

Государственное учебно-методическое
учреждение
«Брестский районный учебно-методический
кабинет»

ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНО СТИ

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

3 КЛАСС



ТЕМА:

Вред алкоголя
наркотических
веществ



ЦЕЛЬ:

- Узнать о вреде наносимом алкоголем и наркотиками здоровью человека;
- Получить представление об алкогольной и наркотической зависимости.
- воспитывать в себе негативное отношение к употреблению алкоголя и наркотиков, устойчивость к психологическому воздействию

**Сравните этих людей.
Как вы думаете, какие у них**

1 ВЫИМ?



**Сравните этих людей.
Как вы думаете, какие у них
привычки?**



**Сравните этих людей.
Как вы думаете, какие у них
привычки**



**Сравните этих людей.
Как вы думаете, какие у них**



трие



**Сравните этих людей.
Как вы думаете, какие у них
привыч**

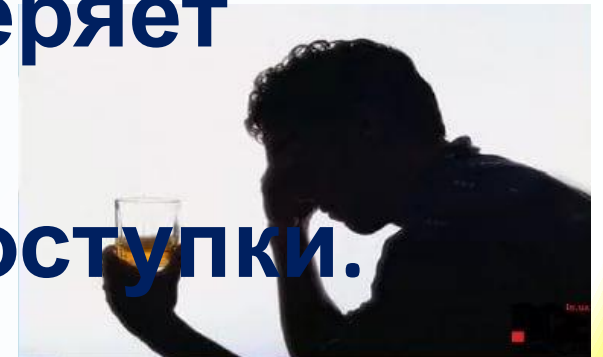


**Сравните этих людей.
Как вы думаете, какие у них
привычки**



АЛКОГОЛИЗМ – страшная болезнь, когда человек не может контролировать количество спиртного, то есть не знает меры.

Алкоголь разрушает мозг человека и другие органы. Человек, употребляющий алкоголь становится нервным, теряет над собой контроль, способен совершать антиобщественные поступки.



Вред алкоголя на организм подростка огромен. У него затормаживается рост, перестают формироваться мышцы, ухудшается память, мышление. Очень быстро возникает привыкание.

Алкоголь - это не просто яд, это самое страшное, что придумал человек для снятия стресса и одиночества.

Алкоголь опасен в любых количествах!



Задумайтесь! Причина этого

алкоголь!

50% - тюремные

заключенные

50% - психических

больных

35% - смертность

50% - больных

туберкулезом

50% - смертность детей

80% - больных детей



НАРКОМАНИ

Я - это зависимость организма на физиологическом уровне от успокаивающих, одурманивающих, погружающих в видения

веществ.

Употребление наркотиков приводит к наркотической зависимости.





Наркомания –
болезненное
непреодолимое
пристрастие к
наркотическим средствам,
вызывающим нарушение
психики, галлюцинации,
бред.

Одурманивающие вещества могут выглядеть очень привлекательно — в виде жвачек, таблеток, витаминов, сигарет, приятно пахнущих веществ. Это очень опасные вещества. Попробовав их, человек постоянно находится в зависимости от них. От наркомании очень трудно вылечиться.



Чтобы избежать беды, важно соблюдать правила безопасного поведения при общении с посторонними людьми. Помните, наркотики — это болезнь и гибель человека. Под влиянием наркотиков уничтожается личность человека, он не контролирует свои эмоции, теряет волю.



Вывод: Не принимайте угощения от посторонних людей. Не нюхайте и не пробуйте неизвестных веществ.



Несмотря на знания о
вреде наркотиков,
возникает ситуация,
когда
распространители
умело внедряют в умы
подростков **мифы**,
которые способствуют
привлечению ребят в
ряды наркоманов.



**Будь
внимателен!**
**МИФ
ПЕРВЫЙ**

«Попробуй — попробуй».

Это неправда: обследования показывают, что лишь один из 10 подростков пробовал наркотики. Чаще жертвами этих слов становятся конфликтные, склонные к мелкому воровству, лживые, агрессивные подростки. Они же впоследствии становятся распространителями наркотиков.



**Будь
внимателен!**
**МИФ
ВТОРОЙ**

«Попробуй — ничего страшного не случится».

Это ложь. Прежде всего, пристрастие к некоторым наркотикам может возникнуть и после одной дозы приема. Кроме того, существует индивидуальная чувствительность, возможна гибель человека даже при первой инъекции.



**Будь
МИФ
внимателен!
ТРЕТИЙ**

"Попробуй – если не понравится, бросишь".

Хотя подростки и слышали кое-что про ломку, но убеждены, что ее можно преодолеть либо с помощью врачей, либо усилием воли. Это тоже ложь. Известно, что даже после 2-3 месяцев неупотребления наркотиков люди вновь возвращаются к приему.



**Будь
внимателен!
ЧЕТВЁРТЫЙ**

Существуют "безвредные" наркотики.

Безвредных наркотиков нет. Все они, даже при незначительном потреблении, пагубно влияют на личность. Зависимость развивается всегда.



Вредным привычкам –

НЕТ!

Вредным привычкам –

НЕТ!

Скажи всем друзьям.

Вредным привычкам –

НЕТ!

Скажи себе сам.

Вредные привычки –

плохо!

Знай всегда.

Вредные привычки



КАК ТЫ ПОСТУПИШЬ?

1. Тебе предлагают родственники
принять алкоголь за праздничным
столом.



2. Незнакомый человек на улице
предлагает тебе попробовать
вкусные полезные витаминки.



КАК ТЫ ПОСТУПИШЬ?

**3. Друзья предлагают тебе
попробовать пиво и говорят, что
это даже не алкоголь .**



**4. Старшие ребята говорят, что
примут тебя в свою компанию,
если ты понюхаешь порошок
или съешь какую-то таблетку.**



ДЕВЯТЬ ЗАПОВЕДЕЙ

ЗДОРОВЬЯ

1. Чёткий режим

2. Свежий

3. Больше

4. Физическая

5. Правильное

6. Не пить, не

7. Курить

8. Любовь к себе и

9. Занятия по

душе



РЕФЛЕКСИЯ

- ТЕПЕРЬ Я ЗНАЮ ...
- Я НИКОГДА НЕ БУДУ ...
- Я СКАЖУ «НЕТ», ЕСЛИ ...

