



**Будь
здоров ...!**



Классный час

Скажем сигарете:

"НЕТ!"



Классный руководитель
6 а класса Голосова О.А.
2011г.

История табака



В I веке до нашей эры американские индейцы использовали табак в медицинских и религиозных целях.

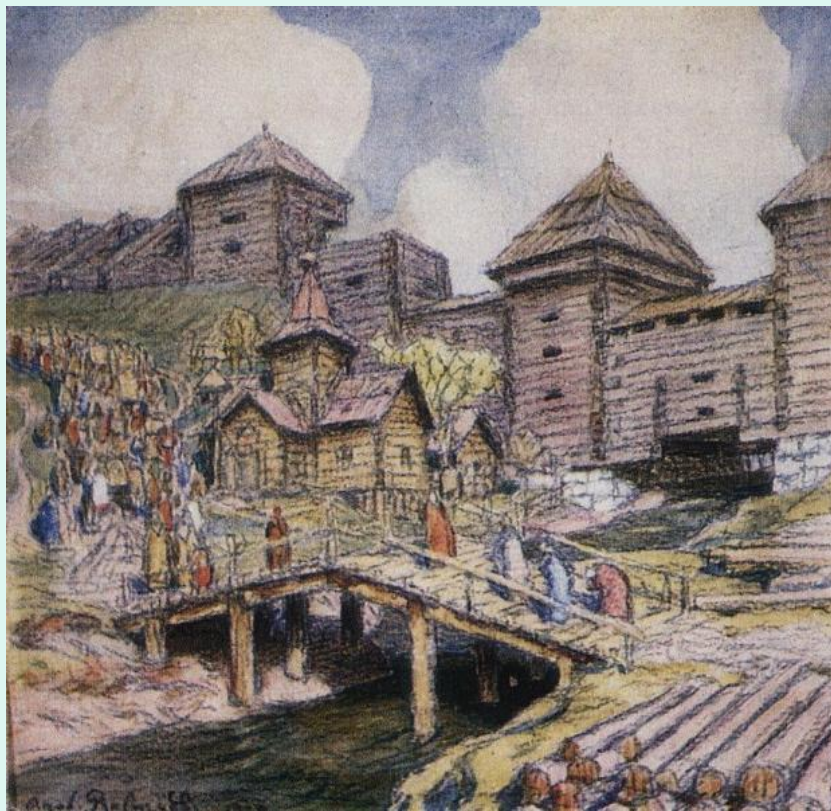
Табак стали выращивать ещё в VI веке до нашей эры.



История табака

15 октября 1492 табак был передан **Христофору Колумбу** американскими **индейцами** как подарок и, вскоре после этого, табак был **завезен в Европу**, и его начали выращивать повсеместно.





В РОССИЮ

- табак был доставлен **в конце 16-го столетия** английской торговой компанией, однако из-за частых пожаров в Москве – следствие неосторожного курения- **царь Михаил Федорович запретил продажу и курение табака.**



История табака



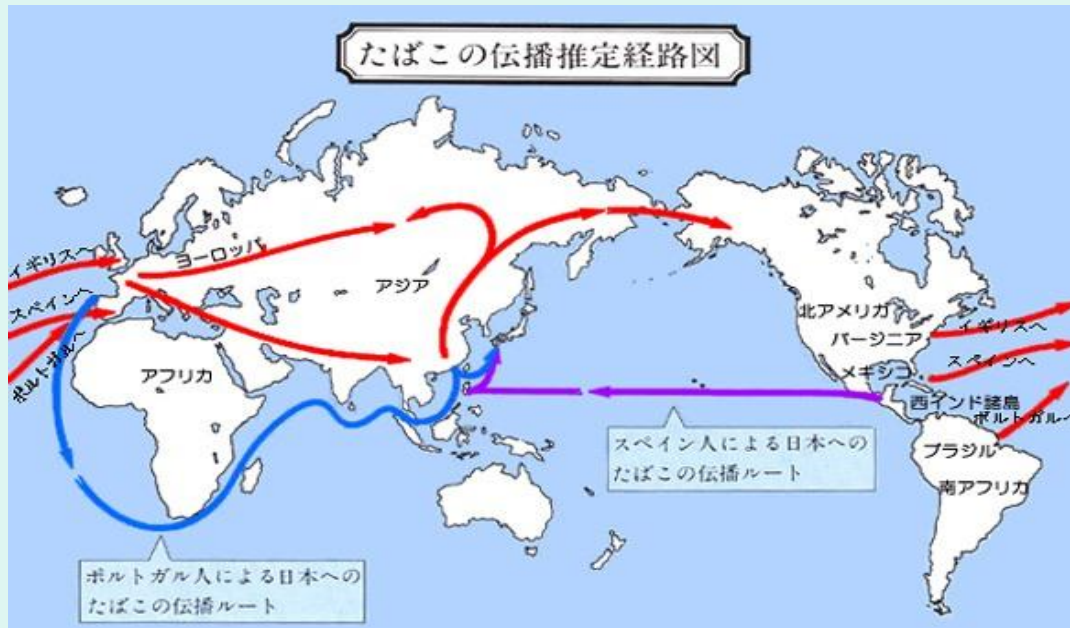
- Позже употребление табака было признано грехом и лиц, уличенных в курении, подвергали жестоким наказаниям: курильщикам вырывали клещами ноздри, ссылали в Сибирь и т. п.

В РОССИЮ



- **Петр I** с понял, что **табак приносит** большие доходы для казны, поэтому он **отменил в России запрет** на употребление табака
- и, будучи в Лондоне в 1697 году, разрешил английским купцам ввозить в Россию табак, за что они обязались вносить в государственную казну пошлину: 200 тысяч фунтов стерлингов.

История табака



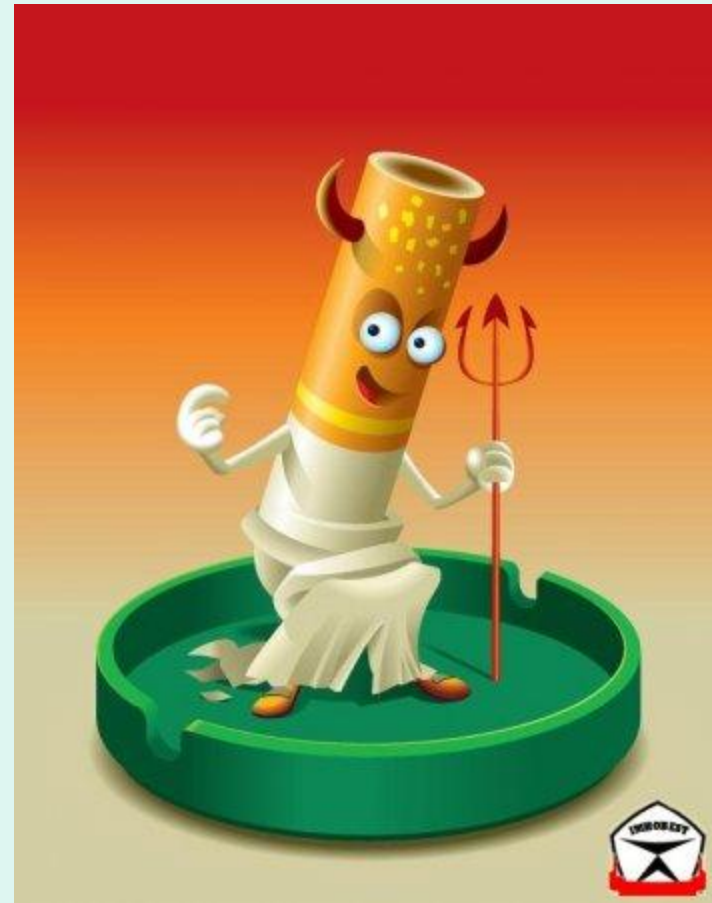
Со временем и другие монархи поняли, что разведение табака и торговля им - **очень выгодное и доходное дело**.

Преследование курильщиков табака постепенно прекратилось.

Началось быстрое увеличение производства табака во всех странах.

КУРЕНИЕ

- **Никотиновая зависимость**, или попросту курение, - самая распространенная на земле: в общей сложности курит **каждый второй** житель нашей планеты.



КУРЕНИЕ

- Каждые **шесть с половиной минут** от заболеваний, вызванных курением, **умирает** на планете **один человек**



В дыме одной сигареты:

- 6 мг никотина,
- 1,6 мг аммиака,
- 25 мг угарного газа,
- 0,03 мг синильной кислоты,
- 0,5 мг пиридина,
формальдегид,
- радиоактивные вещества:
полоний, свинец, висмут, смоль
и деготь и др.



В дыме одной сигареты:

- Горящая сигарета это химическая фабрика, продуцирующая 4000 соединений, в их числе более 40 канцерогенов и 12 коканцерогенов
- **КАНЦЕРОГЕН** - ракообразующий
- **КОКАНЦЕРОГЕН** – вещество, усиливающее воздействие



задача:

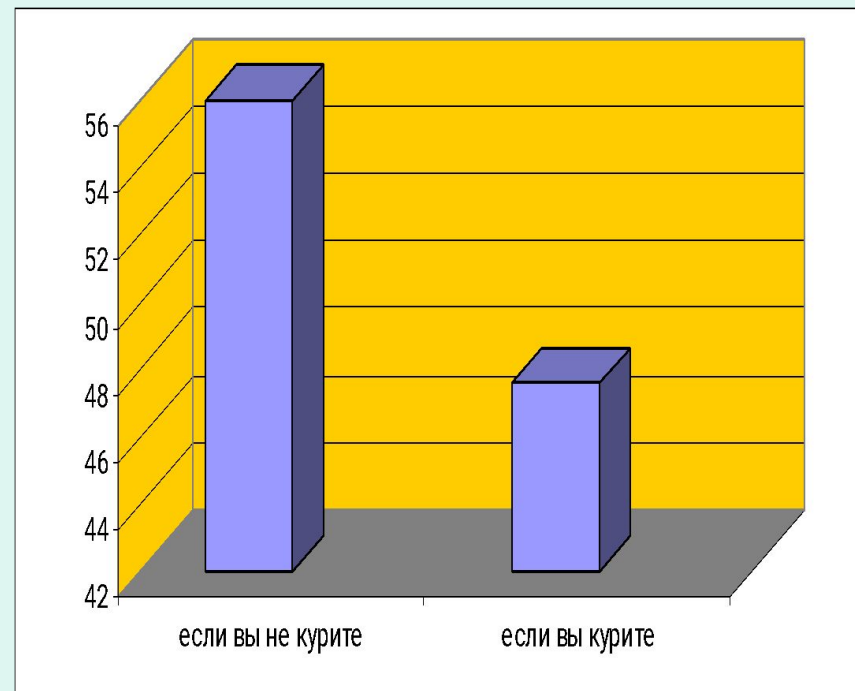
Курящие дети сокращают свою жизнь на **15%**. Определите, какова продолжительность жизни (предположительно) нынешних курящих детей, если средняя продолжительность жизни в России **56 лет**.

Решение:

$$1) 15\% = 0,15$$

$$2) 0,15 \cdot 56 = 8,4$$

$$3) 56 - 8,4 = \underline{47,6 \text{ (лет)}}$$



"положительные":

- с помощью сигарет можно выглядеть более взрослыми,
- * более «крутыми»;
- * легче заводить знакомства;
- * похудеть и т.д.

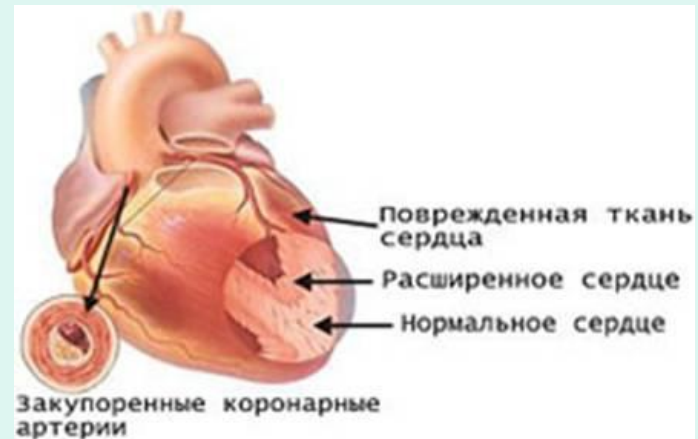


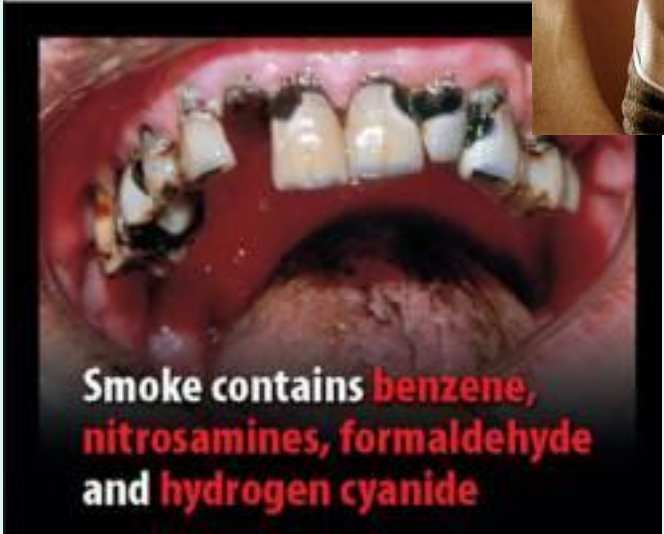
Отрицательные:

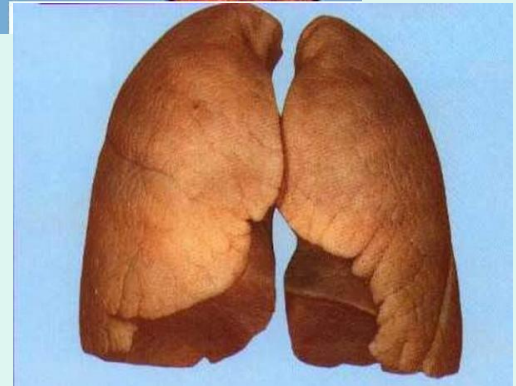
Но, может быть ты, хочешь, получить «нечто особенное»?

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









- - **сохранить свое здоровье;**
- - **состояться в жизни как личность;**
- - **выглядеть молодо и привлекательно;**
- - **всегда быть в хорошей спортивной форме;**
- - **родить и вырастить здоровых детей;**
- - **быть самостоятельным человеком;**
- - **НЕ быть рабом вредной привычки.**

Не допусти, чтобы табак помешал тебе реализовать свои возможности!

Но если ты хочешь!



СКАЖИ "НЕТ"!

Как известно, люди порочными не рождаются, а становятся. Пороки вырастают из маленьких удовольствий, если их не контролировать. Самое главное для человека – вовремя остановиться, сказать себе и другим «НЕТ»





сигареты



наркотики



алкоголь



спорт



правильное питание



свежий воздух



сон по графику



электромагнитные поля



хорошее настроение

Правила здорового образа жизни



Человек рождается на свет

Чтоб творить, дерзать - и не иначе

Чтоб оставить в жизни добрый след

И решить все трудные задачи



- *Человек рождается на свет...
Для чего? Ищите свой ответ!*