

Курить или не курить?



Почему дети начинают курить?



Любопытство

Подражание взрослым

Модно

"Я как все!"

Как вы объясните смысл картинки?



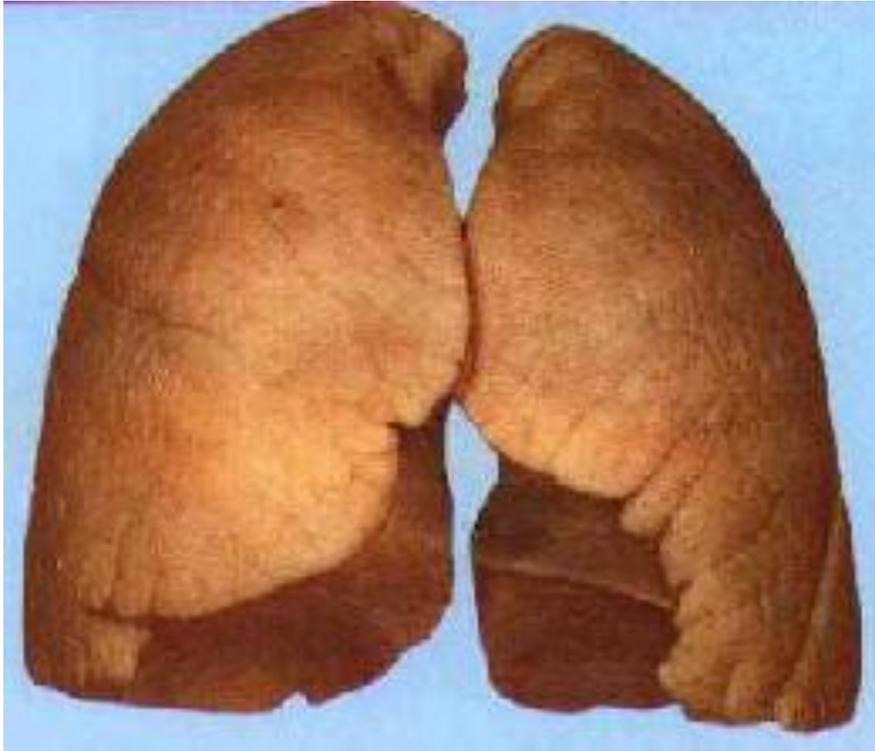
"Последствия курения"



***Научно-познавательный
фильм***

ЛЁГКИЕ

СРАВНИТЕ:



**БРОНХИТ, ТУБЕРКУЛЕЗ, РАК –
ВОЗМОЖЕН СМЕРТЕЛЬНЫЙ ИСХОД.**

ЗУБЫ



**Зубы желтеют,
десна воспаляются.**

ЖЕЛУДОК



ЯЗВА ЖЕЛУДКА,

**РАК ЖЕЛУДКА –
ВОЗМОЖЕН
СМЕРТЕЛЬНЫЙ
ИСХОД.**

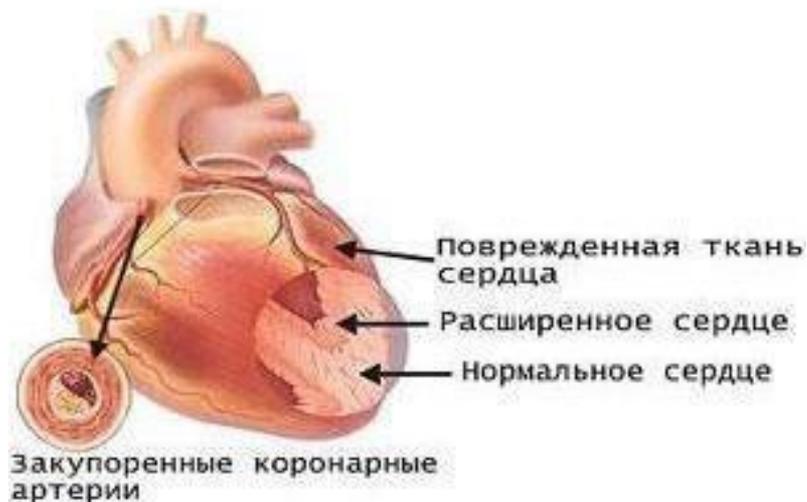
ГАНГРЕНА КОНЕЧНОСТЕЙ -

**ЭТО УМИРАНИЕ ТКАНЕЙ –
ПРИВОДИТ К АМПУТАЦИИ
КОНЕЧНОСТЕЙ.**



ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА

СЕРДЦЕ



Сердце здорового человека бьётся с частотой **70 ударов в минуту**.
Сердце курящего вынуждено делать **на 10 ударов в минуту больше**.
Сколько дополнительных ударов приходится делать сердцу курильщика **за 1 час**.



На 600 ударов больше!

ИНФАРКТ – ПАРАЛИЧ –

**ВОЗМОЖЕН СМЕРТЕЛЬНЫЙ
ИСХОД.**

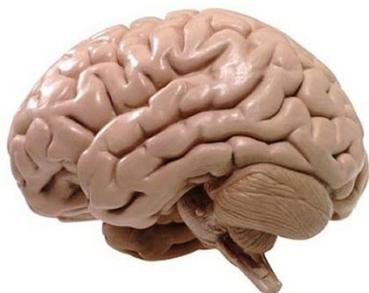
**Постоянный спазм
кровеносных сосудов
приводит**

к их закупорке и

инсульту,

в результате которого

**человек парализован
или умирает.**



МОЗГ



**Неврит – это
воспаление нервов
в спинном и
головном мозге –
возможны паралич и
смертельный исход.**

«Пассивные» курильщики

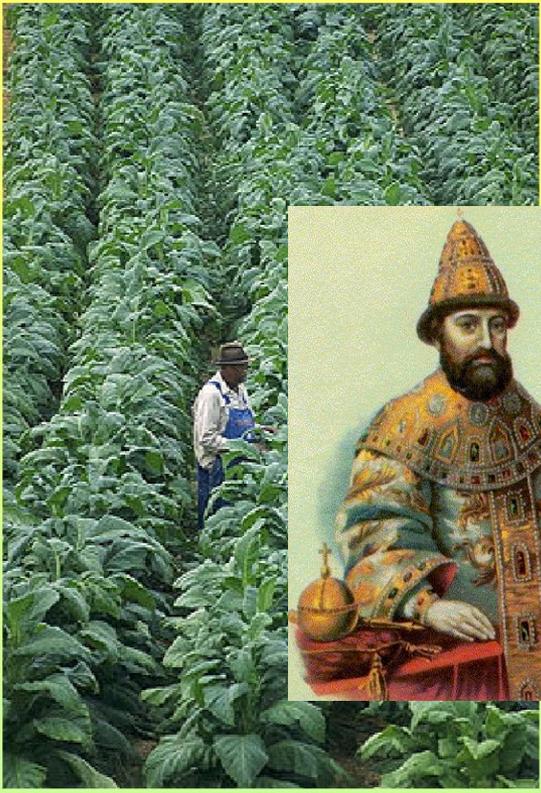


Табак – это растение.

Впервые его привезли
из Америки.

Вспомните про «трубку мира» у
индейцев.





В Россию табак был завезен при Иване Грозном.

При царе Михаиле Федоровиче за употребление "зелья табачища" рвали ноздри, били плетьюми и ссылали в Сибирь, однако курильщики не переводились.

На сегодняшний день в России принят закон о запрете курения в общественных местах.

По данным Всемирной
Организации Здравоохранения:

ЕЖЕГОДНО УМИРАЮТ



от курения
3 миллиона
человек!

Прогнозируется, что в 2020
году от курения погибнут
около

10 миллионов человек
в возрасте **от 30 до 40 лет!**

НЕ прокури своё
ЗДОРОВЬЕ!



Состав сигареты



Сигарета содержит 196 ядовитых веществ.

Главная ценность

в жизни человека -

это ...

ЗДОРОВЬЕ



Рациональное питание

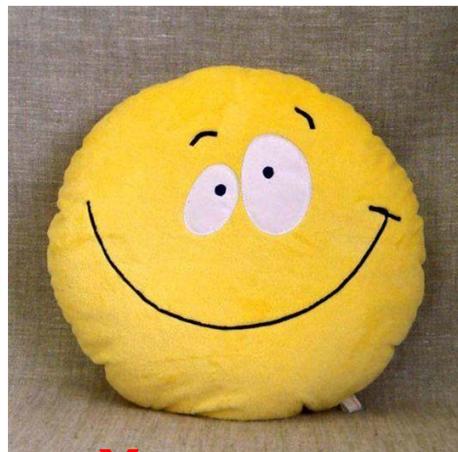


Закаливание, зарядка, соблюдение правил личной гигиены

Режим дня



Занятия спортом



Хорошее настроение

Если мне предложили закурить ...

Умей отказать!!!

- Просто скажи «Нет!».
- Откажи и объясни.

- Откажи и уйди.
- Постарайся объединиться с кем-то того же мнения.

КЛЯТВА

Сигаретная страна –
Очень мрачная она.
Кто хоть раз в нее ступил,
Сигаретку закурил,
Тот во многом прогадал,
Тот здоровье потерял.
Лучше спорт, компьютер, книжки
Для девчонок и мальчишек.
Научись ответить «Нет!»
Любой пачке сигарет!