Мы выбираем ЖИЗНЬ!

Выполнили
презентацию:
Девятова Г.В.
Шестопалова Л.А.

КУРИТЬ или НЕ КУРИТЬ – выбирай САМ!

- В легенде о Фаусте был такой интересный эпизод.
Когда была открыта Америка, Фауст и Мефистофель побывали в Новом Свете.
Они обнаружили там невиданные растения, и среди них -ТАБАК

Мефистофель сказал:

«Полезная травка,
не лопух какой – нибудь!
Она осчастливит Старый Свет.
Кто хоть раз закурит,
тот не оставит этой забавы».

«Забава для дураков»,-
решительно заявил Фауст.

Серьёзный разговор о «несерьёзной» привычке - ☺курить☹

вычка, противная зрению,
выносимая для обоняния,
вредная для мозга,
невыносимая для лёгких».

Иаков1,английский король,

1604 год.

Историческая справка.

Участники экспедиции Христофора Колумба, попав в Америку, были поражены тем, что индейцы пускают дым изо рта и носа.

Они переняли этот обычай и стали первыми европейцами-курильщиками.
Это был конец XV в.

Историческая справка.

- В XVI в.французский посол в Лиссабоне Жан Нико впервые вырастил табак в Европе. Он исследовал его и обнаружил в нём одурманивающее вещество, которое в честь него назвали никотином. Ж. Нико подарил табак французской королеве в качестве лечебного средства от головной боли.

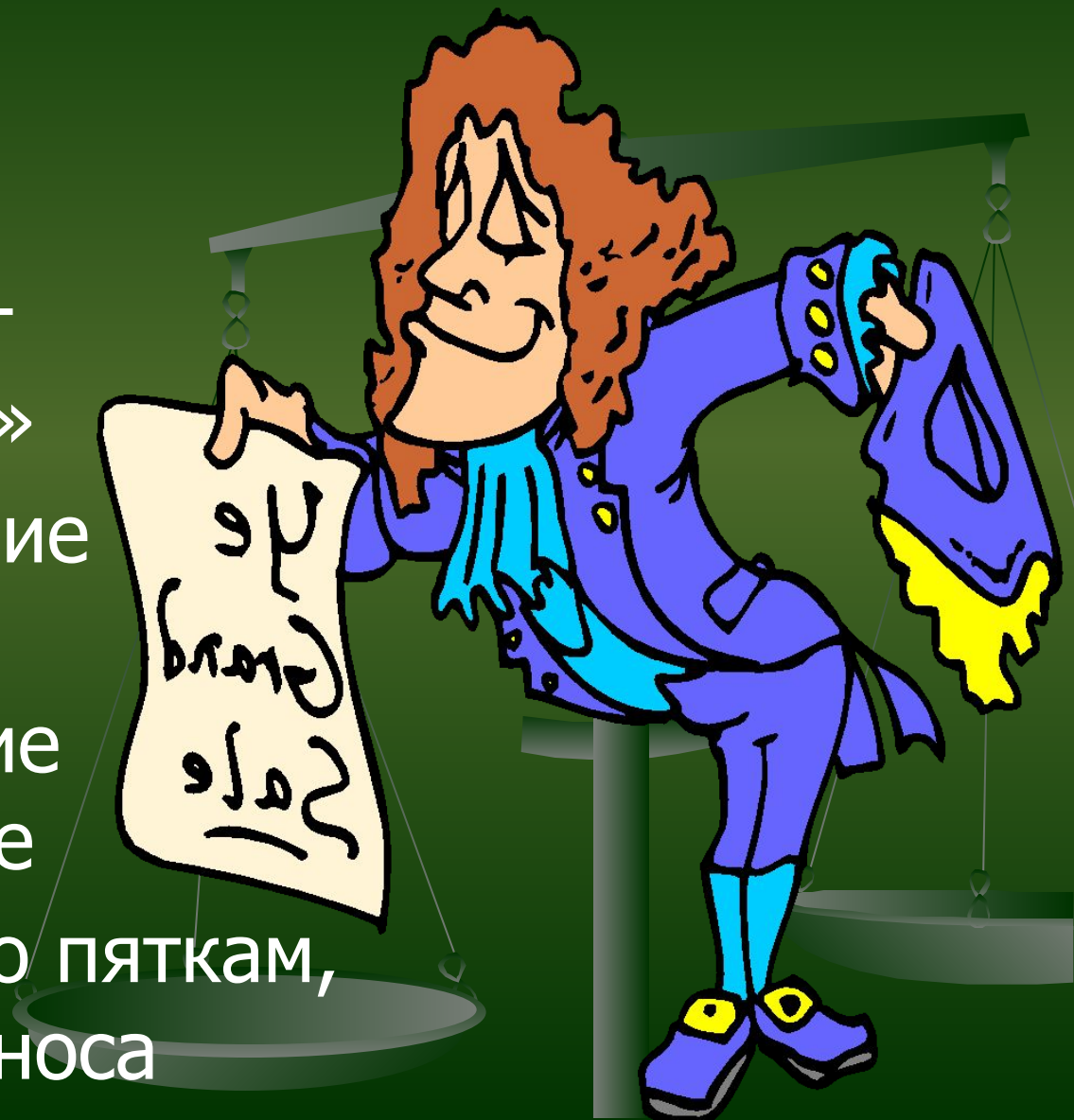
- Через 100 лет разведение и курение табака получило широкое распространение не только в Европе, но и во всём Восточном полушарии.

Почему это произошло?

- При курении идёт сухая перегонка табака, образуются разные химические вещества, в том числе яд – никотин.
- Никотин на некоторое время расширяет сосуды мозга и вызывает чувство удовлетворения.
- Человеку нравится это ощущение, и он стремится повторить его.
- Вредные свойства табака тогда ещё не были изучены.

Запрет на курение

- Франция – запрет «забавы Дьявола»
- Италия – отлучение от церкви
- Англия – хождение с веревкой на шее
- Россия – удары по пяткам, отрезание ушей, носа



Историческая справка.

- Курение сигарет широко распространилось в Европе и в странах европейской культуры – в началеХ Хв. (до этого здесь жевали и нюхали табак, курили трубку или сигары).

- В ХХв. сигарета вошла в моду.

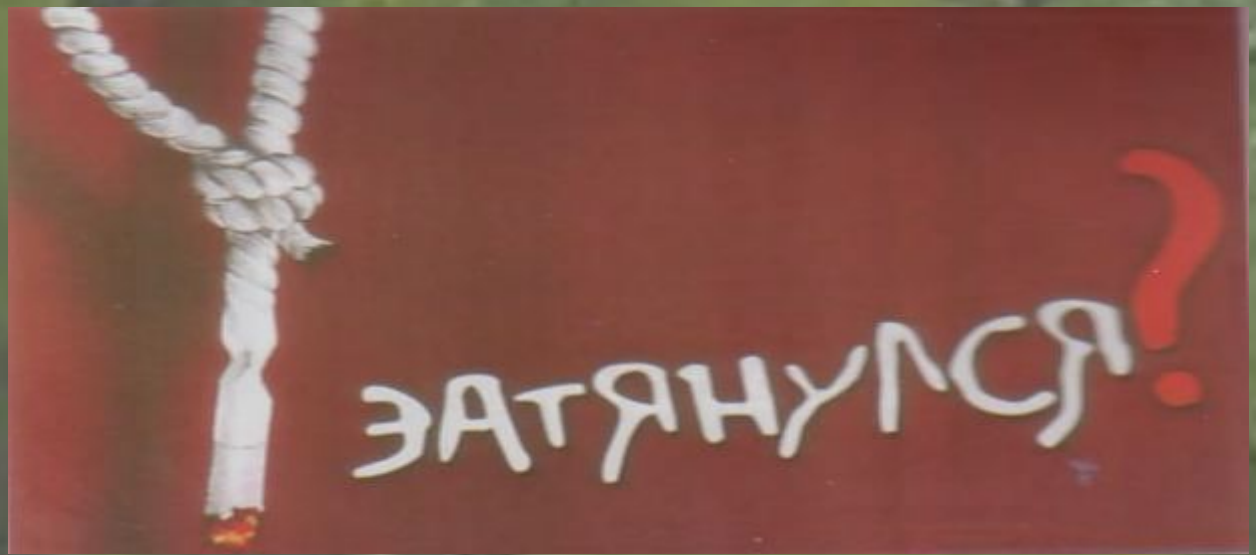
Опыт

О чём предупреждает Минздрав?

При курении образуется до 6 тысяч вредных для организма человека компонентов, 80 из которых стимулируют образование раковых клеток и около 30 относятся к ядам натурального действия.

Как относится современная медицина к курению?

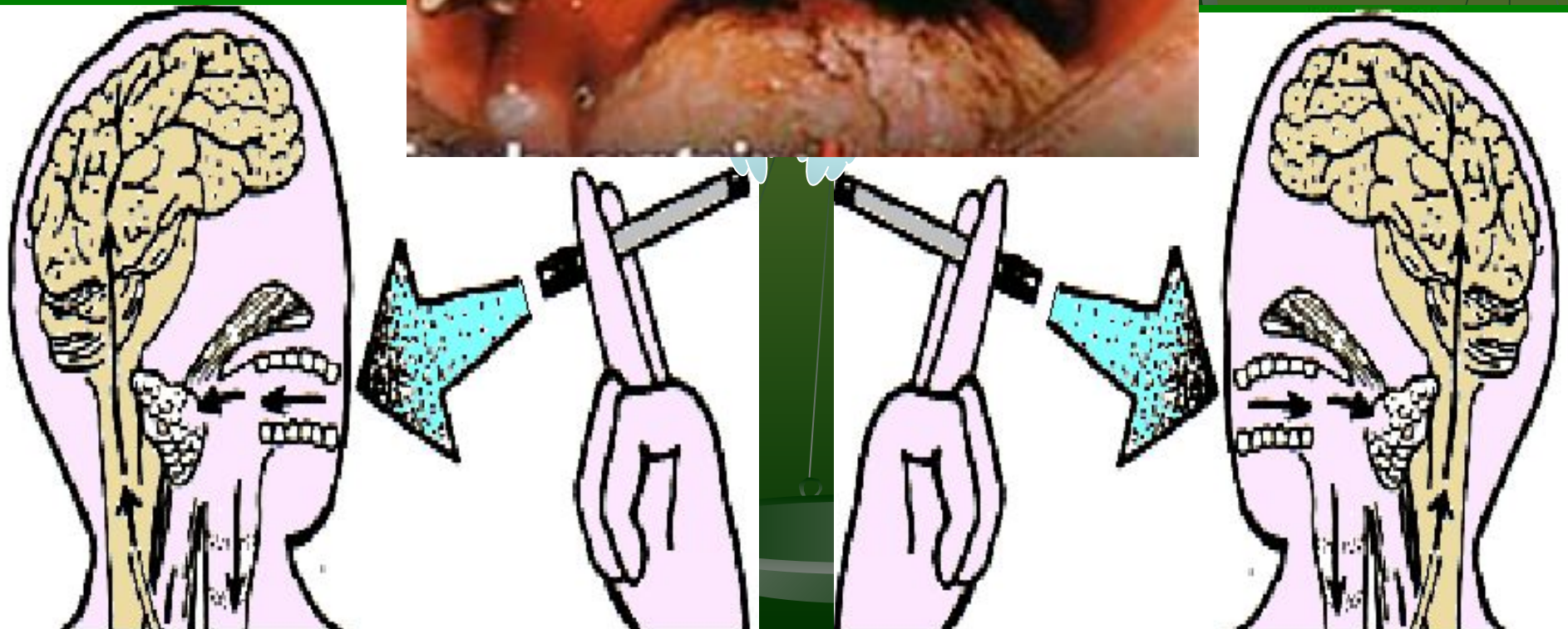
- Современная медицина очень отрицательно относится к курению.
- Особенно вредно курение детям и подросткам.
- Сигарету можно назвать убийцей.



Сердце

Легкие

Голова, мозг



О чём предупреждает Минздрав?

Влияние на внешность человека компонентов табачного дыма.

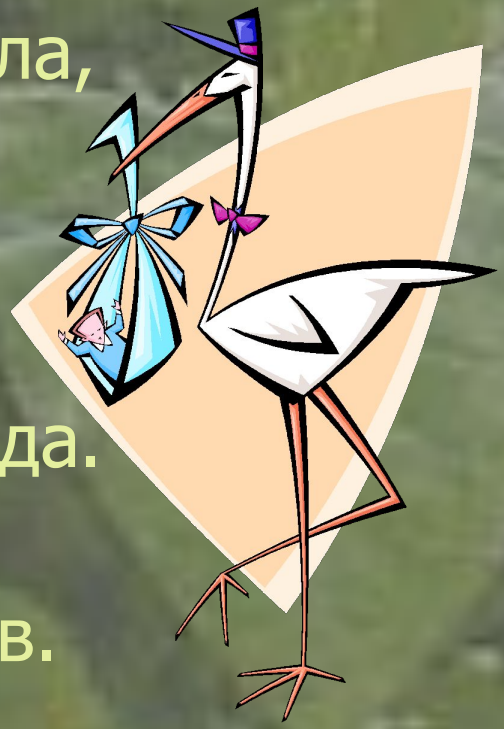
- На коже образуются микротрещины, морщины.
- Кожа приобретает землистый, серый оттенок.
- Снижается острота зрения, глаза слезятся, краснеют, появляется припухлость век.
- Зубы темнеют, появляется неприятный запах изо рта.
- Голос становится грубым, хриплым, появляется кашель.
- Усиливается слюноотделение. Курильщики часто плюют. Это не красит ни мужчину, ни женщину.

ПРЕЖДЕ ЧЕМ ЗАКУРИТЬ ПОДУМАЙ О СЕБЕ!
КУРИТЬ - МУЖСКОМУ ДОСТОИНСТВУ ВРЕДИТЬ!
ТАБАК СОКРАЩАЕТ НЕ ТОЛЬКО ЖИЗНЬ, НО И ТВОИ МУЖСКИЕ ВОЗМОЖНОСТИ.
СИГАРЕТА НЕ СДЕЛАЕТ ТЕБЯ БОЛЕЕ ПРИВЛЕКАТЕЛЬНОЙ!
ТЕБЯ НЕ УКРАСЯТ ПОЖЕЛТЕВШИЕ ЗУБЫ И ПАЛЬЦЫ, НЕЗДОРОВАЯ КОЖА И ПРЕЖДЕВРЕМЕННОЕ СТАРЕНИЕ.

О чём предупреждает Минздрав?

Вредно для потомства.

- Увеличивается риск выкидыша у беременной женщины.
- Дети рождаются с меньшей массой тела, чем дети некурящих матерей.
- Дети отличаются запаздыванием нервно – психического развития.
- Дети испытывают недостаток кислорода.
- Возможны возникновения новообразований у детей курильщиков.



Органы – мишени поражения табачным дымом

Изменения личности курящего человека.

Курящему человеку свойственны:

- нестабильность, неустойчивость поведения;
- более грубые манеры поведения;
- тревожность, обидчивость.

Что делает табакокурение с человеком?

- Курение – главная причина болезней и преждевременной смертности современного человека.

В мире примерно каждые 13 секунд умирает 1 человек от болезней связанных с курением.

Модно ли курить в XXI веке?

- Первой страной, где курение вышло из моды – это США.
- В сознании людей утверждается мнение, что курят люди, не знающ о грозящей их здоровью опасности, т. е. с не достаточным уровнем образования.
- Курение становится чем - то не только предосудительным, но даже постыдным.
- Работодатели охотнее предоставляют работу некурящим людям.

«Табак приносит вред телу, разрушает разум, отупляет целые нации».

Оноре де Бальзак

Таиланд: сигаретные пачки

Почему ребята курят?

- Ученые, занимающиеся этой проблемой, установили несколько причин, например,
- стремление казаться взрослее;
- курение – символ независимости (понаблюдайте, такие ребята курят «шикарно», держа сигарету особым способом, важно стряхивая пепел)
- курить в школьном возрасте начинают, как правило, ребята, которые ничем не проявили себя в учебе, в общественной работе, они не заметны;

Почему ребята курят?

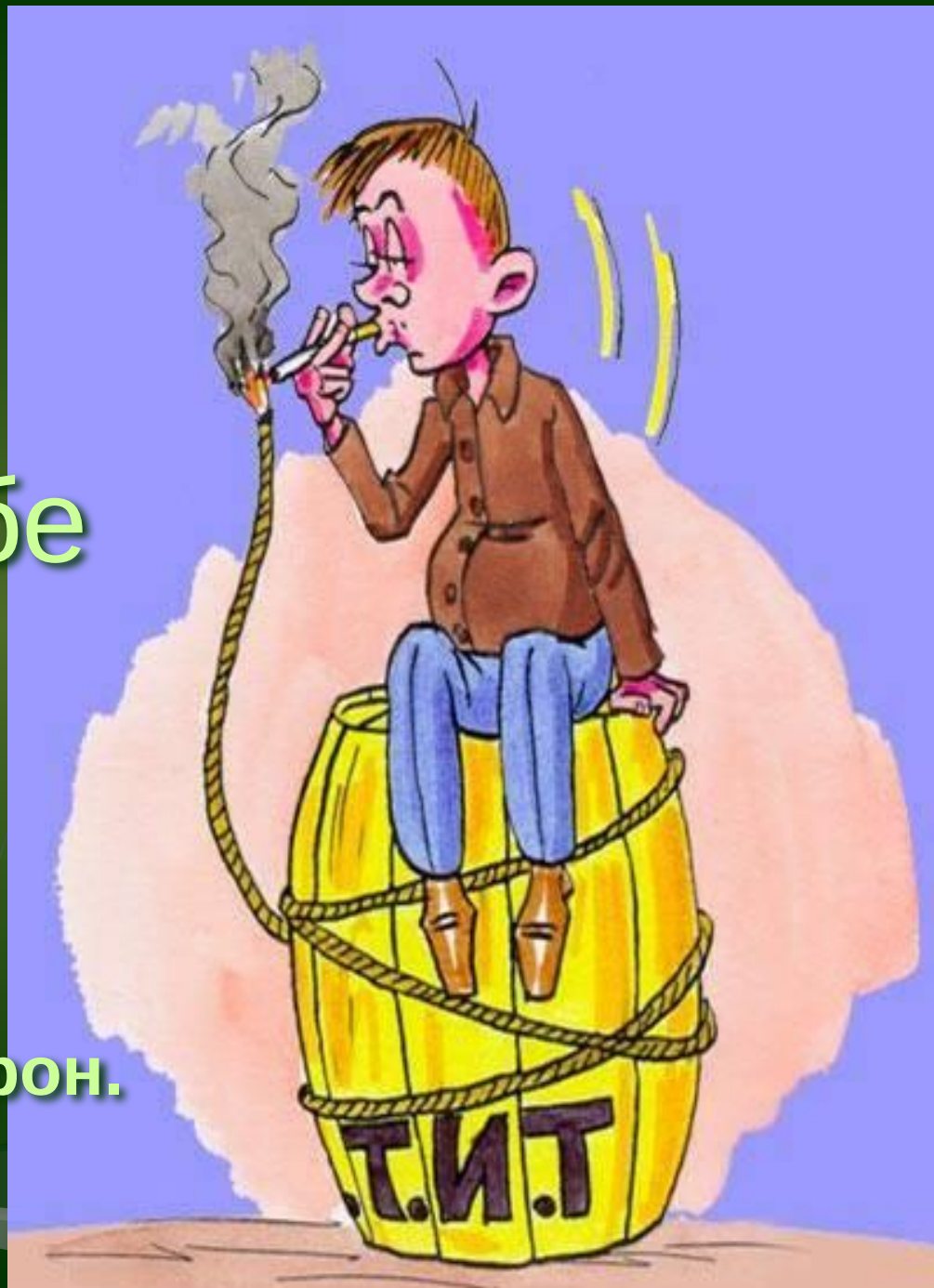
- если нет общих дел, в голове не так уж много интересных мыслей, которыми можно обменяться с другими, то стоять рядом, ничего не делая, бессмысленно стоять молча и курить – можно. Это создает видимость общего дела, позволяет принять сосредоточенный и независимый вид;
- курение иллюзорно помогает расслабиться, снять напряжение, усталость, справиться со стрессом;
- легче переносить ожидания, «заполнять паузы»
- курение помогает сосредоточиться и лучше работать;
- способствует похудению;
- курить модно;
- курение не так вредно, как говорят;
- я всегда могу бросить.

Способы отказа от курения.

- Я не курю.
- Нет, я пробовал, и мне это не понравилось.
- Я больше в этом не нуждаюсь.
- Эта дрянь не для меня.
- Я не собираюсь отравлять свой организм.
- Я хочу быть здоровым.
- Нет, спасибо, это сейчас не модно.
- Я занимаюсь спортом, а курение и спорт несовместимы.
- Я спокойно обхожусь без этого.

Человек часто сам себе **ЗЛЕЙШИЙ ВРАГ.**

Цицерон.



Ну что ж, мой друг,
Решенье за тобой-
Ты вправе сам командовать судьбой.
Ты согласиться можешь, но отказ
Окажется получше в сотни раз.
Ты вправе жизнь свою спасти.
Подумай, может ты на правильном пути.
Но если все-таки сумел свернуть,
Ты потрудись себе здоровье вернуть.

Древний китайский мудрец Лао-То сказал:

«Тот, кто может победить другого, - силен, тот, кто побеждает себя,- воистину могущественен».

Мы выбираем ЖИЗНЬ!

Вопросы

- Откуда родом табак?
- Кто сказал, что «курение – забава для дураков»?
- Кто сказал: «Табак приносит вред телу, разрушает разум, отупляет целые нации».
- Кто были первыми европейцами – курильщиками?
- Как появилось название вещества «никотин»?
- Какие наказания применялись к курящим людям в начале распространения курения?
- Сколько вредных компонентов образуется в табачном дыме?
- Какие органы человека поражаются при курении?
- Какие изменения личности отмечаются у курящего человека?
- Почему ребята начинают курить?
- Модно ли курить в 21 веке?
- Можно ли отказаться от курения?