

**Презентация к классному часу  
по теме:  
«Курить-здоровью вредить»**

**(8 класс)**

- **Цель:**

Формирование у учащихся сознательного негативного отношения к курению и понимания необходимости вести здоровый образ жизни

- **Задачи:**

- информировать учеников о вредном влиянии табачного дыма на организм человека;
- показать влияние курения на физическую и умственную работоспособность учащихся;
- использовать результаты исследовательской работы учащихся с целью предупреждения курения

# Вещества, содержащиеся в табаке

- НИКОТИН
- эфирные масла
- окись углерода
- углекислый газ
- аммиак
- табачный деготь
- радиоактивные вещества





Эфирные масла



Аммиак

# Угарный и углекислый газ

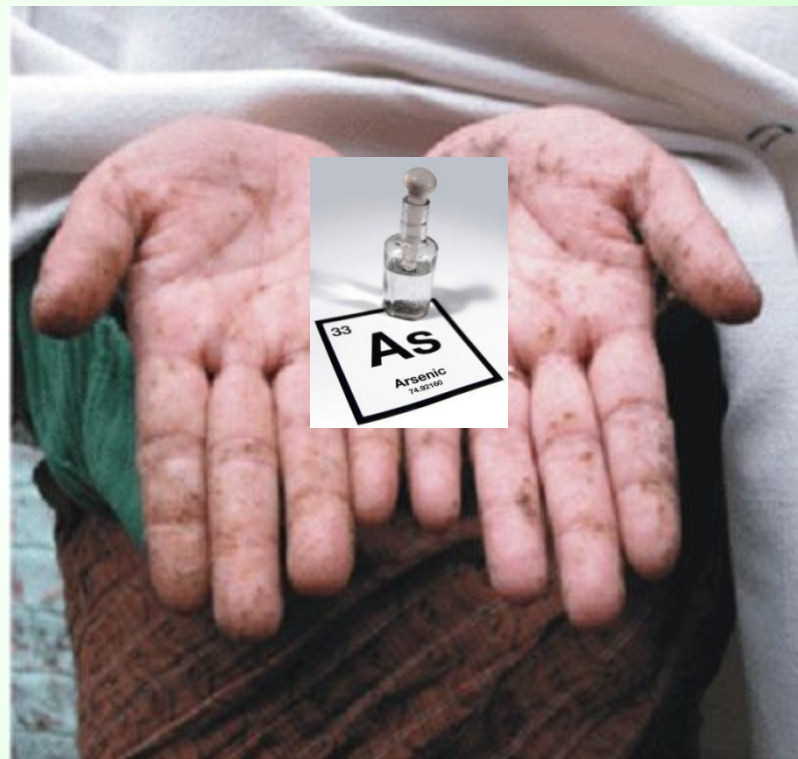




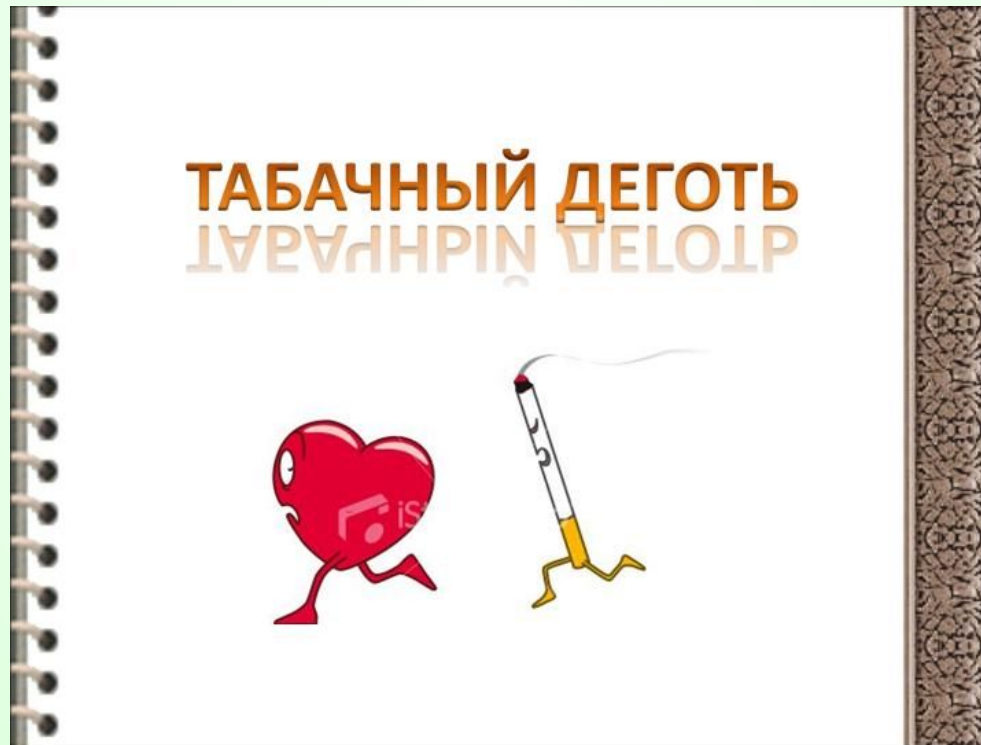
Цианистый водород  
“разбойничает” в бронхах.  
Цианистый водород повреждает  
этот механизм, в дыхательной  
системе начинают накапливаться  
токсичные вещества. Какие? В  
табачном дыме есть  
радиоактивные компоненты –  
радий-226, радий-228, полоний-  
210, торий-228. Четко установлено,  
что радиоактивные компоненты  
являются канцерогенами. Пачка  
сигарет в день – это 500 рентген  
облучения за год! Так что даже  
один раз “попробовать” – вредно и  
опасно. Прежде чем сделать эту  
глупость, протяни курильщику  
белый носовой платок, пусть он  
выдохнет затяжку через ткань. На  
платке расплывается коричневое  
пятно.



# Радиоактивные веществ



- Табачный деготь содержит около сотни химических веществ, в том числе мышьяк, радиоактивный изотоп калия, целое семейство канцерогенов: бензпирен, дибензпирен, бензантрацен и другие





# Берегите себя от табачного дыма

Вещества табачного  
дыма

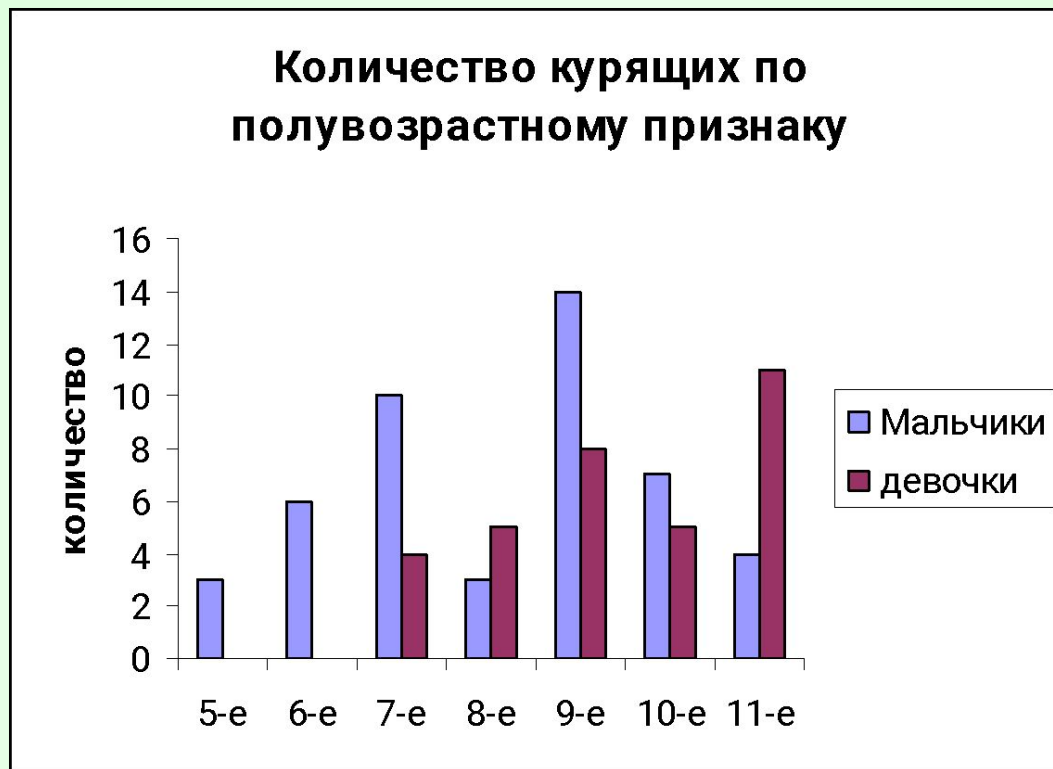
A stick figure stands with hands on hips, looking at a black bomb on the ground. A dotted line connects the bomb to the figure's feet. Three crayons (yellow, green, red) are scattered on the ground near the bomb. A large yellow crayon is positioned in the top right corner, with a purple wavy line extending downwards from its tip.

- Никотин
- Пиридин
- Этилен
- Изопрен
- Радиоактивный полоний
- Мышьяк
- Аммиак
- Свинец - 210
- Синильная кислота
- Сероводород
- Угарный газ

Презентация - отчёт

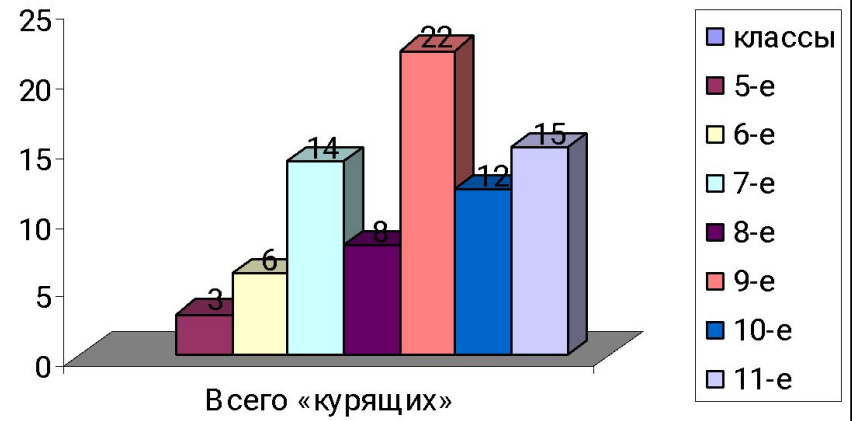
# Количество курящих учеников в школе

Классы	Количество учеников в классе	Всего «курящих»	Количество курящих учеников			
			Мальчики	Девочки	% мальчики	% девочки
5-е	74	3	3	0	4,0	0
6-е	51	6	6	0	11,7	0
7-е	88	14	10	4	11,3	4,5
8-е	72	8	3	5	4,2	6,9
9-е	66	22	14	8	21,2	12,1
10-е	41	12	7	5	17,0	12,1
11-е	43	15	4	11	9,3	25,5
<b>Итого</b>	<b>435</b>	<b>80</b>	<b>47</b>	<b>33</b>	<b>10,8</b>	<b>7,5</b>

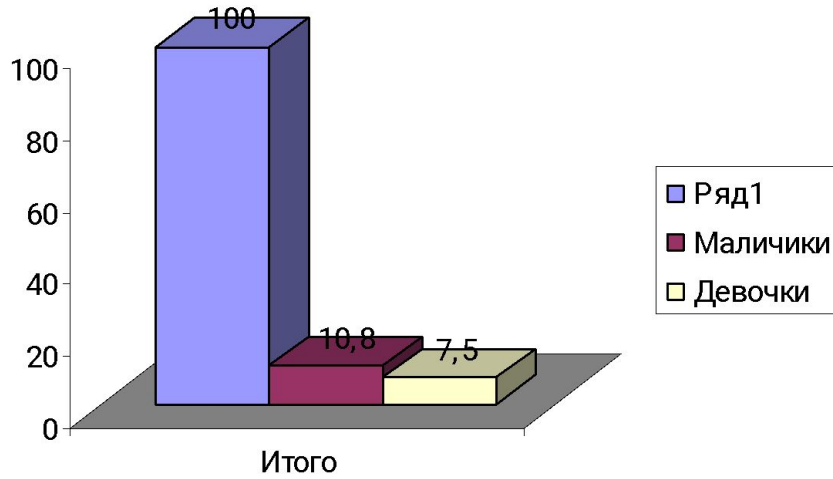


Наибольшее количество курящих наблюдается среди мальчиков 9-х и девочек 11-х классов.

### Количество курящих учеников в школе

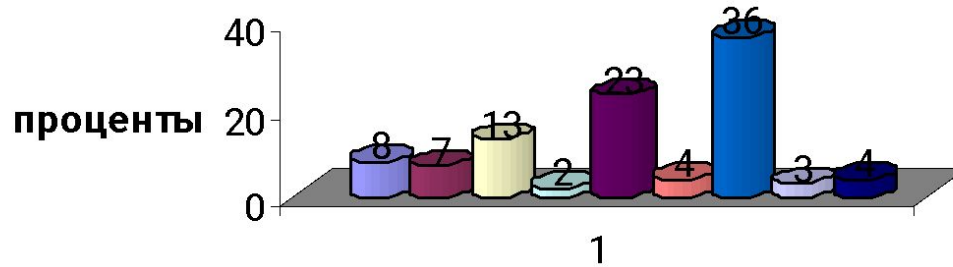


### Процент курящих учеников





## Причины курения



- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Казаться старше  | <input type="checkbox"/> Получить новые ощущения |
| <input type="checkbox"/> Выглядеть крутым | <input type="checkbox"/> Нравиться парням        |
| <input type="checkbox"/> За компанию      | <input type="checkbox"/> Успокоить нервы         |
| <input type="checkbox"/> Это модно        | <input type="checkbox"/> Нечем заняться          |
| <input type="checkbox"/> Не знаю          |  |

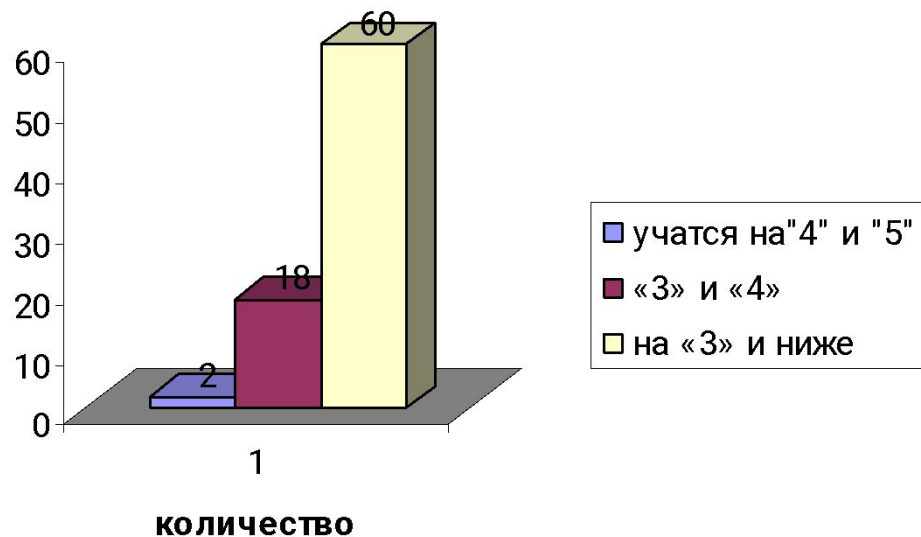
Основными причинами курения являются: 36% учащихся курят, потому что это модно, 22% за компанию, 13% хотят выглядеть крутыми. Это опасное заблуждение. Видимо не все знают, какой вред наносит курение растущему организму. Каждый должен думать не о моде, не о статусе в компании, а о здоровье.

- Ученик № 1 – Снимок Rg № 1234 от 13 .11 2009 года – лёгочные доли не изменены, сосудистый рисунок не усилен. Корни не расширены, очаговых и инфильтративных заболеваний не выявлено Соч – Br. Диагноз: патология грудной клетки не выявлена.
- Ученик № 2 – Ру № 1237 от 13.11.2009 года – диффузные проявления пневмосилероза, сосудистый рисунок усилен, корни лёгких расширены, инфильтративных затемнений не выявлено. Соч – Br. Диагноз: хронический бронхит, псевмосилероз.
- Наше исследование подтверждает то, что курящие чаще страдают заболеваниями органов дыхания.

# Выполнение нормативов

Нормативы и Наименование	Выполнение	
	Курящие	Некурящие
<b>Стайерский бег</b> <b>3км (16 мин.)</b> <b>1,5 км (8 мин.)</b> <b>1км (5 мин.)</b>	<b>16 мин.</b> <b>9 мин.</b> <b>5 мин.</b>	<b>15 мин.</b> <b>7 мин. 30 сек.</b> <b>4 мин. 15 сек.</b>
<b>Скакалка</b> <b>2 мин. (180 раз)</b> <b>1 мин. (100 раз)</b> <b>30 сек. (70 раз)</b>	<b>190 раз</b> <b>110 раз</b> <b>82 раза</b>	<b>210 раз</b> <b>130 раз</b> <b>96 раз</b>
<b>Спринтерский бег</b> <b>100м (19 сек.)</b> <b>30м (5 сек.)</b> <b>20м (3 сек.)</b>	<b>20 сек.</b> <b>6 сек.</b> <b>4 сек.</b>	<b>18 сек.</b> <b>4 сек.</b> <b>3 сек.</b>
<b>Игра</b> <b>Футбол</b> <b>Баскетбол</b>	<b>Быстро устают, но игру</b> <b>доводят до конца</b>	<b>Участвуют на протяжении</b> <b>всей игры, долго не</b> <b>испытывают усталость</b>

### Успеваемость курящих учеников



из 80 курящих учеников на «4» и «5» учатся - 2 ученика; на «3» и «4» - 18; на «3» и ниже – 60.

# Критерии общего состояния учащихся

Показатели	Курящие (%)	Некурящие (%)
Повышенная нервная возбудимость	24	10
Плохая память	12	5
Плохое общее физическое состояние	32	14
Медленно соображают	26	18
Часто болеют	33	19
При беге увеличивается частота сердечных сокращений	60	23



# Игра «Лестница»

«Расставить указанные этапы принятия решения в порядке их осуществления по ступеням лестницы».

1. Принять решение (увидеть себя без сигареты).
  2. Купить вместо сигарет семечки, конфеты и т.д.
  3. Сказать «нет» себе (принять решение).
  4. Сказать «нет» друзьям, окружающим.
  5. Выработать мотивацию (для чего я бросаю курить).
  6. Отблагодарить себя.
- Обсуждение 5 минут.

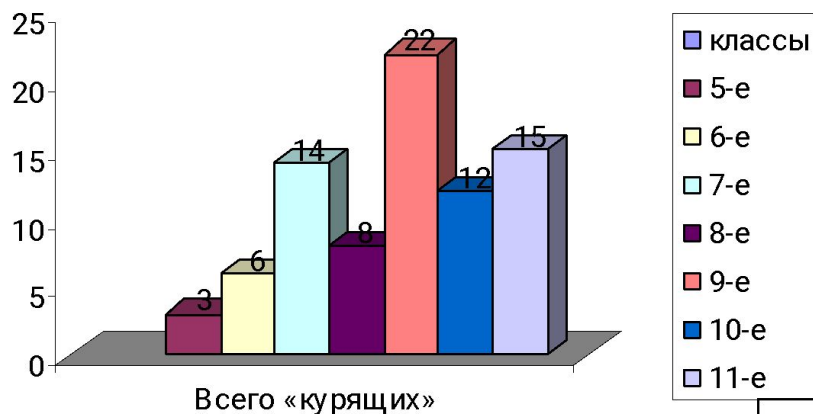
# "Пассивное курение"



# Профилактические мероприятия

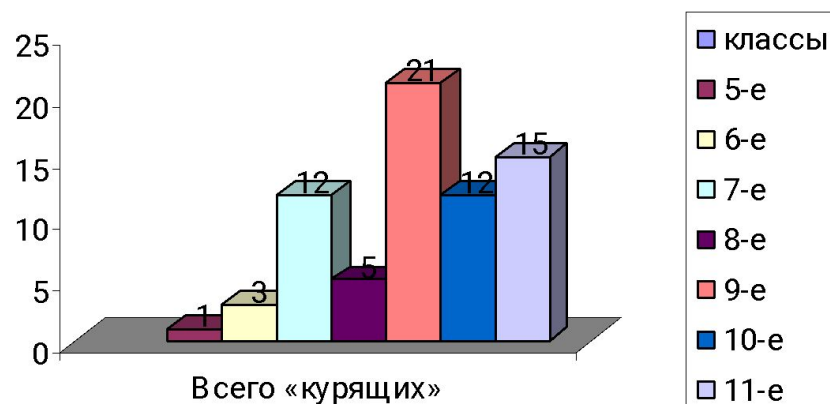


### Количество курящих учеников в школе



**Вывод:** своевременное проведение профилактических мероприятий сыграло положительную роль. Процент «курящих» снизился до **15,86%** (уменьшился на 2,4%) или на одиннадцать учеников.

### Количество курящих учеников после проведения профилактических мероприятий



Мы губим себя.... А зачем? Не  
понятно...

Ведь каплей смолы можно лошадь  
убить...

Стихом к молодым обращаюсь  
ребятам:

- Покуда не поздно – бросайте курить!

Владимир Кухарь