



**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.

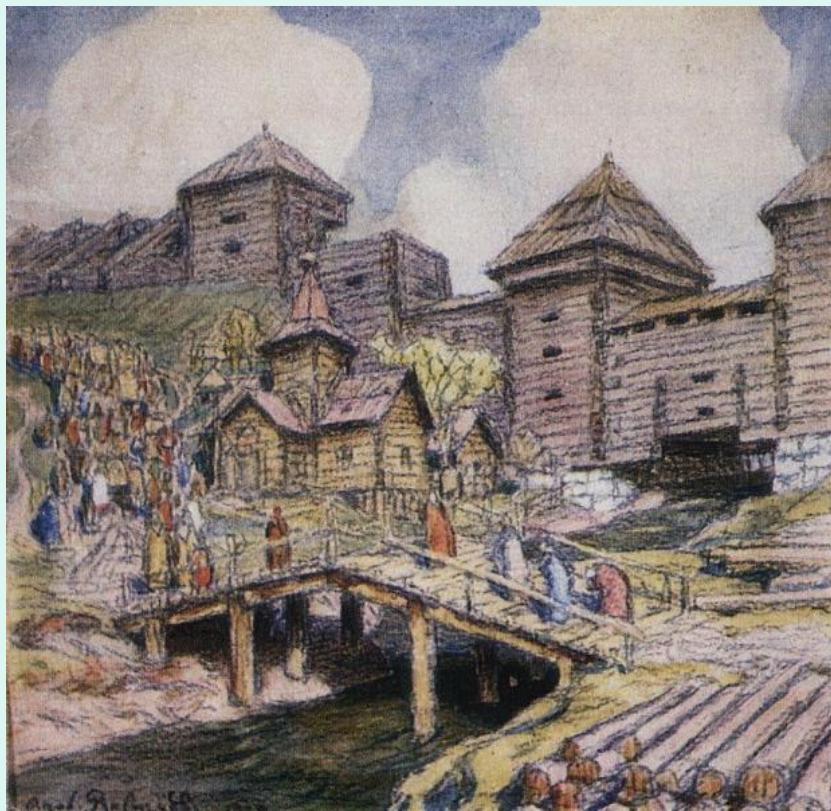




# ИСТОРИЯ ТАБАКА

**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



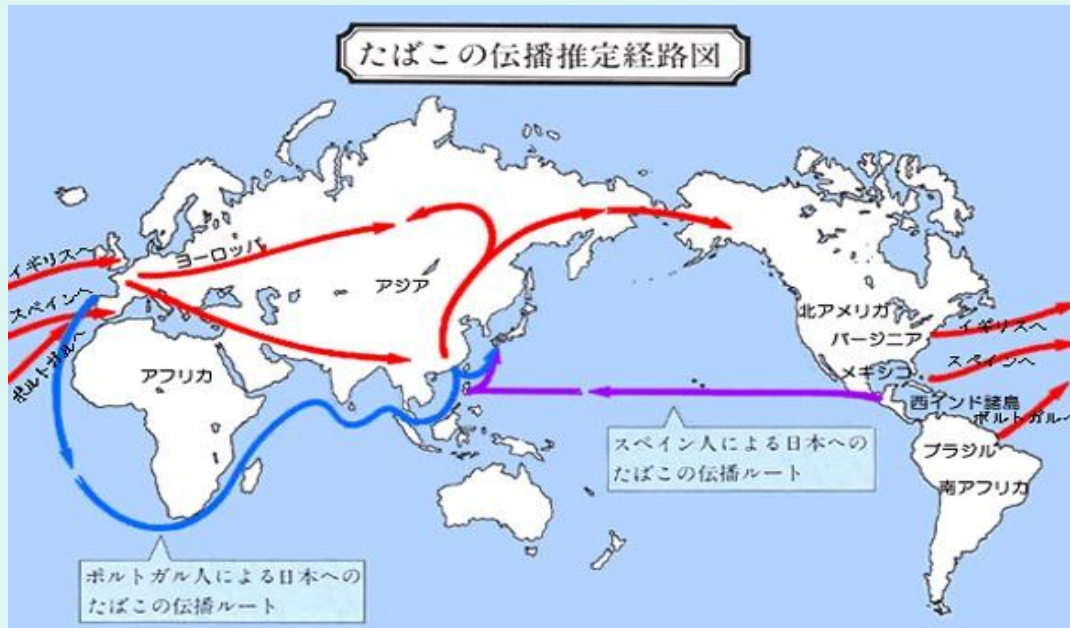
- Позже употребление табака было признано грехом и лиц, уличенных в курении, подвергали жестоким наказаниям: курильщикам вырывали клещами ноздри, ссылали в Сибирь и т. п.

# 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**.

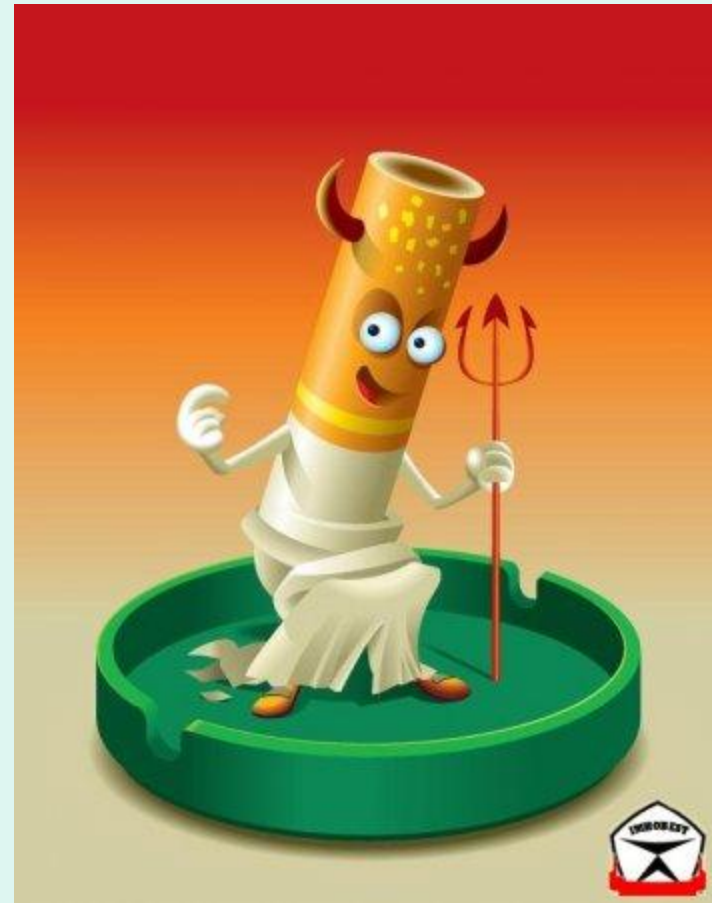
Преследование курильщиков табака постепенно прекратилось.

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
- **КОКАКАНЦЕРОГЕН** – вещество, усиливающее воздействие



# задача:

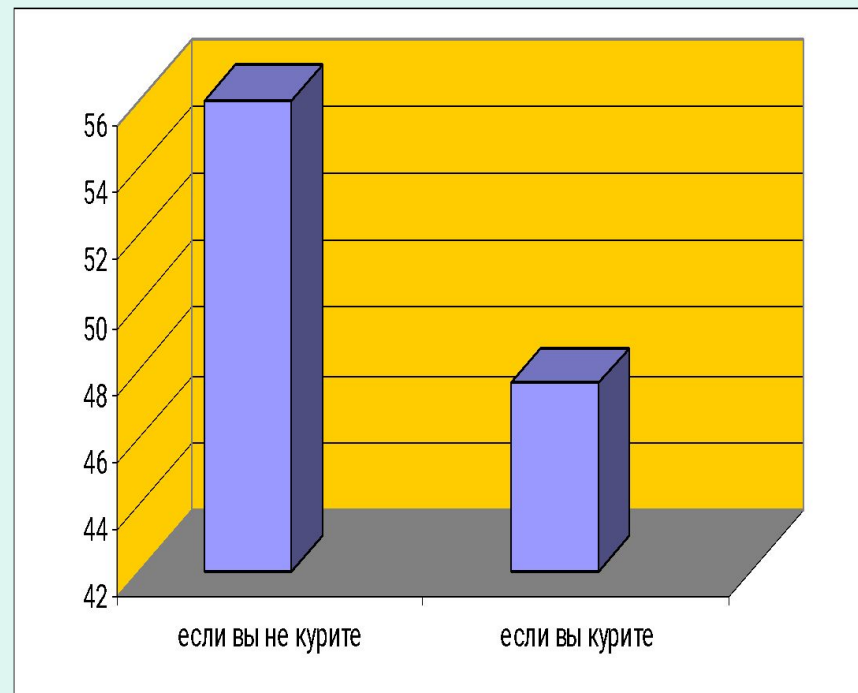
Курящие дети сокращают свою жизнь на **15%**. Определите, какова продолжительность жизни (предположительно) нынешних курящих детей, если средняя продолжительность жизни в России **56 лет**.

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.



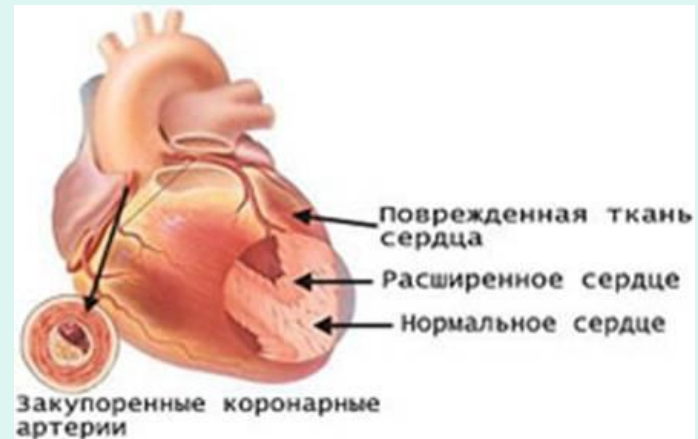


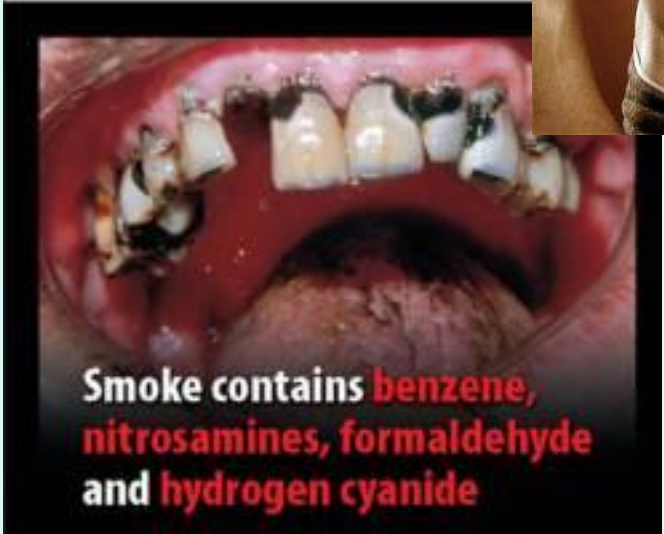
# Отрицательные:

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

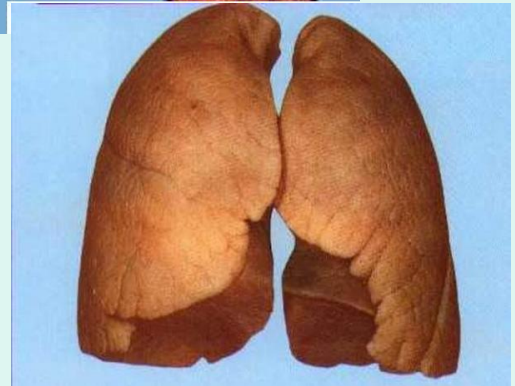
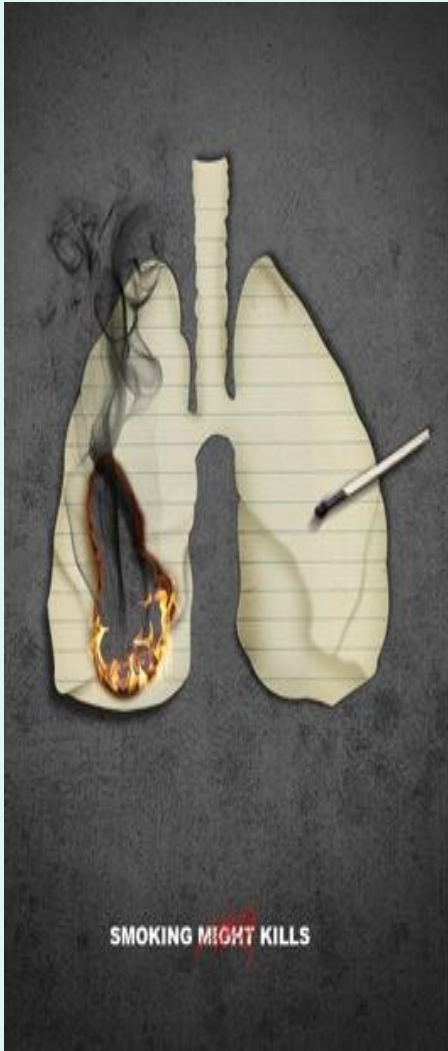
- - «привлекательный» внешний вид: желтые зубы и пальцы, серый оттенок кожи, ранние морщины;
- - быть похожим на пепельницу, с таким же неприятным запахом и дорожками пепла на одежде;
- - хронические болезни, связанные с курением: рак легких, хронический бронхит, болезни сердца;
- - отдышку и сердцебиение 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



соним дня



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!*