

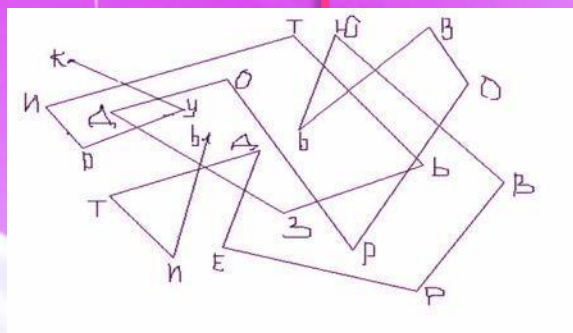
# Все пороки от безделья

*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

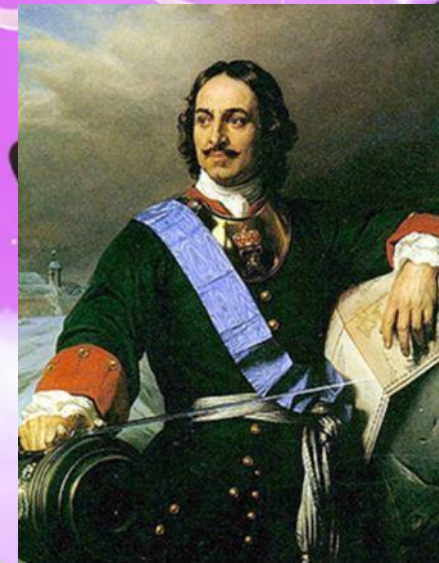
**На Руси табак  
появился только в  
середине 16 века во  
времена Ивана  
Грозного**



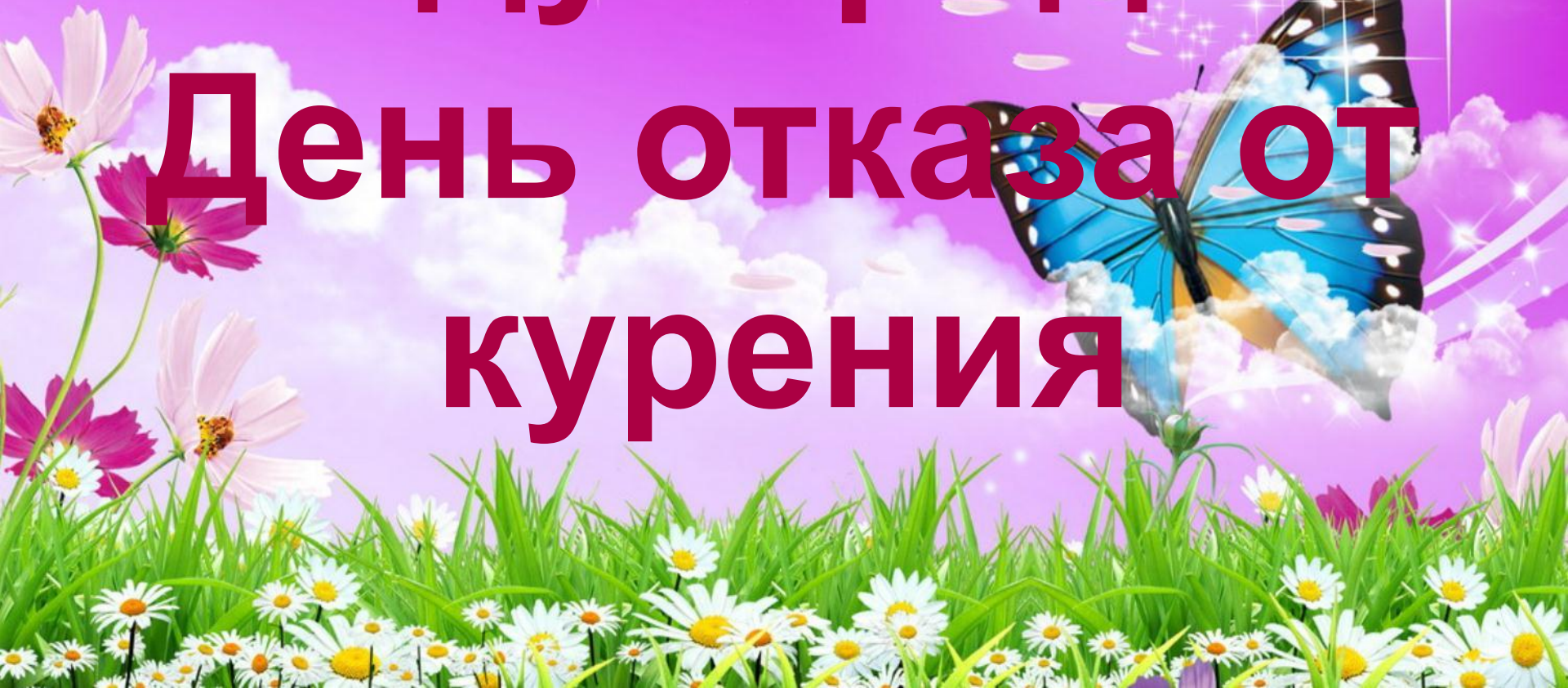
# Из истории курения

Петр I

**Большому  
распространению  
курения на Руси  
способствовал Пётр  
I, пристрастившийся  
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**

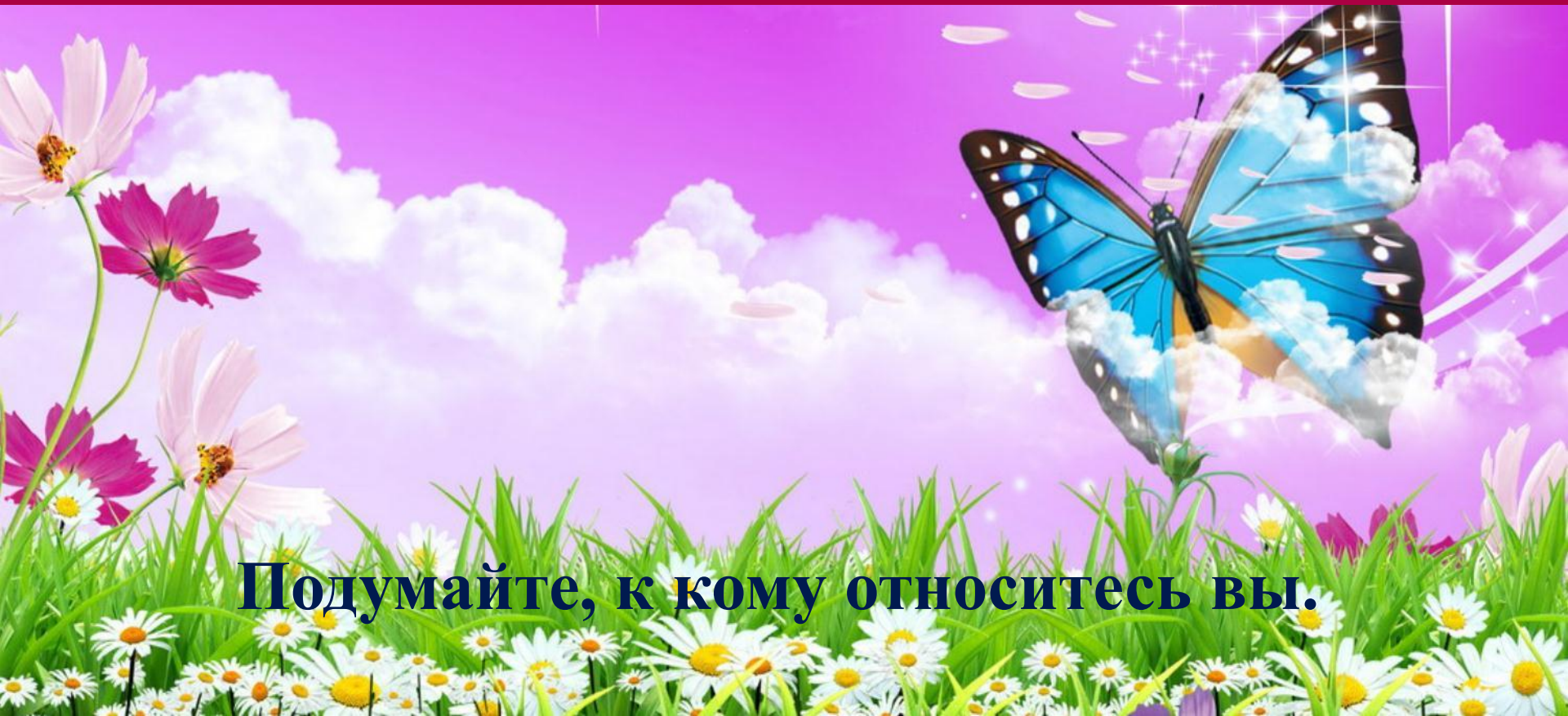
# **МОИ СОВЕТЫ:** **Если ты решил бросить**

## **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.**