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,

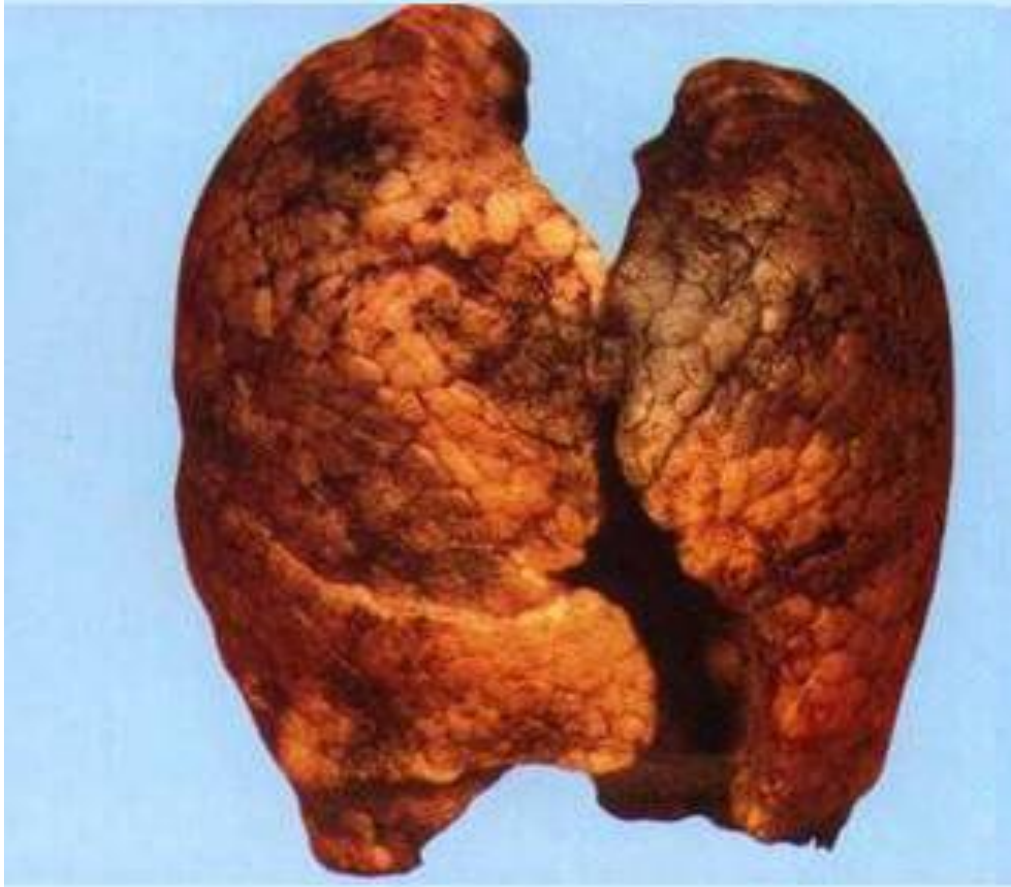
Чудо техники изобретает,

Но, приобщившийся к дурным привычкам,

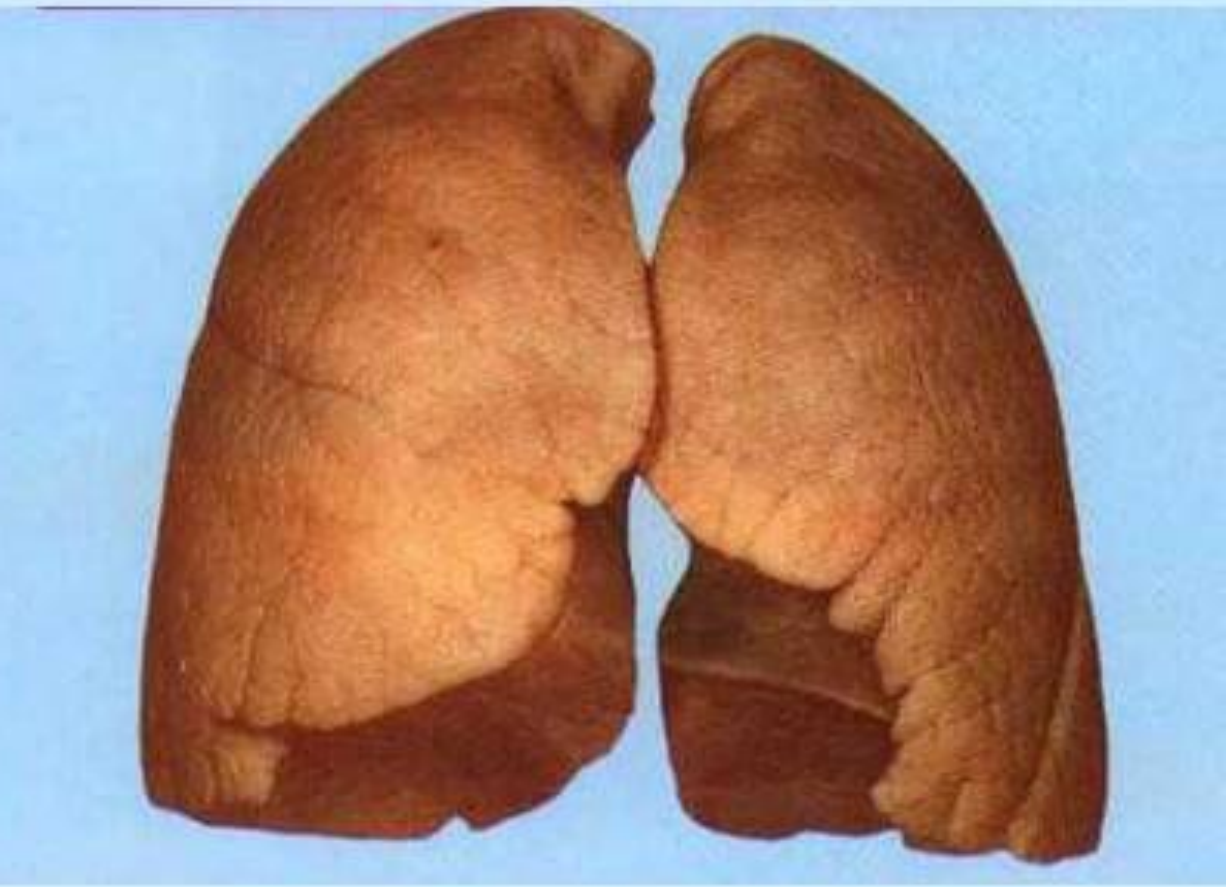
О здоровье своём забывает

Вредные привычки влияют на нервную систему и разрушают здоровье человека

«Влияние никотина на организм подростка»



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 НАХОДИТЬСЯ В КОМНАТЕ, НО НЕ КУРИТ

КУРИЛЬЩИК

ОБА ЧЕЛОВЕКА ОДИНАКОВО

3. Влияет ли курение на будущего ребенка:

ВЛИЯЕТ НЕ ВЛИЯЕТ

4. В табачном дыме содержаться 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 …

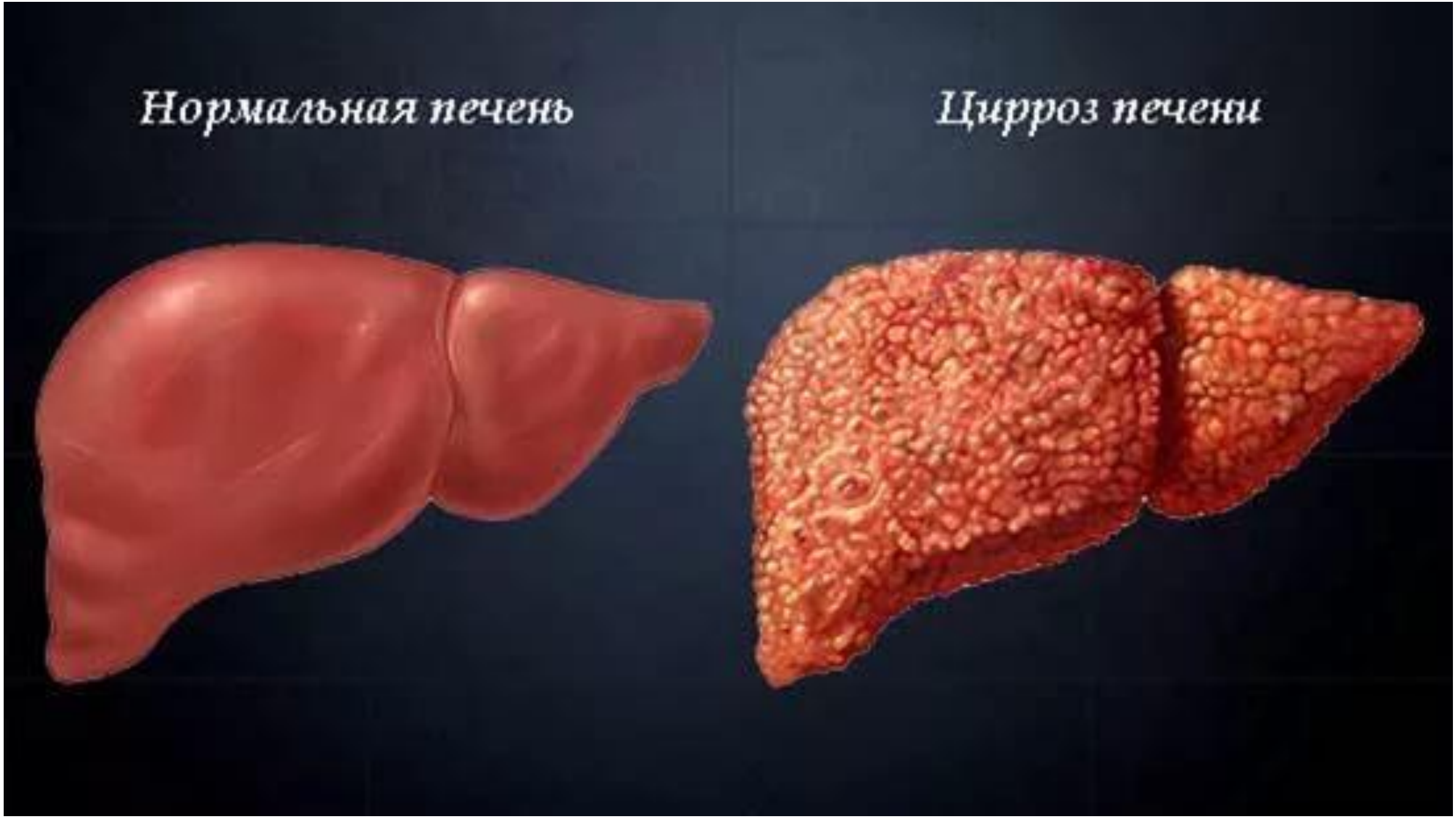
ЗАМЕДЛЯЕТСЯ РАЗВИТИЕ ПОДРОСТКА
НЕ ВЛИЯЕТ НА РАЗВИТИЕ
ВЛИЯЕТ НА ПАМЯТЬ

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.

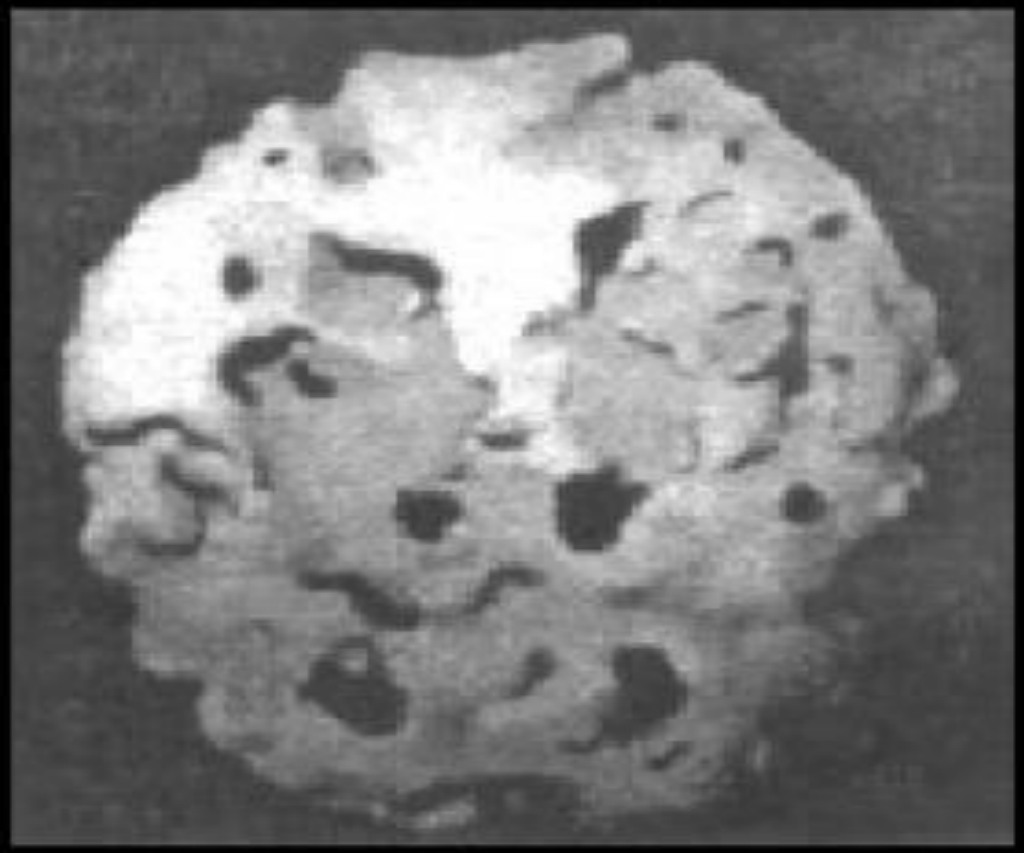
«Влияние наркотиков на физическое состояние и социальный статус человека»

Наркотик – греческое слово, означает остолбенение, 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.

Кроссворд «Здоровье»

1	о	р	г	а	н	и	з	м						
		2	з	а	р	я	д	к	а					
				3	с	п	о	р	т					
						4	р	е	ж	и	м			
				5	п	р	о	г	у	л	к	а		
						6	в	и	т	а	м	и	н	
			7	п	у	л	ь	с						
		8	г	и	г	и	е	н	а					

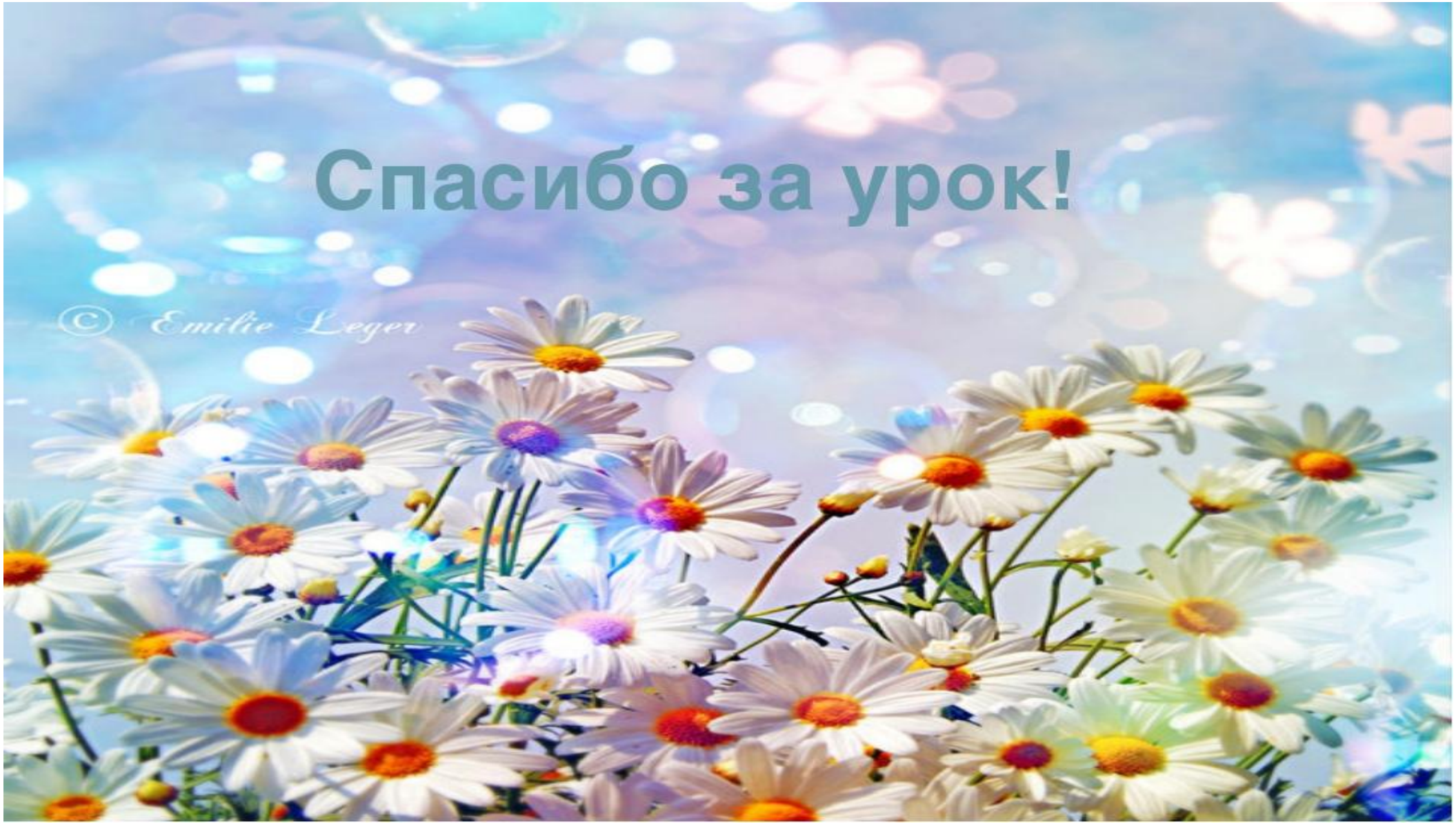
Девиз

«Я умею думать, умею рассуждать,

Что полезно для здоровья буду выбирать»

Доброго

здоровья!!!!


Спасибо за урок!
© Emilie Leger