«Табак приносит вред телу, разрушает разум, отупляет целую нацию»

О. де Бальзак

Курение или здоровье - выбирайте сами!

Презентация
классного часа
в 3б классе
учителя начальных классов и математики
МОУ «СОШ №26» г. Энгельса Саратовской области
Федосеевой Л.Н.

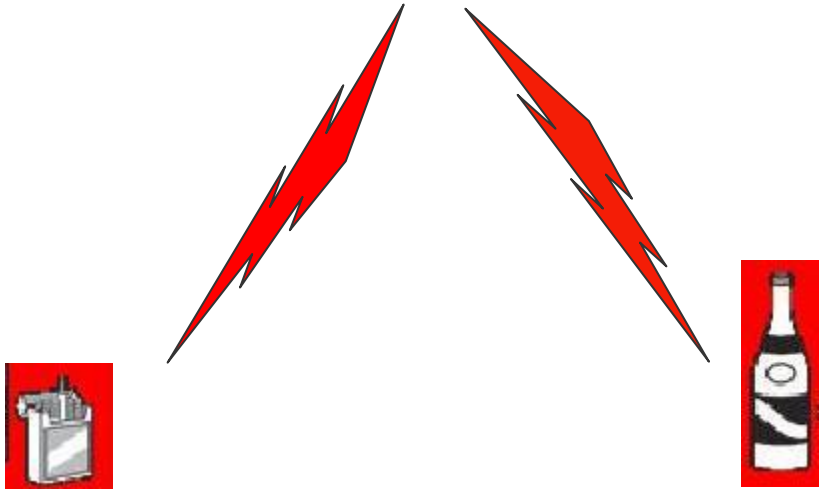
Факторы риска

- Курение - причина таких болезней, как рак лёгких, сердечные заболевания, эмфизема, хронический бронхит, язва желудка, инсульт. Вероятность приобрести инфаркт миокарда у курильщиков в 10-12 раз выше, чем у некурящих, а смертность в 5 раз выше. Уже сегодня курение убивает каждого десятого человека в мире.

Сухие цифры

По данным Всемирной Организации Здравоохранения:

ЕЖЕГОДНО УМИРАЮТ



3 миллиона человек от курения!

6 миллионов человек от алкоголизма!

Прогнозируется, что в 2020 году от курения погибнут около **10 миллионов** человек в возрасте от 30 до 40 лет!

Последствия полезных привычек	Последствия вредных привычек
Жизнь без болезней	Болезни
Активный отдых	Отдых – пустая трата времени
Труд в удовольствие	Труд воспринимается как вынужденное занятие
Умение стойко выносить любые трудности	Неумение отражать стресс
	Раздражительность
Доброе отношение окружающих	Кажущееся отсутствие свободного времени (пребывание к различных компаниях)
Свободное время, увлечения	

Элементы здорового образа жизни

СОЛНЦЕ ЖИЗНИ
Спорт
Общение с друзьями
Чтение книг
Посещение театров
Просмотр телепередач
прогулка
отдых
ИГРЫ
Ощущение с бантиками
Музыка

- Пусть не страдают больше люди
- В дыму чадящих сигарет
- Науку эту не забудем
- И никотину скажем: «Нет!»