

**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 **удушьё, 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 )

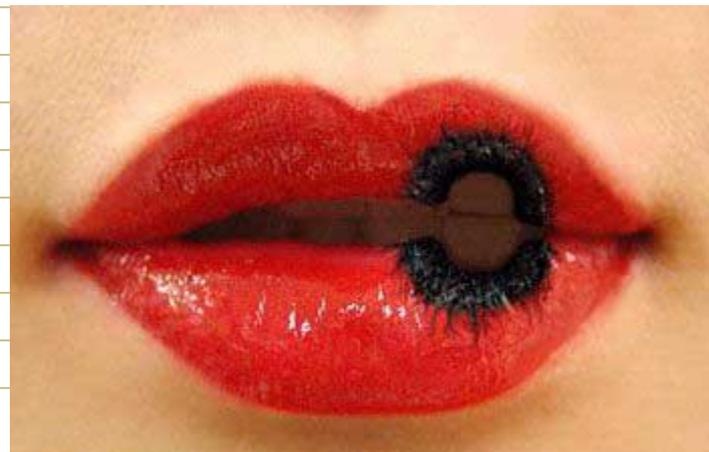


# ДЕТИ КУРИЛЬЩИКОВ

- 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!

