

**«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
Доброе отношение окружающих	Раздражительность
Свободное время, увлечения	Кажущееся отсутствие свободного времени (пребывание в различных компаниях)



# Элементы здорового образа жизни



СОЛНЦЕ  
ЖИЗНИ

Спорт



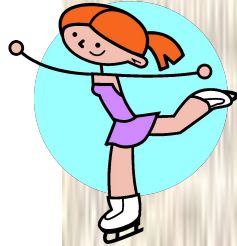
Общение  
с  
друзьям  
и



Чтение  
книг



Посеще  
ние  
театров



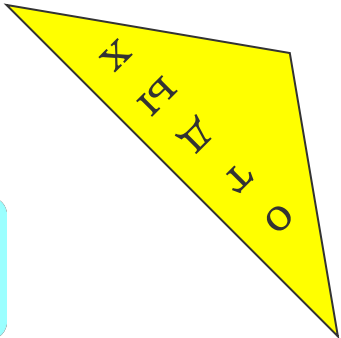
Просмотр  
телепередач



Прогулка



О  
Н  
Е  
Н  
О



ИГРЫ

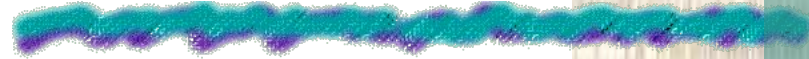


Общение  
с  
близкими



Музыка





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