

*Тема: «Нарушения деятельности  
нервной системы и их  
предупреждение»*

*«Добыть и сохранить здоровье  
может только сам человек»*

*Амосов Н.М*

*На пути нашей жизни  
Наступает момент, когда  
Мы за всё бываем в ответе,  
Человек покоряет небо,  
Чудо техники изобретает,  
Но, приобщившийся к дурным привычкам,  
О здоровье своём забывает*

# Вредные привычки

*Курение    Алкоголь    Наркотики*

Разрушается здоровье

Деградирует личность

Снижаются умственные способности

Ухудшается работоспособность



*Вредные привычки влияют на нервную систему и разрушают здоровье человека*

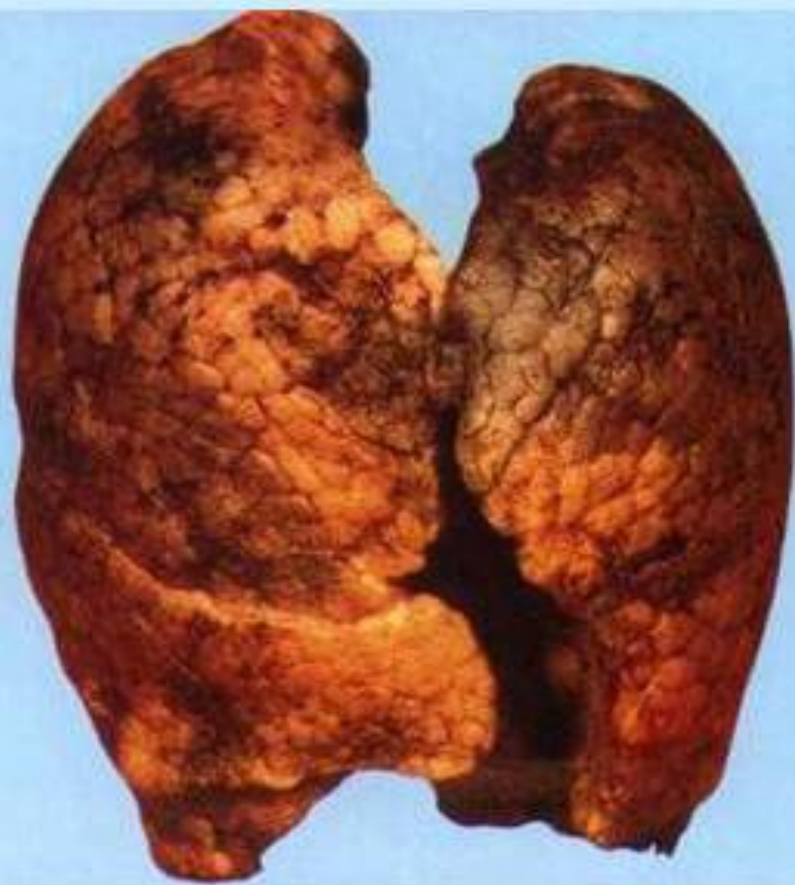
# «Влияние никотина на организм подростка»



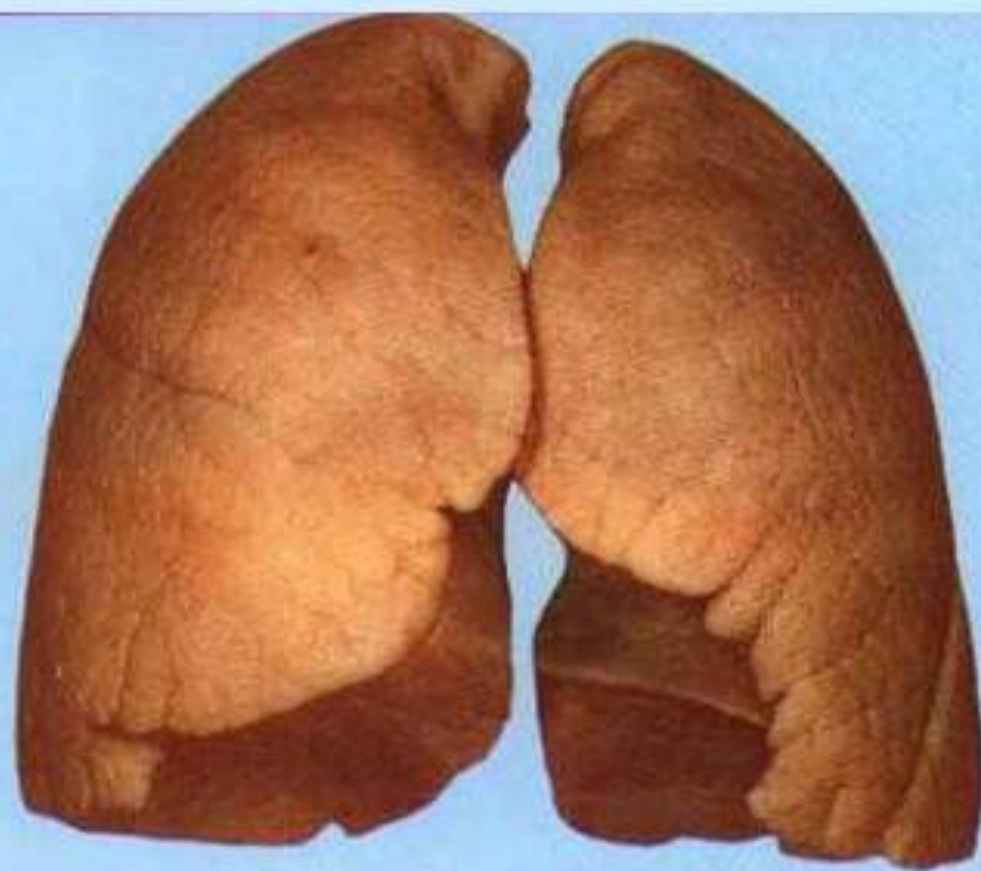
## Что опасно для органов дыхания

Никотин проникает в кровь, и она разносит его по всем органам. Этот яд притупляет зрение, слух, внимание, заставляет усиленно работать сердце. У курильщиков часто возникают опасные, а порой смертельные заболевания легких и сердца.





**Лёгкие  
курильщика**



**Лёгкие человека  
некурящего**

# *Тест «Вред курения»*

*Отметь правильный вариант ответа.*

*1. Курение портит в первую очередь:*

ПЕЧЕНЬ

ЛЕГКИЕ

СЕРДЦЕ

*2. Если человек курит в комнате, кто страдает больше:*

КТО НАХОДИТСЯ В КОМНАТЕ, НО НЕ КУРИТ

КУРИЛЬЩИК

ОБА ЧЕЛОВЕКА ОДИНАКОВО

*3. Влияет ли курение на будущего ребенка:*

ВЛИЯЕТ

НЕ ВЛИЯЕТ

*4. В табачном дыме содержатся вредные вещества:*

30 ВРЕДНЫХ ВЕЩЕСТВ

НИКОТИН

ВРЕДНЫХ ВЕЩЕСТВ НЕТ

*5. Вредно ли бросить курить?*

ОЧЕНЬ ВРЕДНО

НЕ ВРЕДНО

ВРЕДНО, ЕСЛИ БРОСАТЬ РЕЗКО

*6. Если человек начинает курить в подростковом  
возрасте, то ...*

**ЗАМЕДЛЯЕТСЯ РАЗВИТИЕ ПОДРОСТКА**  
НЕ ВЛИЯЕТ НА РАЗВИТИЕ  
**ВЛИЯЕТ НА ПАМЯТЬ**

*7. Курение – это ...*

БОЛЬЗНЬ  
**ВРЕДНАЯ ПРИВЫЧКА**  
СПОСОБ ПОХУДЕНИЯ

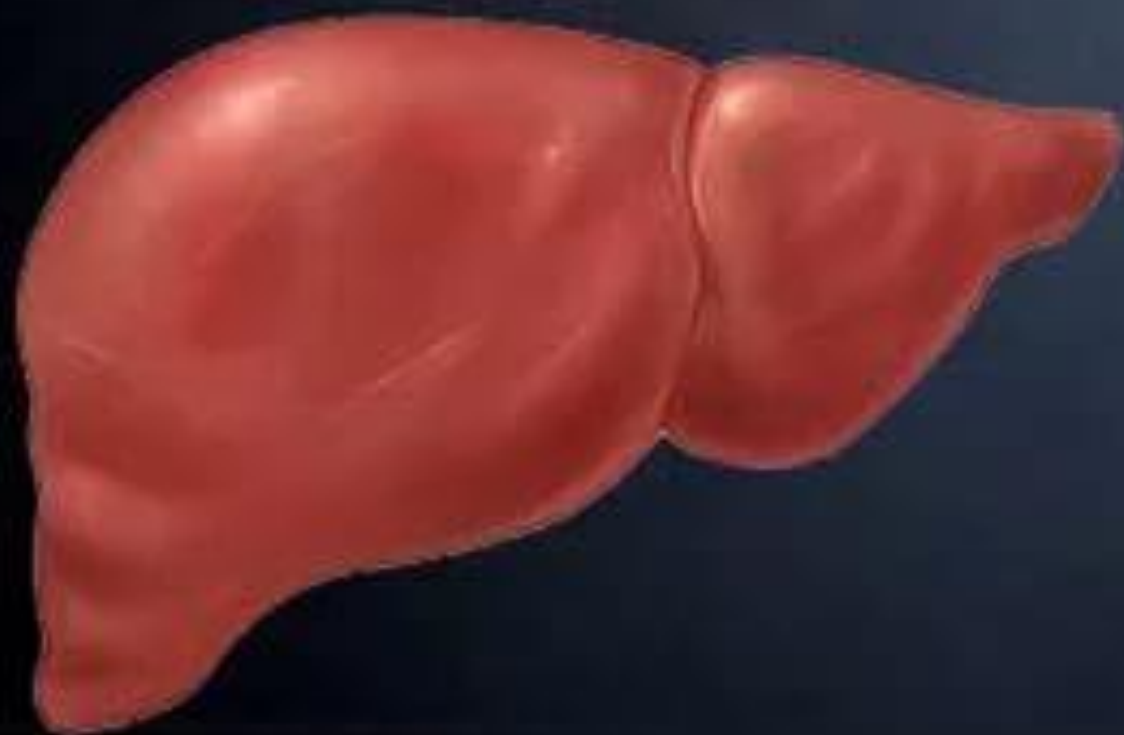


# *«Влияние алкоголя на подростка»*

Алкоголь, попадая в головной мозг, воздействует на центры положительных эмоций, расположенные в гипоталамусе.

При этом на короткое время снимается напряжение, исчезает чувство тревоги и страха. У людей, злоупотребляющих спиртными напитками, определенная часть клеток гипоталамуса превращается в «приобретенный центр алкоголизма».

*Нормальная печень*



*Цирроз печени*



## *Причины (мотивы) употребления алкоголя:*

1. Любопытство;
2. Желание быть принятым в группе «взрослых»;
3. Быть «крутым»;
4. Пониженная самооценка;
5. Неумение отдыхать без допинга;
6. Неумение организовать свой досуг.

*«Влияние наркотиков на физическое  
состояние и социальный статус  
человека»*

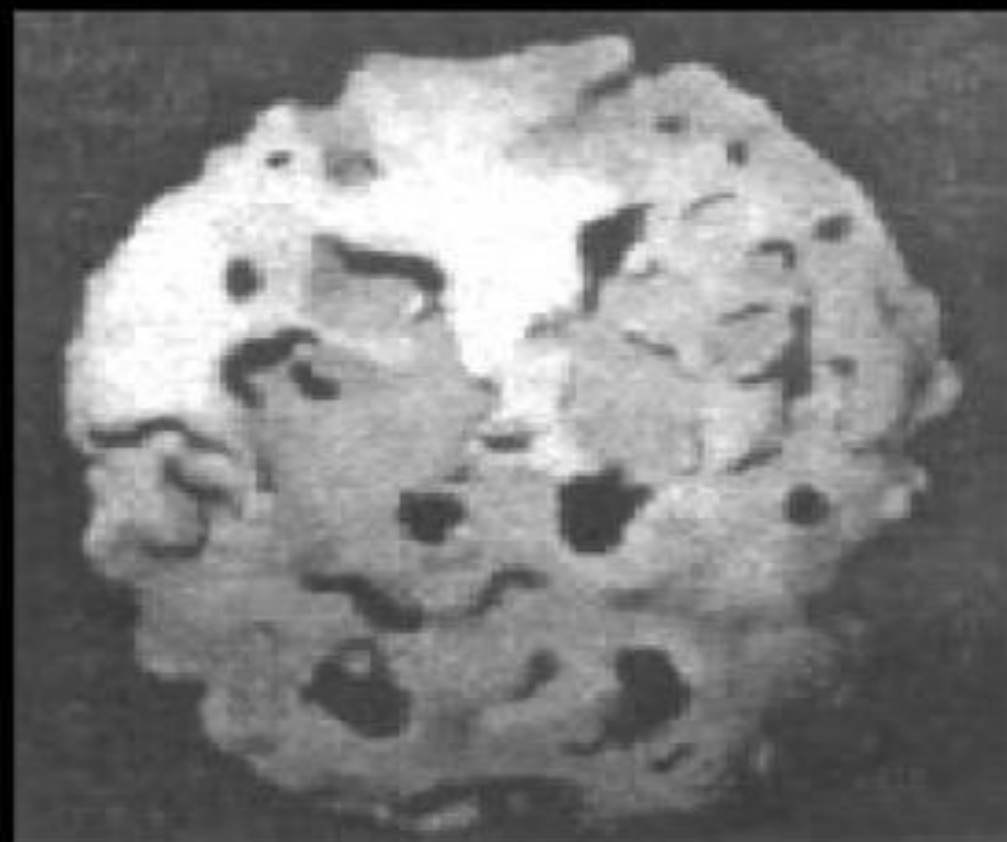
Наркотик – греческое слово, означает осто́лбнение,  
потеря реакции на окружающее.

Применение наркотиков полностью меняет организм  
человека.

Человек начинает искаженно воспринимать  
окружающий мир. Его начинают интересовать только  
наркотики. Он и не замечает, как становится  
наркоманом.



**Мозг здорового  
человека**



**Мозг наркомана**

*Многие люди, пытаясь  
бросить вредные  
привычки, используют  
разные способы.*

# *Физкультминутка*

Вредные привычки брось  
навсегда,  
Чтоб не случилась с  
тобою беда.  
Умей сказать «нет»  
вредным привычкам.  
И тогда в твоей жизни всё  
будет отлично.







# *Девиз*

*«Я умею думать, умею*

*рассуждать,*

*Что полезно для здоровья*

*буду выбирать»*

*Доброго*

*здоровья!!!!*

Спасибо за урок!

© *Emilie Leger*

