

Государственное учебно-методическое учреждение
«Брестский районный учебно-методический кабинет»

ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНО СТИ

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ



2 КЛАСС

ТЕМА:

Опасность
употребления

алкогольных напитков



ЦЕЛЬ:

- Узнать о вредной привычке – употреблении алкоголя.
- Убедиться в отрицательном воздействии алкоголя на организм человека.
- Учиться принимать правильные решения, касающиеся своего здоровья

ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ

Привычка – поведение, потребность, ставшие в жизни обычными, постоянными.

Какие бывают привычки?



Какие бывают



ы



Полезные



чи



Вредные привычки

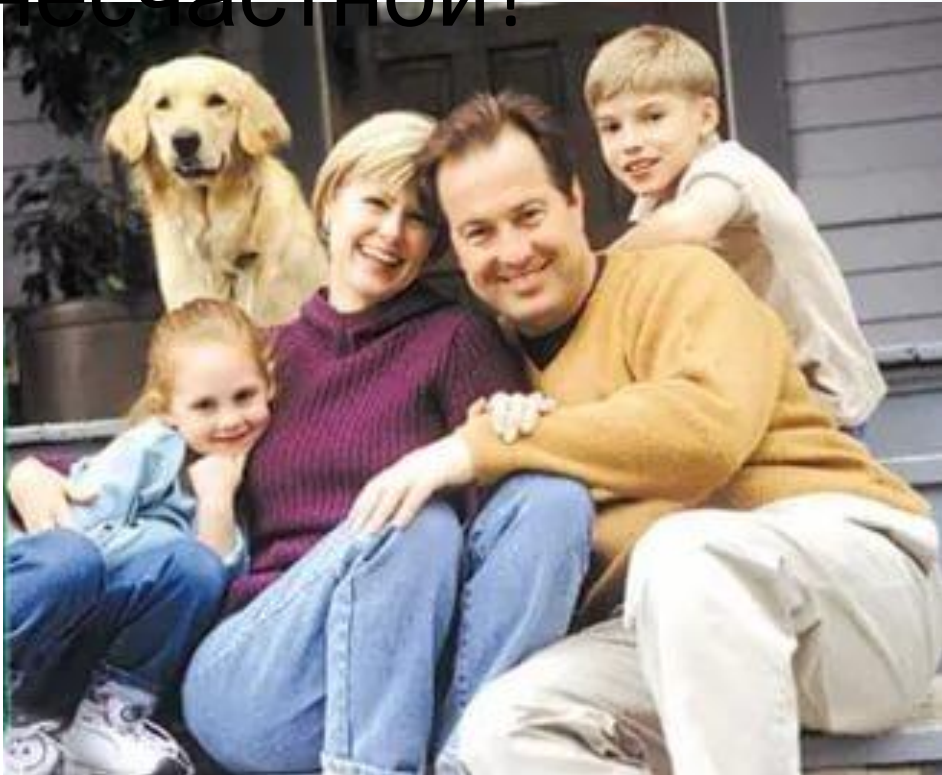
Вредные привычки не просто неприятны окружающим людям. Они наносят огромный вред здоровью человека, его отношениям с окружающими людьми. Лишают

**возможность
человеку**

быть с



Сравните две семьи. На какой фотографии портрет счастливой семьи, а на какой – несчастной?



**Почему
?**

ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ

Алкоголь – это винный спирт. Он содержится в спиртных напитках. Само название «алкоголь» происходит от арабского «аль-коголь», что означает «одурманивающий»



Если человек начинает употреблять
алкогольные
напитки, про него говорят, что **он пропал**.
Что люди имеют в виду?



Алкоголь отрицательно воздействует и на внешность, и на психику, и на здоровье человека.



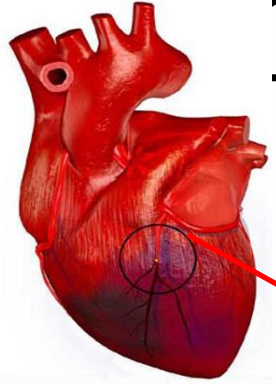
Алкоголь – ЭТО ЯД.



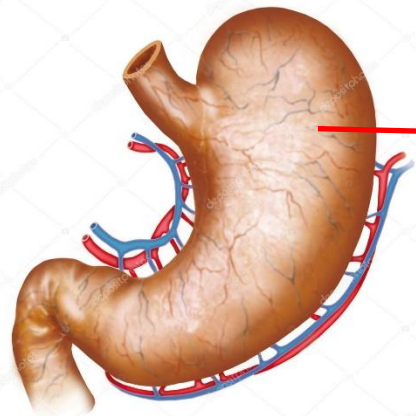
Проникнув в организм, **алкоголь** становится очень вредным для организма. Когда он проникает в нервную систему, он замедляет реакцию, управляет нашим поведением, настроением.

Алкоголь поражает не только нервную систему, но и сердце. Сердце нуждается в постоянном притоке питательных веществ и кислорода, а алкоголь препятствует ему, поэтому сердце может остановиться, и наступает смерть.

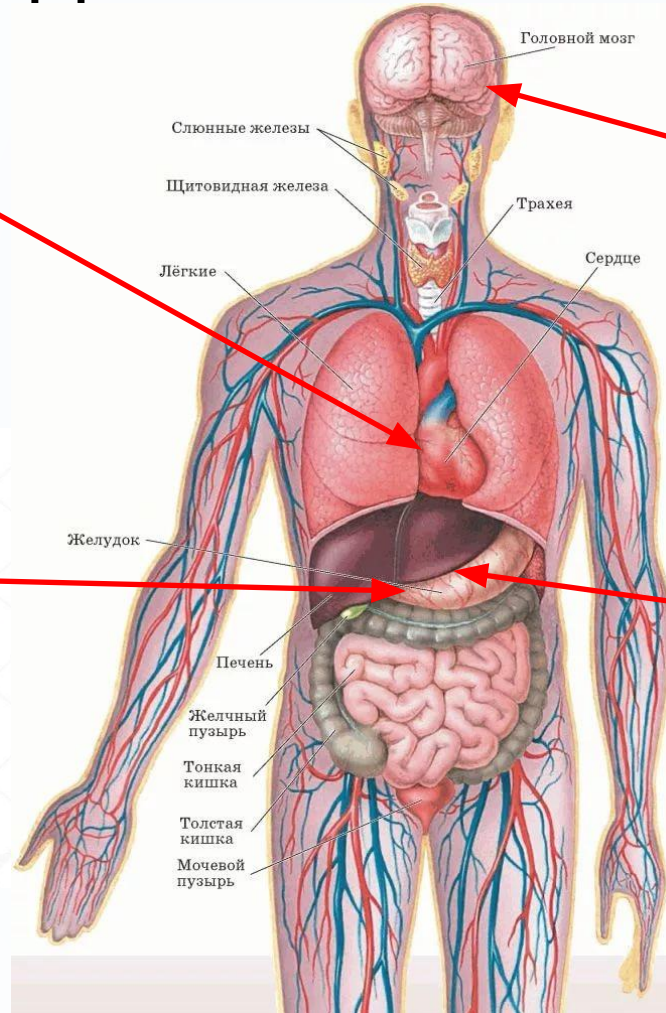
Органы человека, которые традают



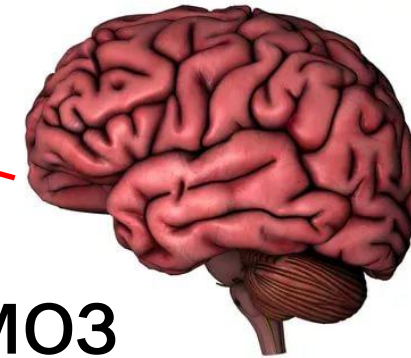
сердц
е



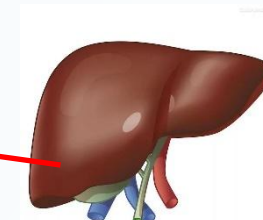
желудо
к



ии ај



МОЗ
Г



печен
ь

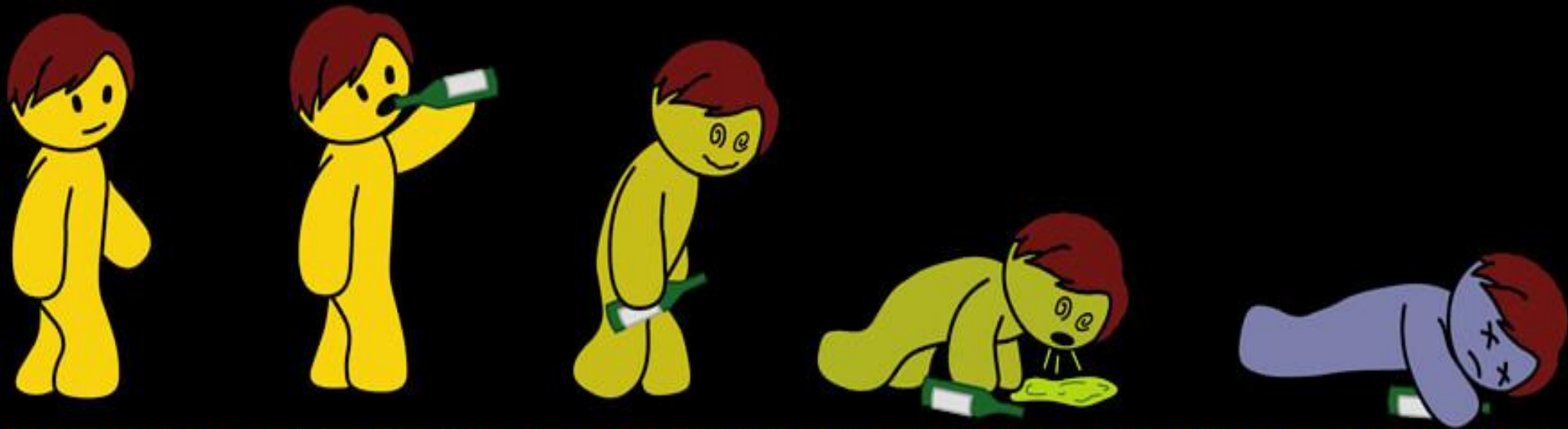
Алкоголь – это страшный яд. Он стремительными темпами разрушает жизненно важные органы человека.

МОЗГ. У хронического алкоголика разрушаются и отмирают клетки мозга. Таким образом, страдает память, интеллект; алкоголик постепенно деградирует.

Печень. Присутствия в крови почти постоянно, алкоголь нарушает работу печени, вызывая опасное заболевание – цирроз, который в свою очередь может привести к раку печени.

Желудок. Алкоголь может вызывать постоянные расстройства желудка и даже сильное кровотечение.

АЛКОГОЛЬ ВРЕДИТ ТВОЕМУ ЗДОРОВЬЮ!



ПОМНИТЕ! УПОТРЕБЛЕНИЕ АЛКОГОЛЬНЫХ НАПИТКОВ ВРЕДИТ ВАШЕМУ ЗДОРОВЬЮ

Вывод

Алкоголь - это: не просто яд, это самое страшное, что придумал человек для снятия стресса и одиночества.

Алкоголь опасен в любых количествах!



**ЭТО ВРЕДНО ДЛЯ
ЗДОРОВЬЯ!!!**



Игра «Третий

~~лишний»~~

- ЛИМОНАД, ПИВО, СОИ



- КОМПОТ, КВАС, ~~ВИНО~~;



- ~~ШАМПАНСКОЕ~~, ЧАЙ, МОЛОКО;

- КАКАО, ~~ЭНЕРГЕТИК~~, МОРС.



ТЕСТ «Что я отвечу?»

На предложение выпить пива, я
скажу



а) «ДА», потому, что один глоток не



вредит;

б) «НЕТ», потому что это вредно



для здоровья;

в) «ДА», потому что меня будут

считать трусом и малявкой

РЕФЛЕКСИЯ

- Чтобы быть здоровым, я не буду... ..
- Я смогу сказать «НЕТ», если ...
- На уроке мне было ...



**Умейте ценить свою жизнь и
здоровье!**

