

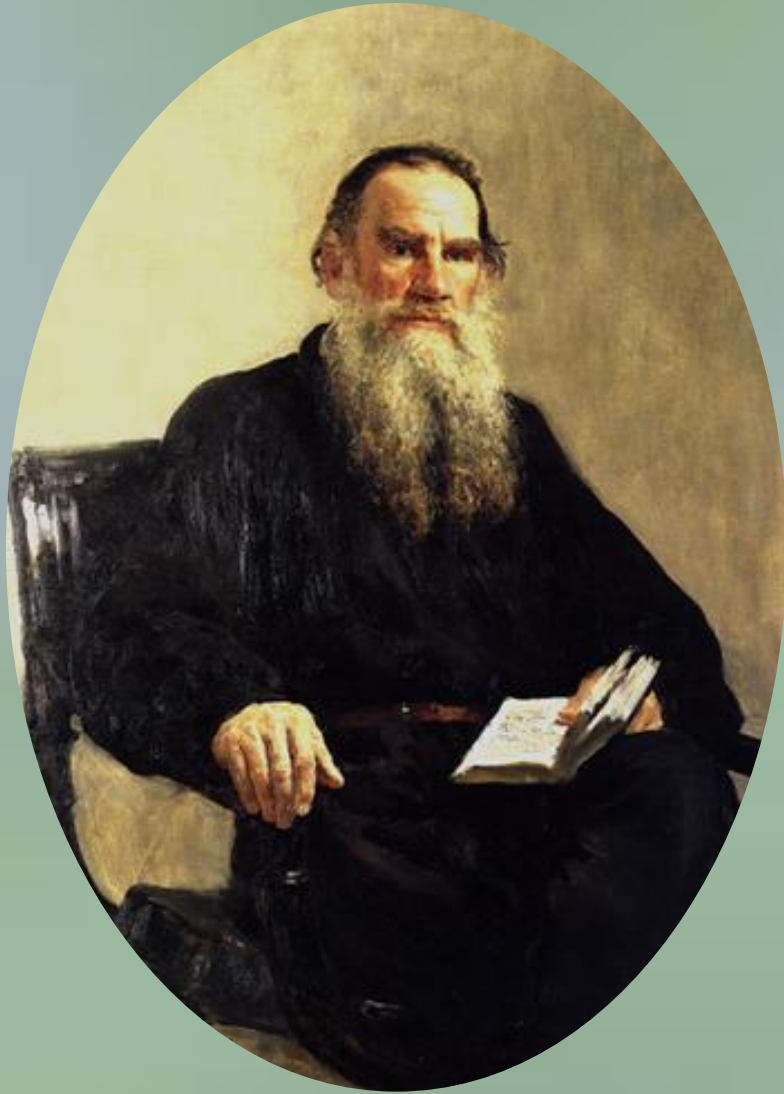
# Математика о вреде курения

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



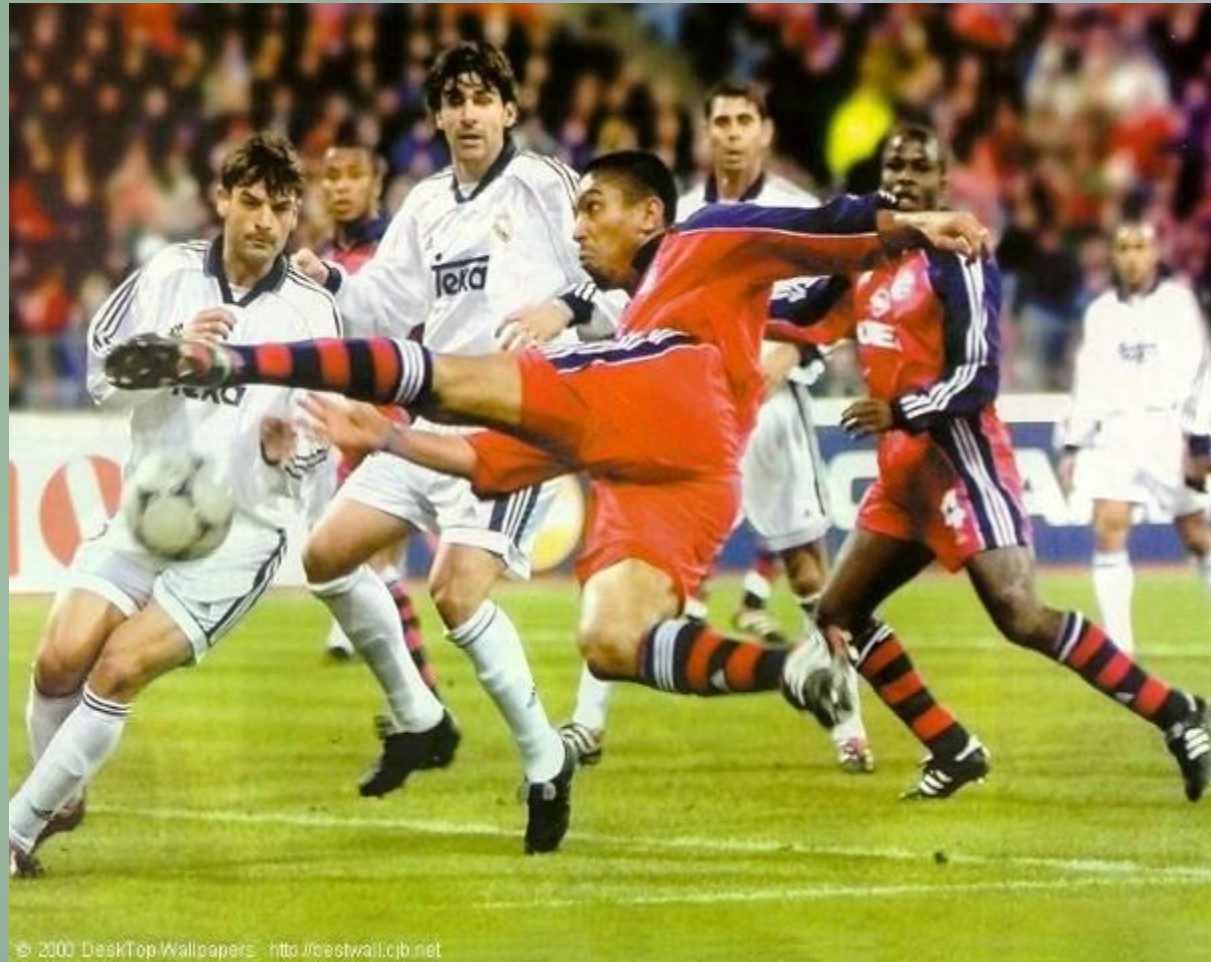
# Лёгкое курильщика





# 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!**

КУРЕНИЕ  
УМЕНЬШАЕТ  
ПЛОДНОСТЬ

КУРЕНИЕ  
ПРЕДУПРЕЖДАЕТ ВАШЕ  
ЗДОРОВЬЕ

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

# Стоит ли начинать ...



**NOSMOKING - НЕТ КУРЕНИЮ!**

Спасибо за урок !

