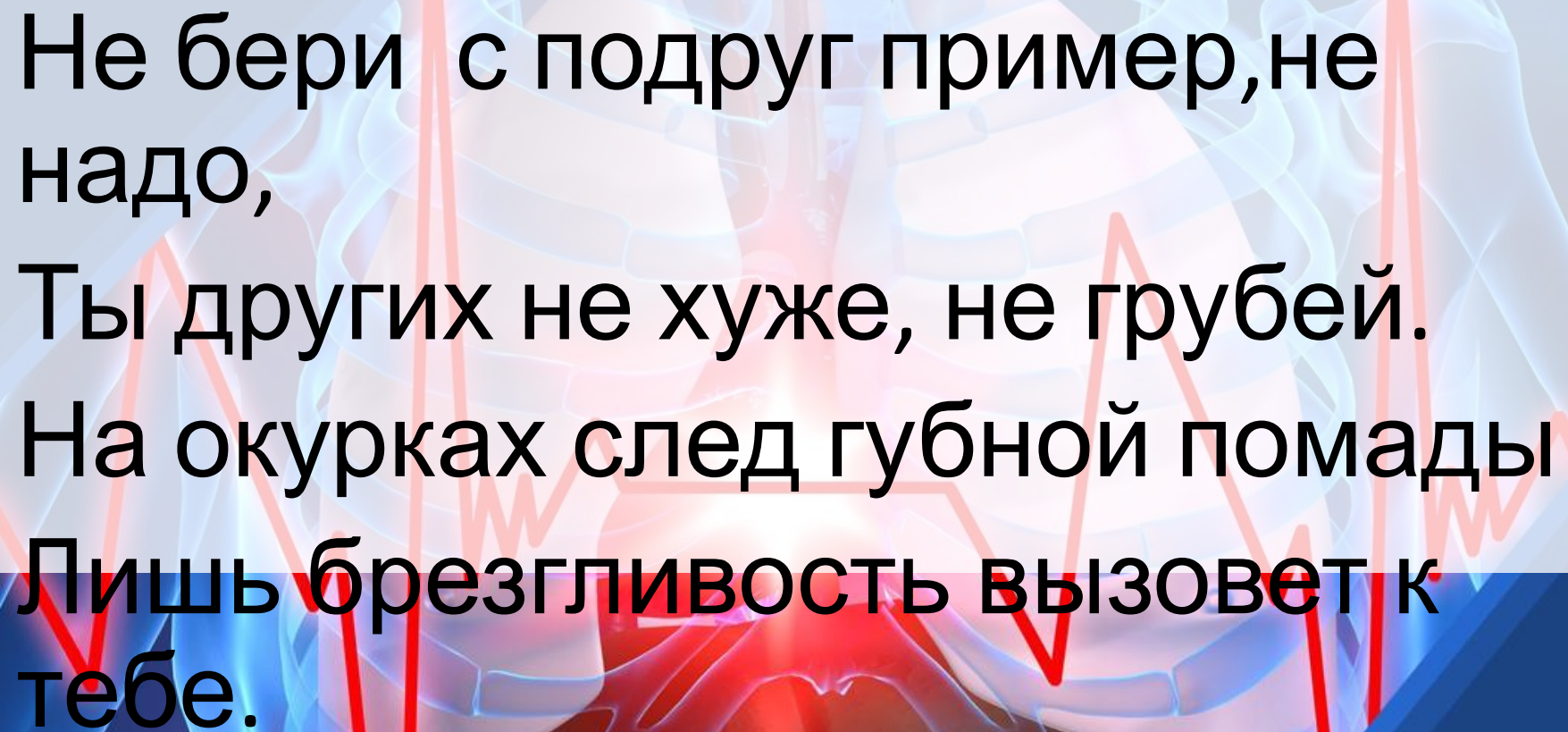


Последствия применения

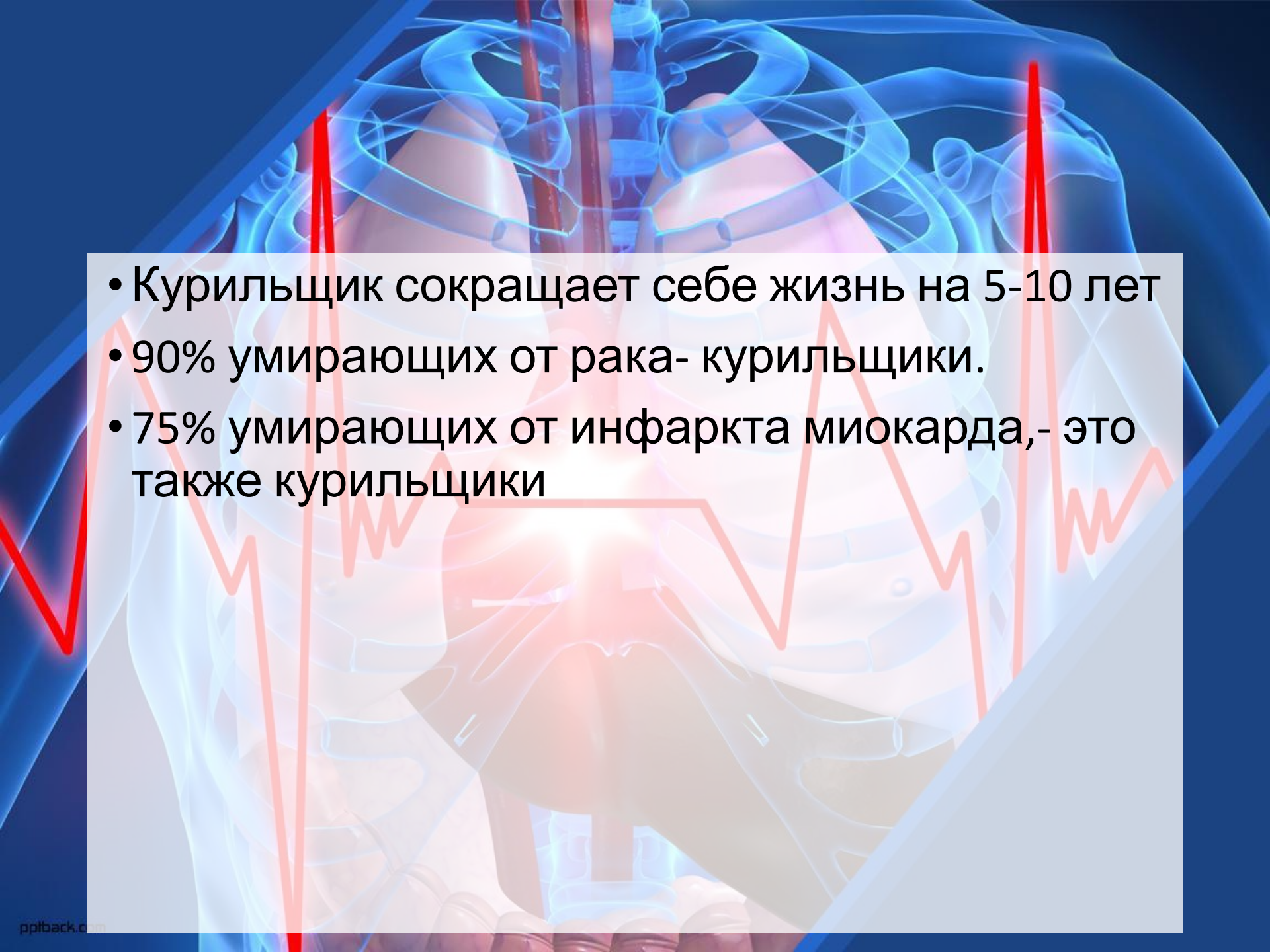


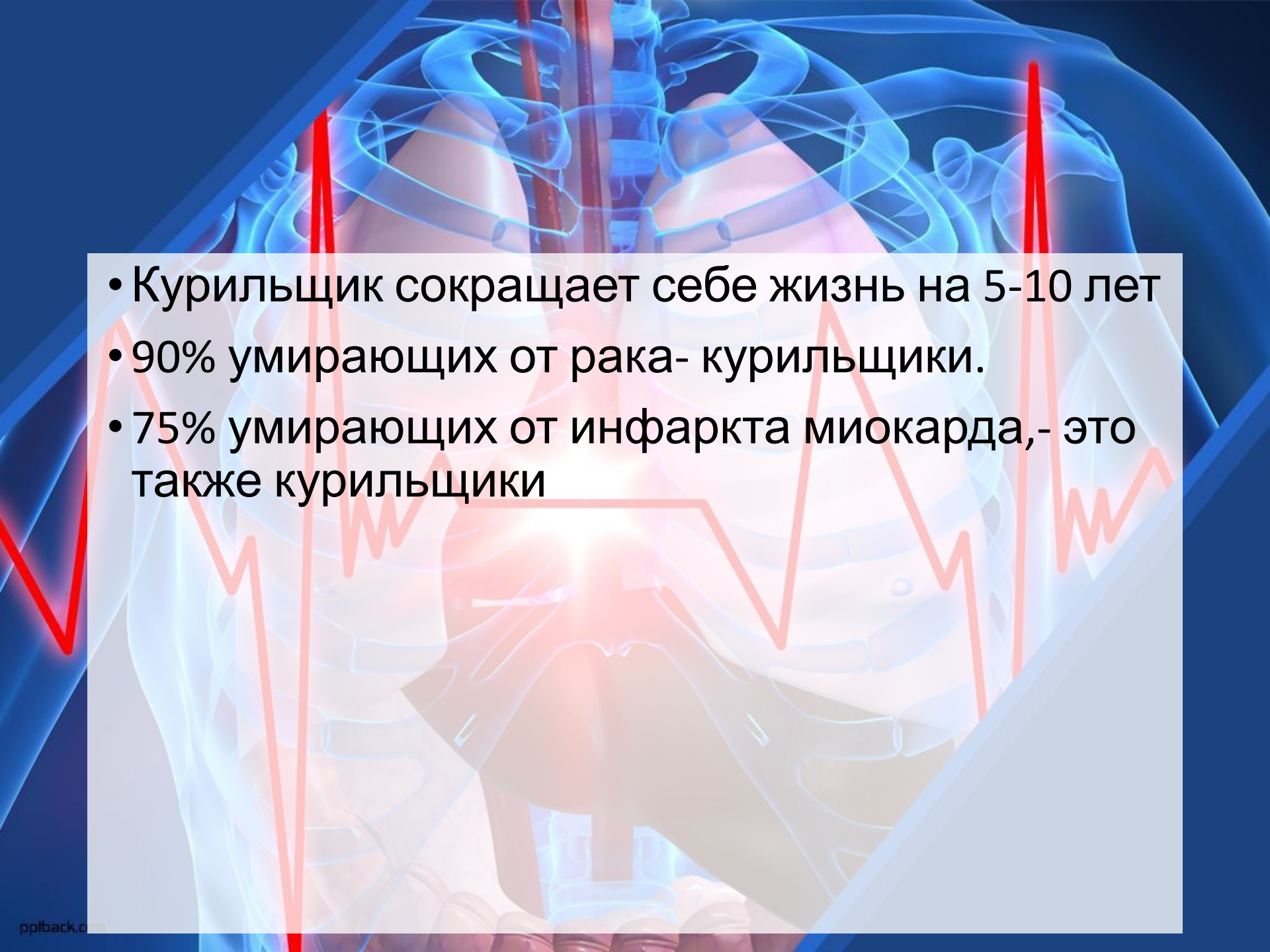
Причины начала курения у детей:

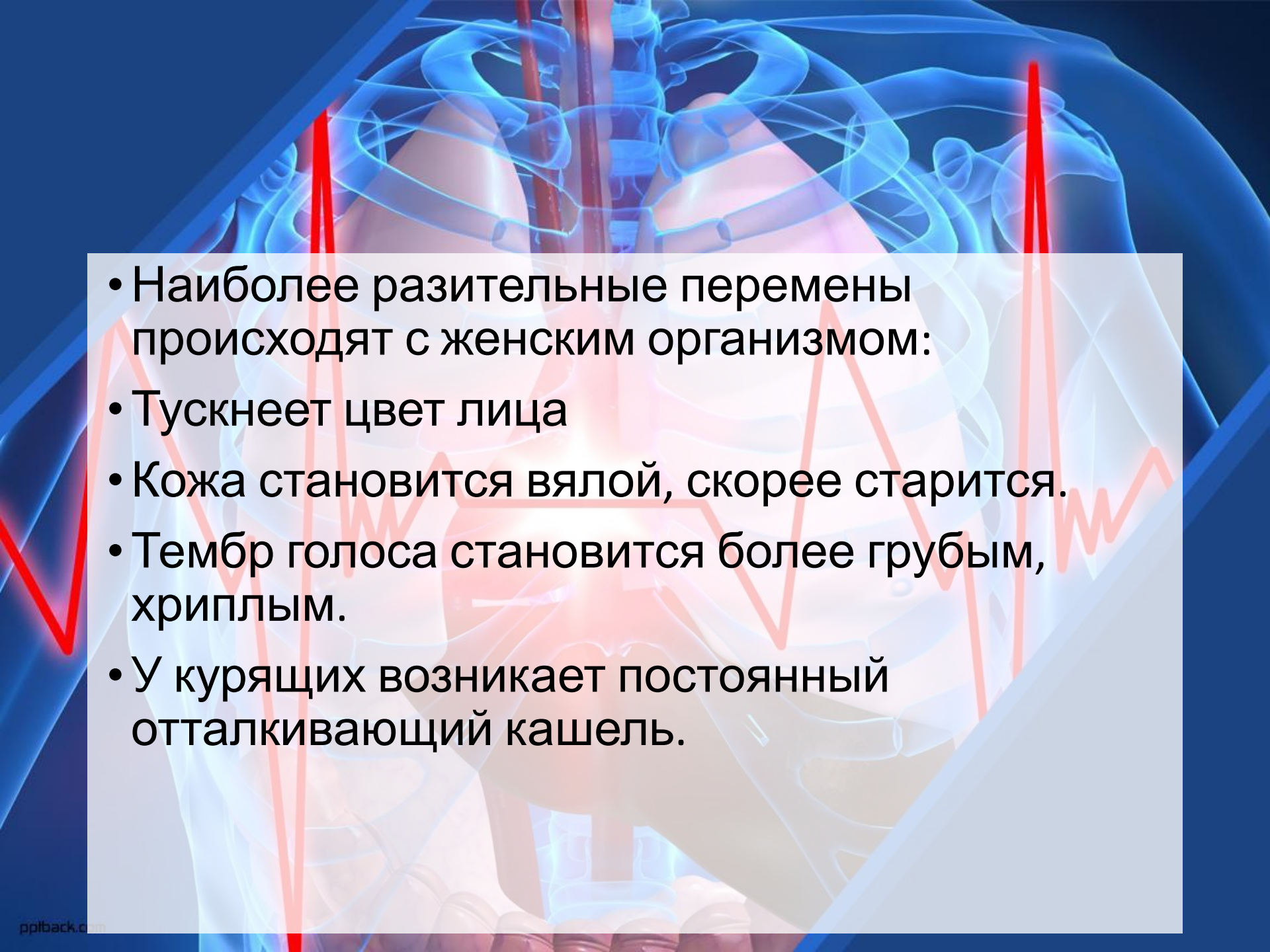
- Любопытство
- Подражание взрослым
- Желание казаться солиднее

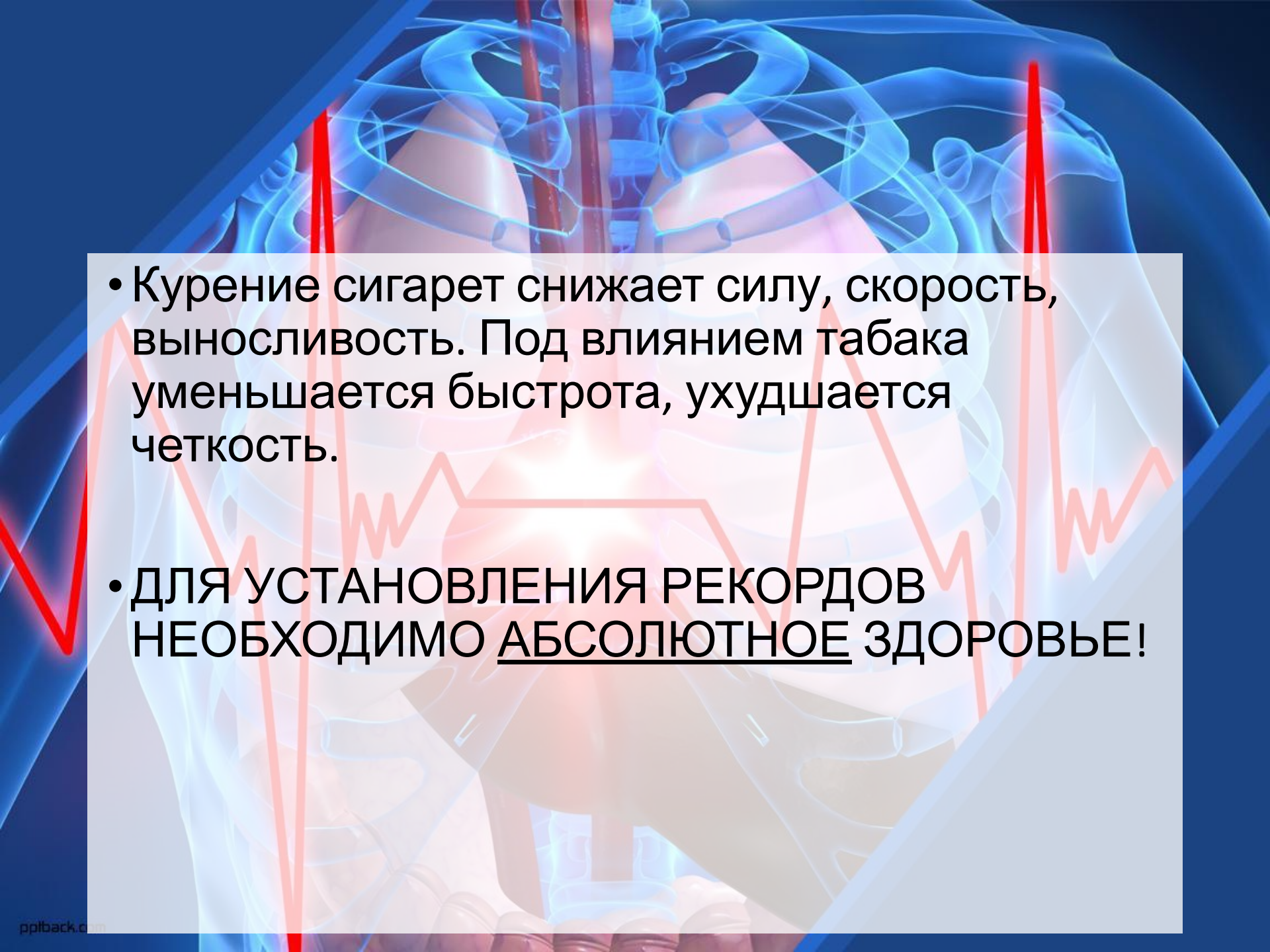
An anatomical illustration of a human torso, showing the ribcage, spine, and internal organs. A red ECG (heart rate) line is overlaid on the image, running vertically and horizontally across the chest area. The background is a dark blue gradient.

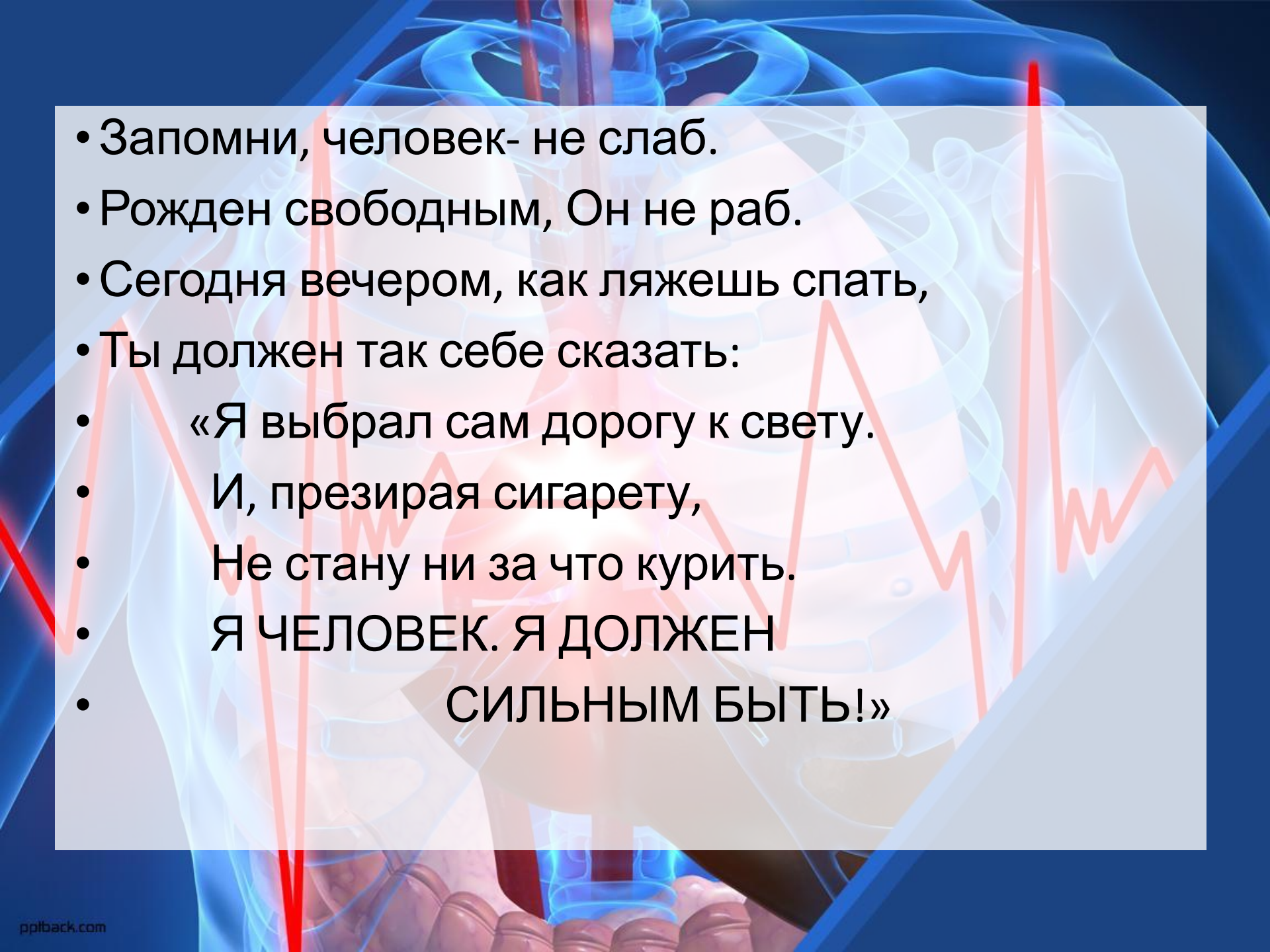
Не бери с подруг пример, не
надо,
Ты других не хуже, не грубей.
На окурках след губной помады
Лишь брезгливость вызовет к
тебе.

- 
- Курильщик сокращает себе жизнь на 5-10 лет
 - 90% умирающих от рака- курильщики.
 - 75% умирающих от инфаркта миокарда,- это также курильщики

- 
- Курильщик сокращает себе жизнь на 5-10 лет
 - 90% умирающих от рака- курильщики.
 - 75% умирающих от инфаркта миокарда,- это также курильщики

- 
- An anatomical illustration of the human respiratory system, showing the lungs, trachea, and bronchi in a semi-transparent blue and pink color scheme. A red ECG (heart rate) line is overlaid on the image, running vertically and horizontally across the chest area. The background is a dark blue gradient.
- Наиболее разительные перемены происходят с женским организмом:
 - Тускнеет цвет лица
 - Кожа становится вялой, скорее старится.
 - Тембр голоса становится более грубым, хриплым.
 - У курящих возникает постоянный отталкивающий кашель.

- 
- Курение сигарет снижает силу, скорость, выносливость. Под влиянием табака уменьшается быстрота, ухудшается четкость.
 - **ДЛЯ УСТАНОВЛЕНИЯ РЕКОРДОВ НЕОБХОДИМО АБСОЛЮТНОЕ ЗДОРОВЬЕ!**

- 
- Запомни, человек- не слаб.
 - Рожден свободным, Он не раб.
 - Сегодня вечером, как ляжешь спать,
 - Ты должен так себе сказать:
 - «Я выбрал сам дорогу к свету.
 - И, презирая сигарету,
 - Не стану ни за что курить.
 - Я ЧЕЛОВЕК. Я ДОЛЖЕН
 - СИЛЬНЫМ БЫТЬ!»

An anatomical illustration of a human torso, showing the ribcage, spine, and internal organs. The image is rendered in a blue-tinted, semi-transparent style. A prominent red ECG (heart rate) line is overlaid across the chest area, with a bright red glow emanating from the heart region. The text "Спасибо за внимание!" is centered over the chest area.

Спасибо за внимание!