

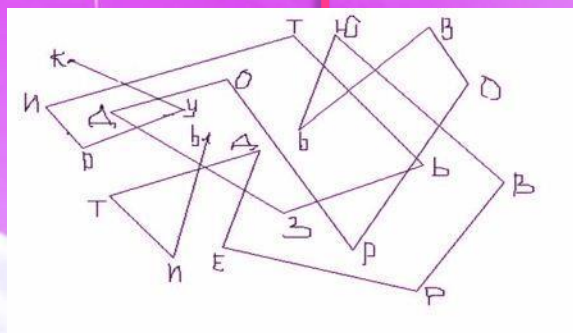
Все пороки от безделья

Народная поговорка



Курить — здоровью вредить

Расшифруйте тему занятия

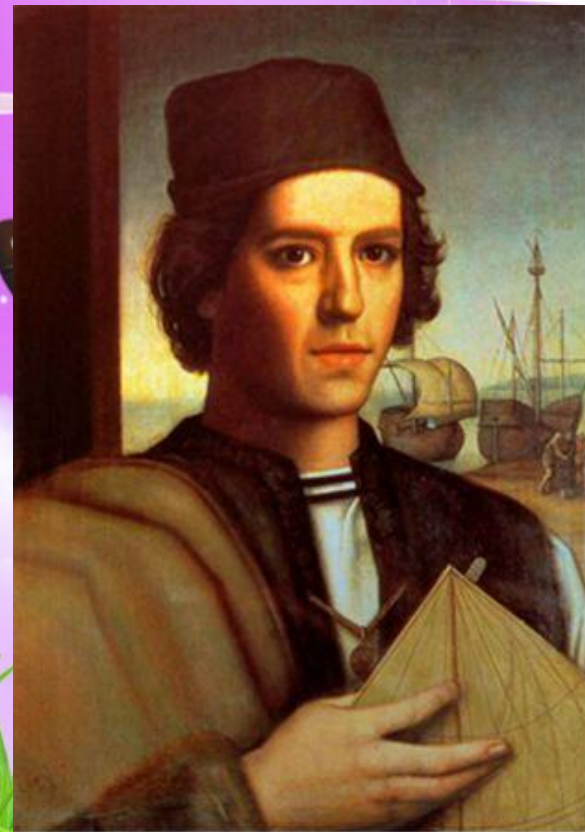


Из истории курения

Христофор

Колумб

**Первое появление
табака в Европе
связано с
открытием
Колумбом Америки**



Из истории курения

Иоанн

Грозный

**На Руси табак
появился только в
середине 16 века во
времена Ивана
Грозного**



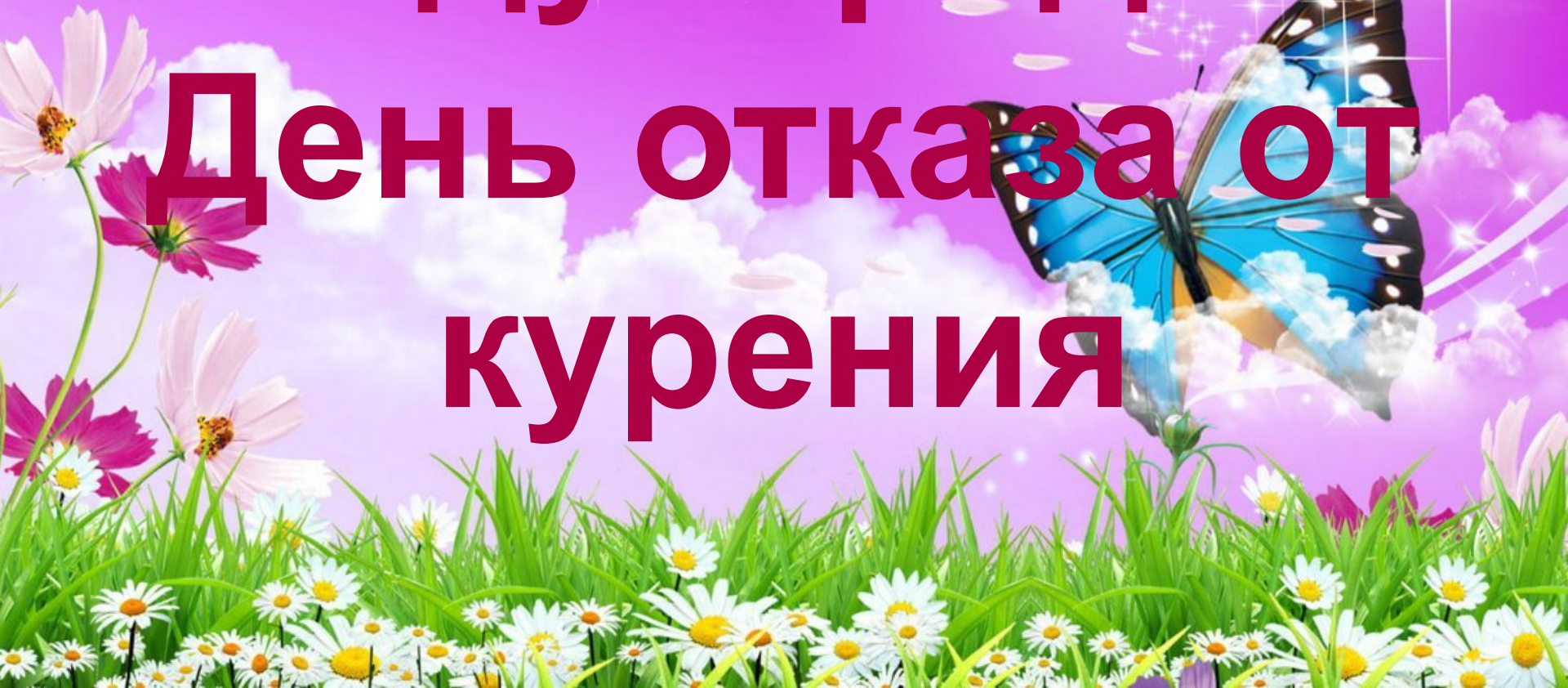
Из истории курения

Петр I

**Большому
распространению
курения на Руси
способствовал Пётр
I, пристрадившийся
к нему в свою
бытность в
Голландии**



**15 ноября –
Международный
День отказа от
курения**



**МАЛОДУШИЕ,
ЗЛОБНОСТЬ,
ЗАВИСТЬ,
ЭГОИЗМ,
ТРУСОСТЬ,
ВОЛЯ,
ГРУБОСТЬ,
ВЫДЕРЖКА,
СТЫДЛИВОСТЬ,
МУЖЕСТВО**

Задание первой группе:

**выписать качества, которые
способствуют укреплению здоровья**

Задание второй группе:

**выписать качества, которые
мешают укреплению здоровья**



В каких ситуациях у человека возникает желание закурить?

- Давление со стороны сверстников, рекламы;
- Подражание кумиру;
- Располагающая обстановка;
- Курящая компания;
- Успокоительное средство, снятие



Кроссворд

1. Втягивание дыма
тлеющих растений – это

...

2. Человек,
предложивший тебе
закурить, должен
услышать твой ...

3. Курение плохо влияет
на все внутренние ...
человека

4. Растение, которое
используют для
курения ...

5. Курение – это вредная



Сравните этих двух людей.

Что вы видите?



МОИ СОВЕТЫ:

НЕКУРЯЩИМ

ПОДРОСТКАМ

- **Избегай курящих компаний**
- **Объединяйся с теми, кто не курит**
- **Не обращай внимания на предложение
закурить**

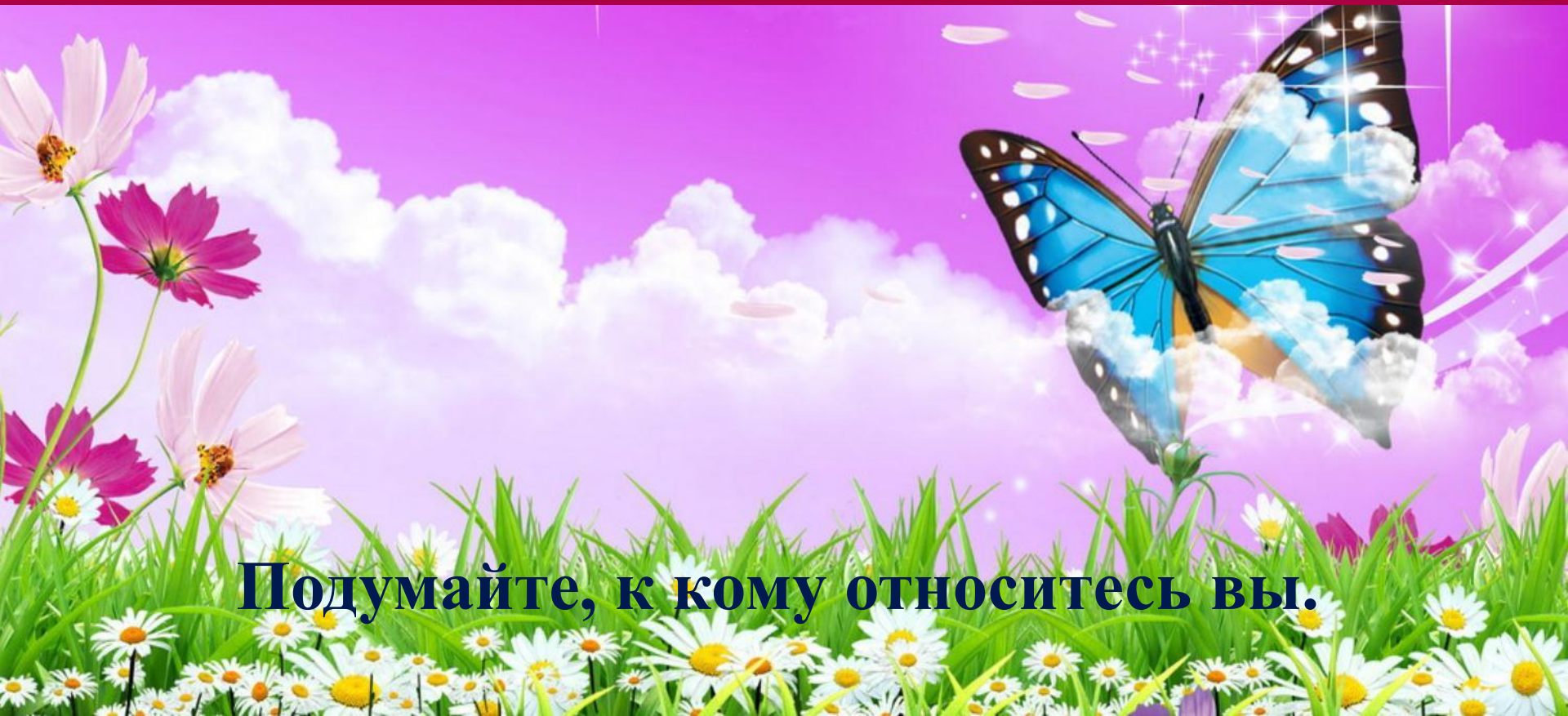
МОИ СОВЕТЫ: **Если ты решил бросить**

курить:

- Нужно больше пить жидкостей (соки, чай с лимоном, и т.д.).
- Съесть ложку мёда – помогает печени очистить организм от вредных веществ.
 - Заниматься физкультурой.
- Воздерживаться от курящих компаний.

«Тот, кто может победить другого, –
силён, тот, кто побеждает самого
себя, – воистину могуществен»

Лао-То



Подумайте, к кому относитесь вы.