

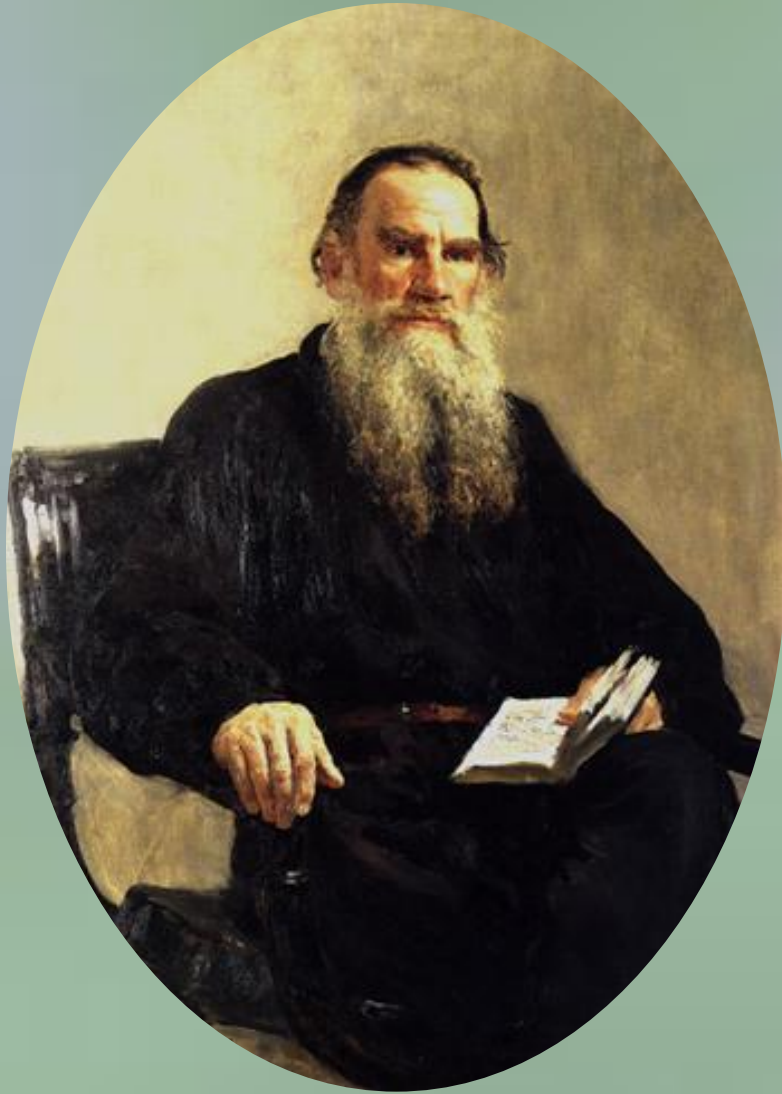
Математика о вреде курения

Интегративное внеклассное занятие

*Новикова И.А., учитель математики высшей
квалификационной категории;*

Тяжкороб Е.А., педагог по здоровьесбережению





Трудно себе представить то
благотворное изменение,
которое произошло бы во
всей жизни людской, если
бы люди перестали
одурманивать и отравлять
себя водкой, вином,
табаком и опиумом.

Л.Н. Толстой.

Математическая статистика

- В мире проживает более 1,1 млрд. курильщиков.
- **80%** курильщиков начали курить в школе.
- В России каждые **9** секунд умирает человек из-за болезней, вызванных курением.
 - **30%** среди 12 летних подростков начали курить,
 - к 14 годам эта цифра возрастает почти вдвое,
- в 18 лет попробовали сигарету хоть раз уже **80%**.



Узнав результаты научных исследований, люди ужаснулись!

Если человек курит в день	Он сокращает жизнь
от 1 до 9 сигарет	на 4,6 года
от 10 до 19	на 5,5 года
от 20 до 39 сигарет	на 6,2 года

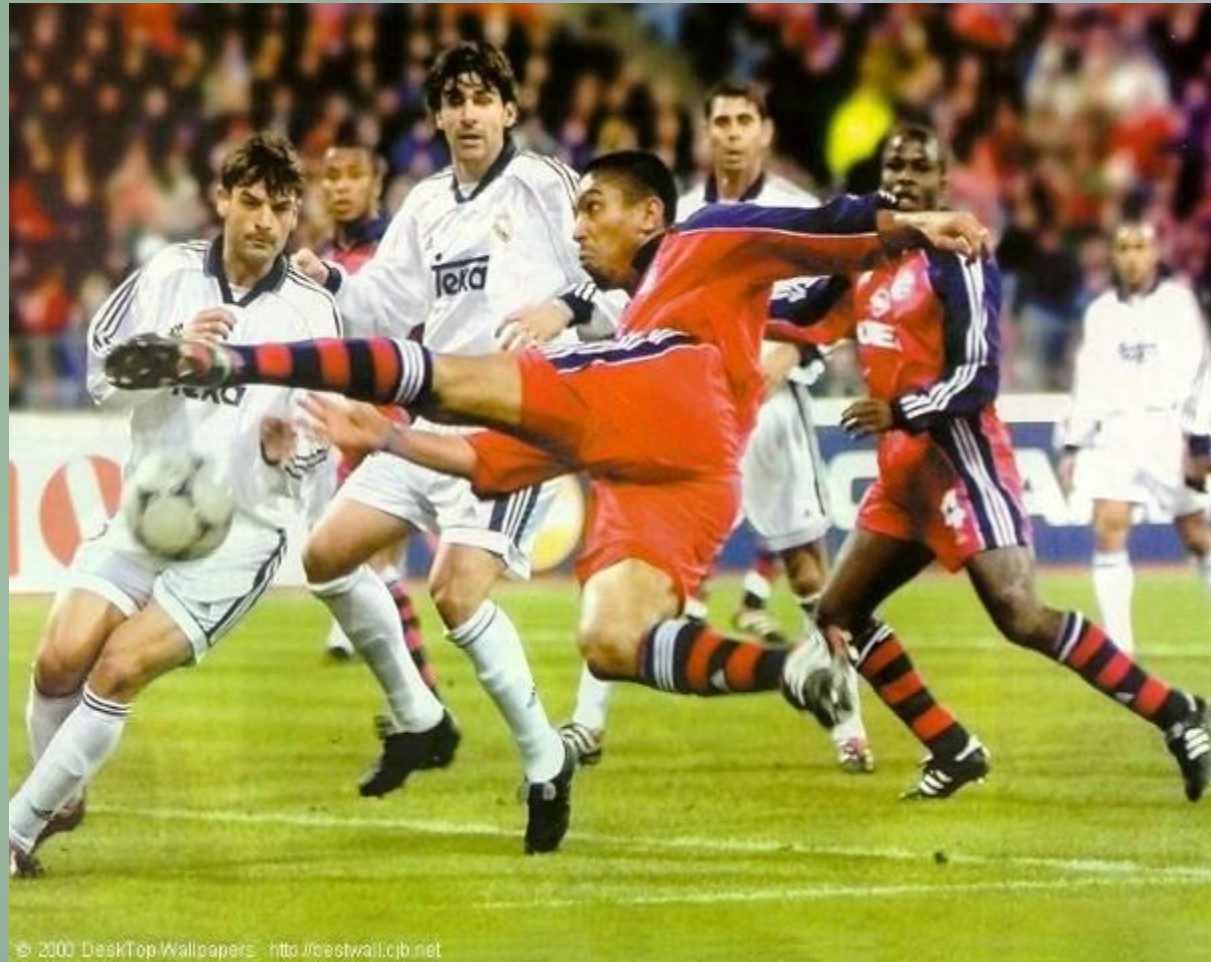


Лёгкое курильщика



Курение и спорт - несовместимы

Спорт и крепкое
здоровье
взаимосвязаны.
Людам
физического труда
и спортсменам,
особенно на
соревнованиях,
нельзя курить, т.к.
после курения
через 10-15 минут
мышечная сила
снижается
на 15 %.



Прославленный вратарь сборной России по хоккею с шайбой Владислав Третьяк говорит:



«Если курить – это значит полжизни спортивной отнять у себя. Как стать большим мастером в спорте?

В первую очередь нужно любить вид спорта, который выбрал.

Второе – нужно очень много трудиться.

Третье – **самое главное в жизни спортсмена – это отказаться от курения».**

Вопросы ВИКТОРИНЫ

Родина табака:

- а) Южная Америка
- б) Южная Африка
- в) Южный полюс



Родина табака



Сегодня в школах Китая юного курильщика ожидает изнурительное наказание. Какое же?

а) тренировка на велотренажёре

б) бег на 1,5 км

в) мытьё полов в школе

**В школах Китая юного курильщика
ожидает изнурительное наказание.
Какое же?**



Кого называют «курильщиками поневоле»?

а) тех, кто находится в обществе курящих

б) тех, кого заставляют курить
принудительно

в) тех, кто курит в тюрьме

**Кого называют
«курильщиками поневоле»?**

Тех, кто находится в обществе курящих



Всемирная организация
здравоохранения (ВОЗ)

выдвинула тезис:

«Право некурящих на
чистый воздух выше
права курящего на
курение».

Чью красоту воспевали художники эпохи Возрождения?

- а) женщины с веслом;
- б) дамы с сигаретой;
- в) мадонны с младенцем.

Кого воспевали художники эпохи Возрождения?



мадонну с младенцем

Подсчитано

- Население земного шара ежегодно выкуривает **12 миллиардов** папирос и сигарет
- Общая масса окурков, бросаемых, где попало, достигает **2520000 т**

Подсчитано

Курящие ежегодно «выкуривают» в атмосферу **720** тонн синильной кислоты, **384000** тонны аммиака, **108000** тонн никотина, **600000** тонн дегтя и более **55000** тонн угарного газа и других составных частей табачного дыма.

Подсчитано

В течение **30** лет курильщик
выкуривает примерно
20000 сигарет, или **160** кг
табака, поглощая в среднем
800 г никотина.

**В момент затяжки,
температура на
кончике сигареты
достигает
600 градусов.**

Хочешь жить – бросай курить!!!

Если вы курите, не думайте, что вас не коснутся отрицательные последствия от курения! Вы не исключения и живёте, как и все организмы, по законам природы. Каждая сигарета отгрызает кусок от отмеренного вам отрезка жизни, стоит ли продолжать?



Вообще курение
может
спровоцировать
развитие около
100 заболеваний

Ученик, может быть ты, хочешь, получить «нечто особенное»?

- ✓ **«привлекательный» внешний вид:** желтые зубы и пальцы, серый оттенок кожи, ранние морщины
- ✓ **быть похожим на пепельницу,** с таким же неприятным запахом
- ✓ **хронические болезни,** связанные с курением: рак легких, хронический бронхит, болезни сердца
- ✓ **одышку и сердцебиение** при физических нагрузках
- ✓ **постоянно прятаться** от родителей и учителей
- ✓ **экономить на завтраках,** откладывая деньги на сигареты

Тогда ты действительно
можешь попробовать
завести себе пагубную
привычку, от которой потом
будет очень сложно
избавиться.

Ученик, если ты хочешь:

- **сохранить свое здоровье**
- **состояться в жизни как личность**
- **выглядеть молодо и привлекательно**
- **всегда быть в хорошей спортивной форме**
- **быть самостоятельным человеком**
- **не быть рабом вредной привычки**

**Не допусти, чтобы табак
помешал тебе реализовать
свои возможности и поставь
большую жирную точку. Ведь
твой выбор – никогда не
начинать!**

Минздрав России
предупреждает:

«Курение опасно для
вашего здоровья!»»



Если ты любишь себя и
ценишь свое здоровье,
ты скажешь «нет»
всему, что может
принести тебе вред.



Мы не курим!

И вам не советуем.

Выбор за вами!

Идея не курить так
хороша и
своевременна, что не
стоит её откладывать!

Стоит ли начинать ...



NOSMOKING - НЕТ КУРЕНИЮ!

Спасибо за урок !

