

**МБОУ СОШ №38 г.о. Самара
ПК «ПЕРЕКРЁСТОК»**

ИЗГНАНИЕ СЕРОГО ДЖИННА

Выполнили:

Ученики 7 «А» класса

Руководители:

Ананьева Л.А.,

Липатунина О.С.

*«От курения тупеешь, оно несовместимо
с творческой работой»*

«Табак ... неизбежно ослабляет энергию»

ЦЕЛЬ:

Выяснить воздействие курения на организм человека, вызываемые им болезни и возможные последствия.



Что содержится в сигарете?

- В дыме **одной сигареты** содержится:

- никотин,
- аммиак,
- угарный газ,
- радиоактивные вещества



- Дым сигарет вреден окружающим.
- Каждая сигарета отнимает **от 5 до 15 минут жизни!**
- **20** ежедневно выкуриваемых сигарет сокращает жизнь на **8-12 лет!**

НИКОТИН

*Никотин - это наркотик. А это означает,
что с каждым годом тебе будет все труднее...*



АММИАК

- Раздражает слизистые оболочки, вызывая боли в желудке.
- Появляются **удушье, головокружение.**



РАДИОАКТИВНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ, СОДЕРЖАЩИЕСЯ В СИГАРЕТЕ

- **Приводят к:**

- расстройству сна и аппетита;
- нарушению деятельности желудка и кишечника;
- повышенной раздражительности;
- плохой успеваемости;
- отставанию в физическом развитии.

ВЛИЯНИЕ СИГАРЕТ НА ЧЕЛОВЕКА

Нервная система

- Отравляет клетки мозга (ухудшается память, зрение, умственная работоспособность, появляется бессонница, головные боли).
- Курящие ученики отстают в учебе, становятся нервными, рассеянными, ленивыми, грубыми и недисциплинированными.



Дыхательная система

- **Хронические заболевания** дыхательных органов
- **Туберкулез легких**
- **Рак легких**
- **Рак гортани**



КРОВЕНОСНАЯ СИСТЕМА

- Заболевания сердца (инфаркт миокарда)



Сломай сигарету,
пока сигарета не сломала тебя!

ПИЩЕВАРИТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА

- Развивается **кариес**;
- Ухудшается аппетит, обоняние, вкус извращается;
- Расстройства желудка.



ВЫДЕЛИТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА

- Развитие хронических болезней почек и мочевого пузыря



ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА

- Ухудшение кровоснабжения из-за спазма кровеносных сосудов приводит к снижению работоспособности мышц может привести к самопроизвольной **гангрене** конечностей.

Никотин действует как яд кураре, парализующий мышечную систему

(страдает каждый 7-ой курильщик)



ДЕТИ КУРИЛЬЩИКОВ

- Доказано: дети курящих женщин примерно до 11 лет **отстают в физическом и умственном развитии.**
- В семье, где курили родители, начинают курить **67%** мальчиков и **78%** девочек.

У ДЕВУШЕК

- От курения станет хриплым твой голос
- Постепенно почернеют, испортятся зубы.
- Запах изо рта настолько неприятен, что не нужно удивляться, если парни таких девушек будут избегать.



Бросить курить, постепенно уменьшая дозу никотина, невозможно?

СЛОЖНО... но можно

- Вместо того чтобы выкуривать не 10, а 5 сигарет в день, лучше пройти **заместительную никотинотерапию** (специальные таблетки, жвачки)



ВЫВОДЫ:

- Курение приводит к развитию серьезных и разнообразных заболеваний (тяжелые бронхиты, туберкулез, рак легких, инфаркт миокарда и другие).
- Организм курильщика изнашивается и стареет значительно раньше, чем организм некурящего.

• «Курение - медленное самоубийство».

Скажи себе: «Нет!»

• Прекращать дурные привычки надо сразу.

Занятия спортом укрепляют волю, делают человека бодрым, здоровым, отвлекают его от вредных привычек. **Человек с сильной волей никогда не начнет курить!**

• От причин, связанных с употреблением табака, **умирает каждый пятый.**

Я, ты, он, она – вместе одолеем вредные привычки!

