

*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

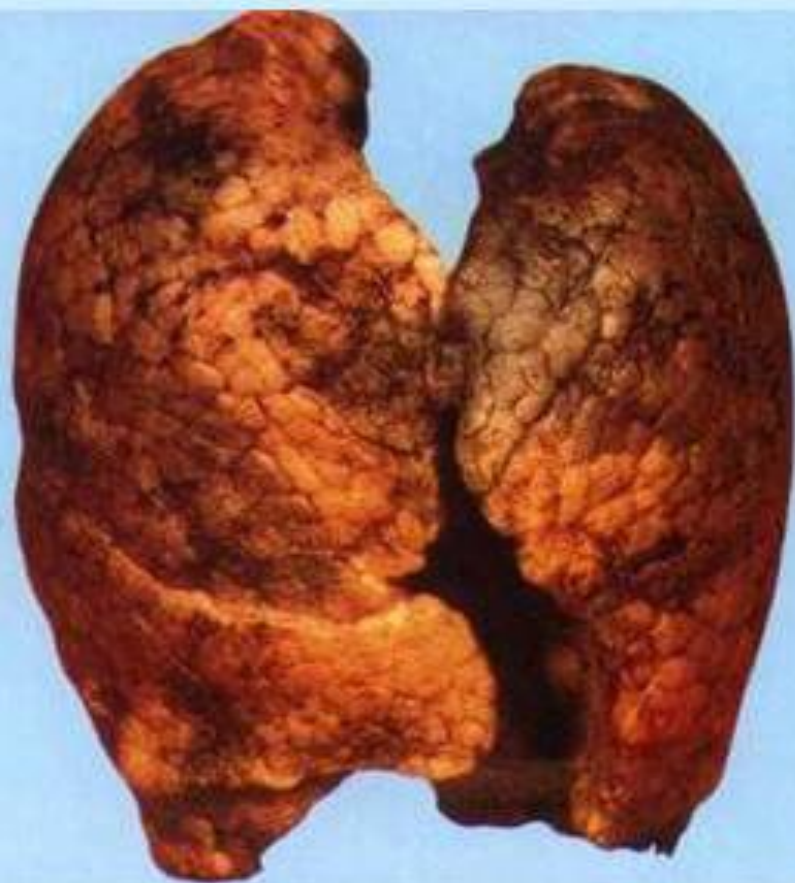
«Влияние никотина на организм подростка»



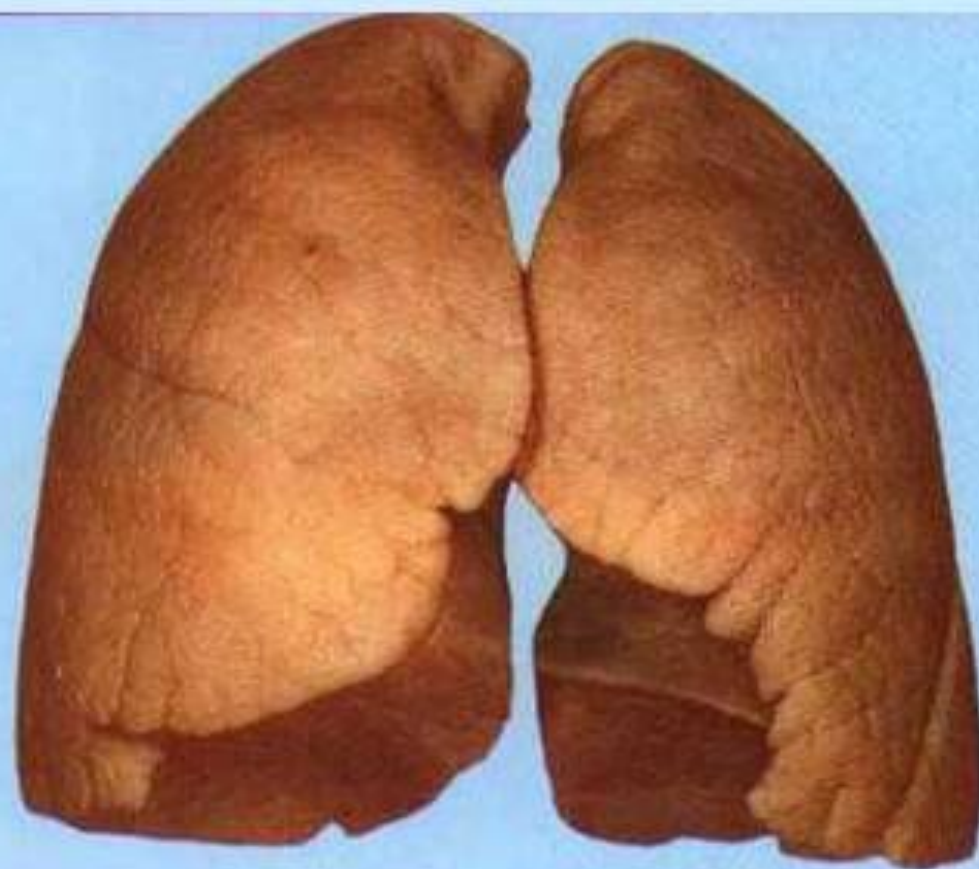
Что опасно для органов дыхания

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 ...

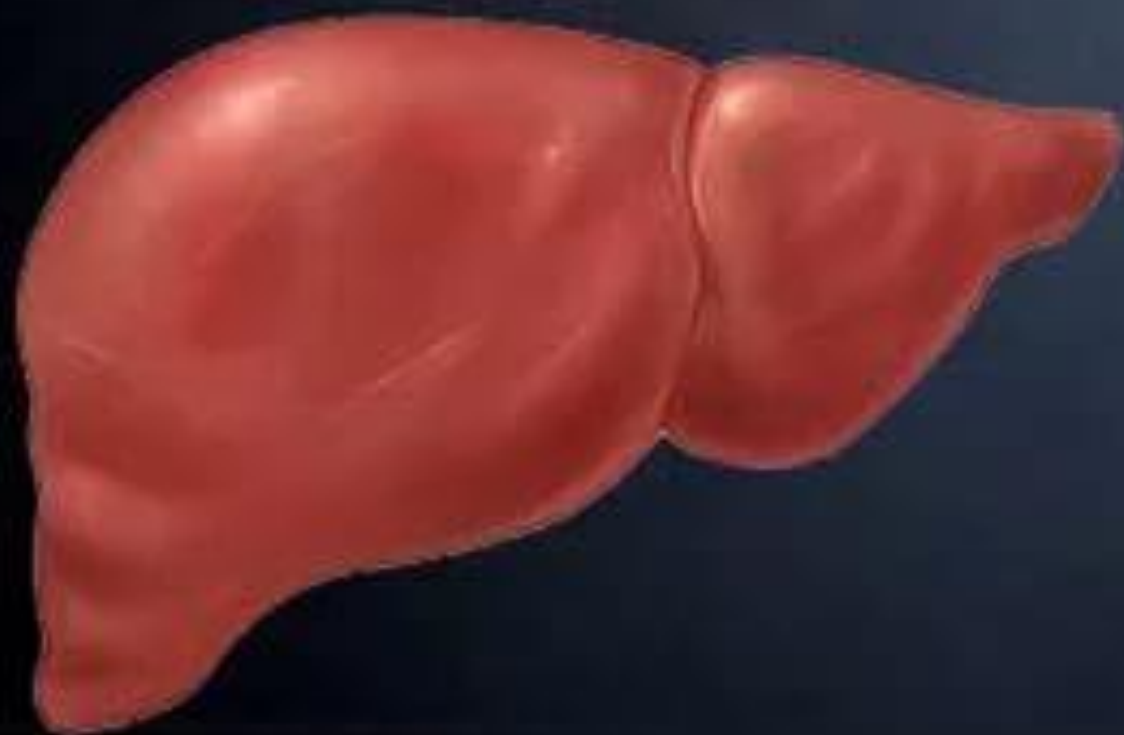
БОЛЬЗНЬ
ВРЕДНАЯ ПРИВЫЧКА
СПОСОБ ПОХУДЕНИЯ

«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»*

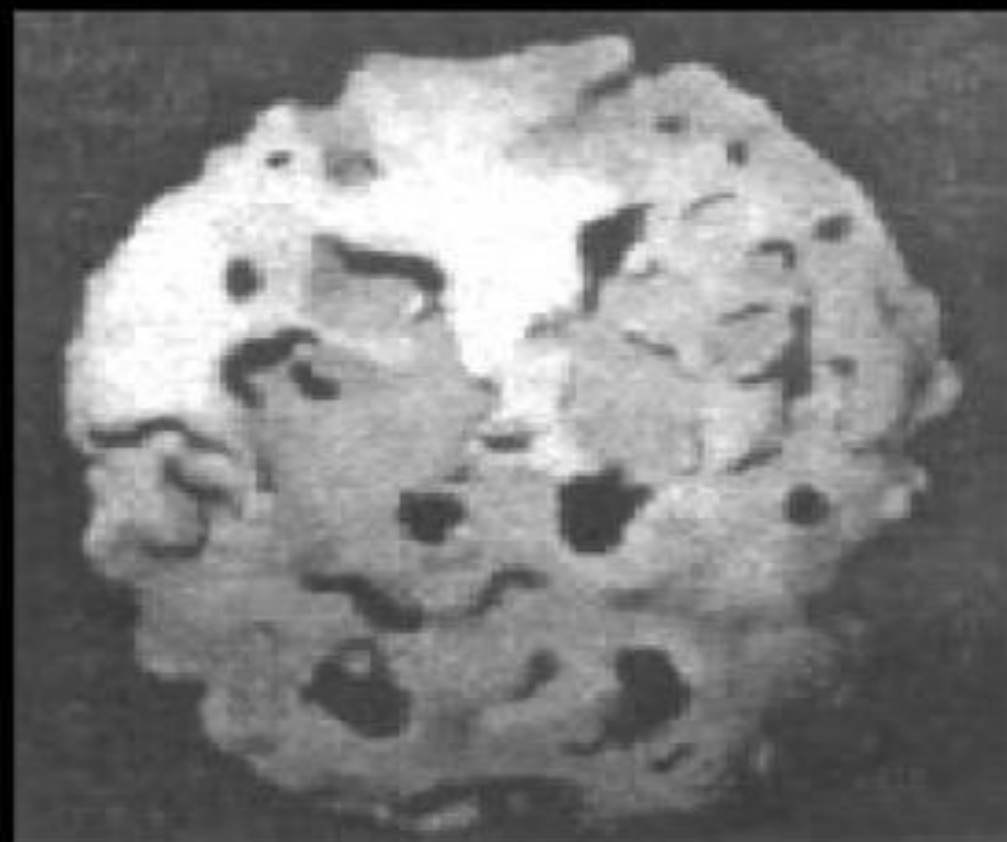
Наркотик – греческое слово, означает осто́лбнение,
потеря реакции на окружающее.

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*

