

ТЕМА УРОКА

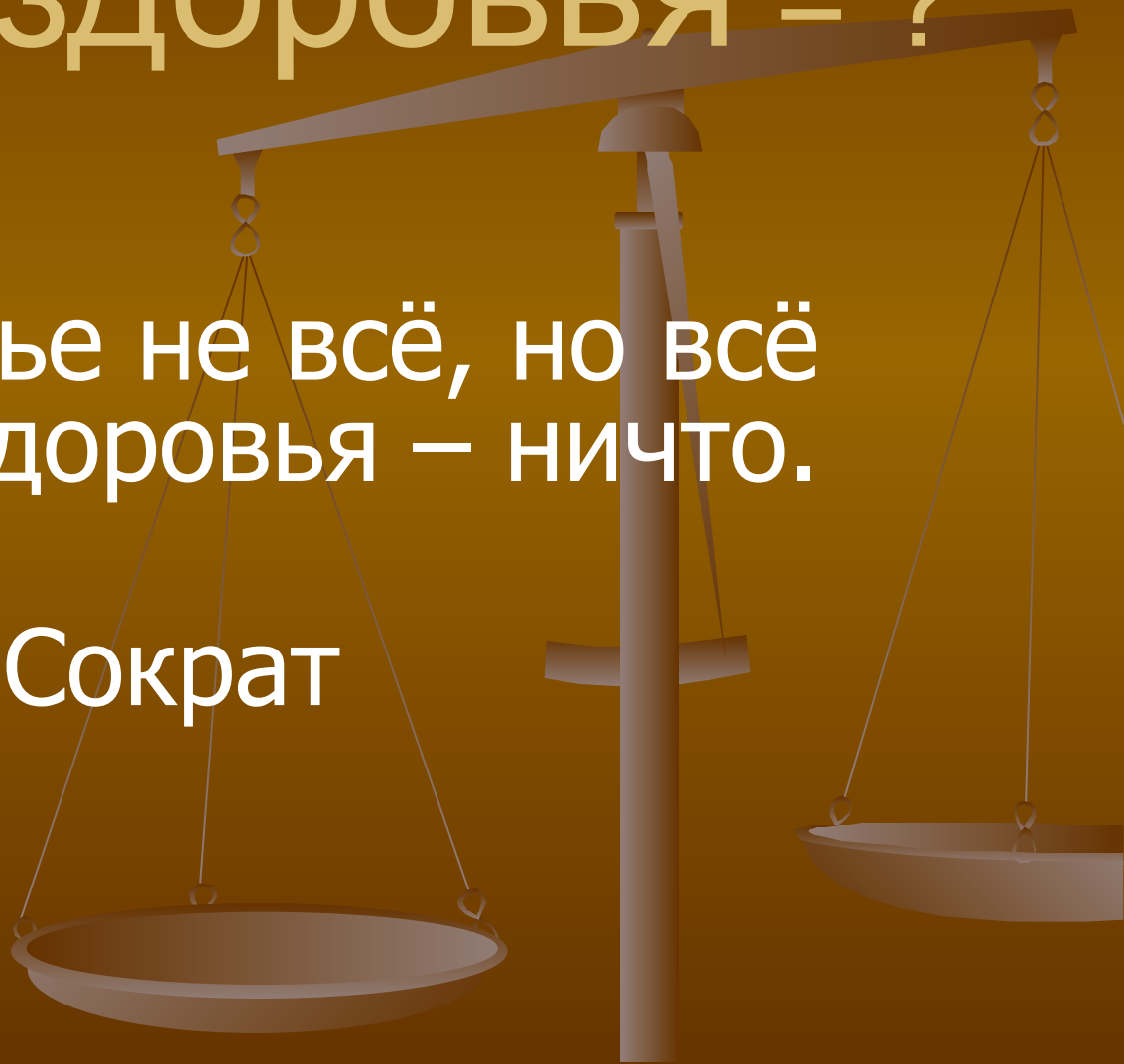
ВЛИЯНИЕ НАРКОГЕННЫХ ВЕЩЕСТВ НА ЗДОРОВЬЕ И СУДЬБУ ЧЕЛОВЕКА



Формула здоровья = ?

Здоровье не всё, но всё
без здоровья – ничто.

Сократ



Девиз жизни

До здо сам вье
то ло
век! жет
смо быть
ро че лько

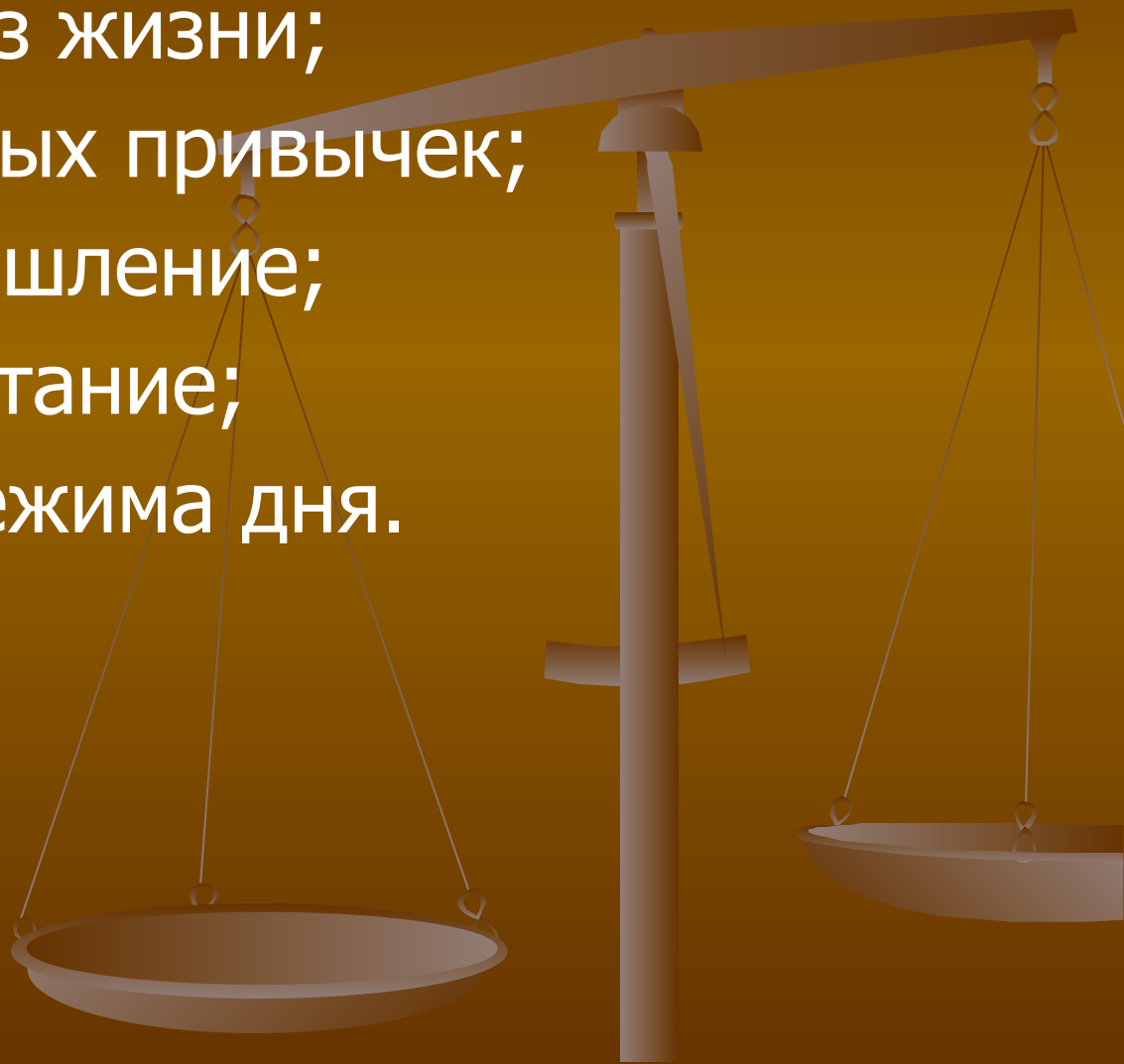
The diagram consists of 11 words arranged in a circular pattern, connected by lines to form a complex star. The words are: До, здо, сам, вье, ло, жет, быть, лько, че, ро, смо. The connections are as follows: До connects to вье, здо, ло, жет, быть, ро, смо; здо connects to До, сам, ло, жет, быть, ро, смо; сам connects to здо, вье, ло, жет, быть, ро, смо; вье connects to До, здо, сам, ло, жет, быть, ро, смо; ло connects to До, здо, сам, вье, жет, быть, ро, смо; жет connects to До, здо, сам, вье, ло, быть, ро, смо; being connects to До, здо, сам, вье, ло, жет, ро, смо; лько connects to здо, сам, вье, ло, жет, быть, ро, смо; че connects to До, здо, сам, вье, ло, жет, быть, ро, смо; ро connects to До, здо, сам, вье, ло, жет, быть, лько, смо; смо connects to До, здо, сам, вье, ло, жет, быть, ро, лько.

Здоровье сможет
добыть только сам
человек!



Составляющие здоровья:

- Активный образ жизни;
- Отказ от вредных привычек;
- Позитивное мышление;
- Правильное питание;
- Соблюдение режима дня.



Здоровье



20% - природа

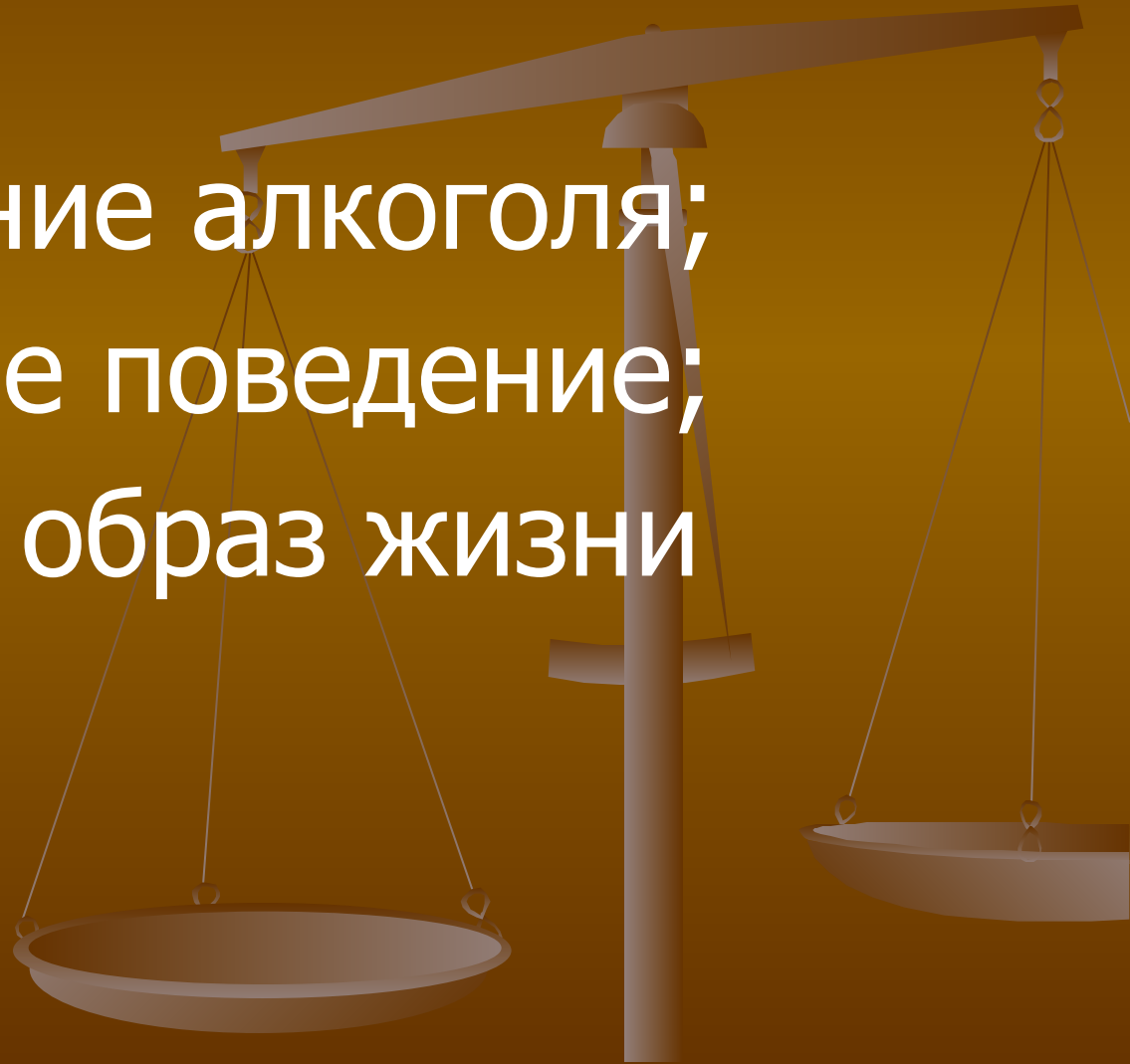
20% - наследственность

10% - медицина

50% - образ жизни

Факторы, зависящие от воли человека:

- курение;
- употребление алкоголя;
- агрессивное поведение;
- пассивный образ жизни



Что здесь зашифровано?

- Акшлеь
- Дьюкша
- Неболиз асдцер
- Саргтит
- Акр егликх
- Яарння мресть
- Ваилднеетиось
- Ракисе
- ыщормин



Последствия курения:

- Кашель
- Одышка
- Болезни сердца
- Гастрит
- Рак легких
- Инвалидность
- Кариес
- морщины



Пассивное курение



Сердце курильщика

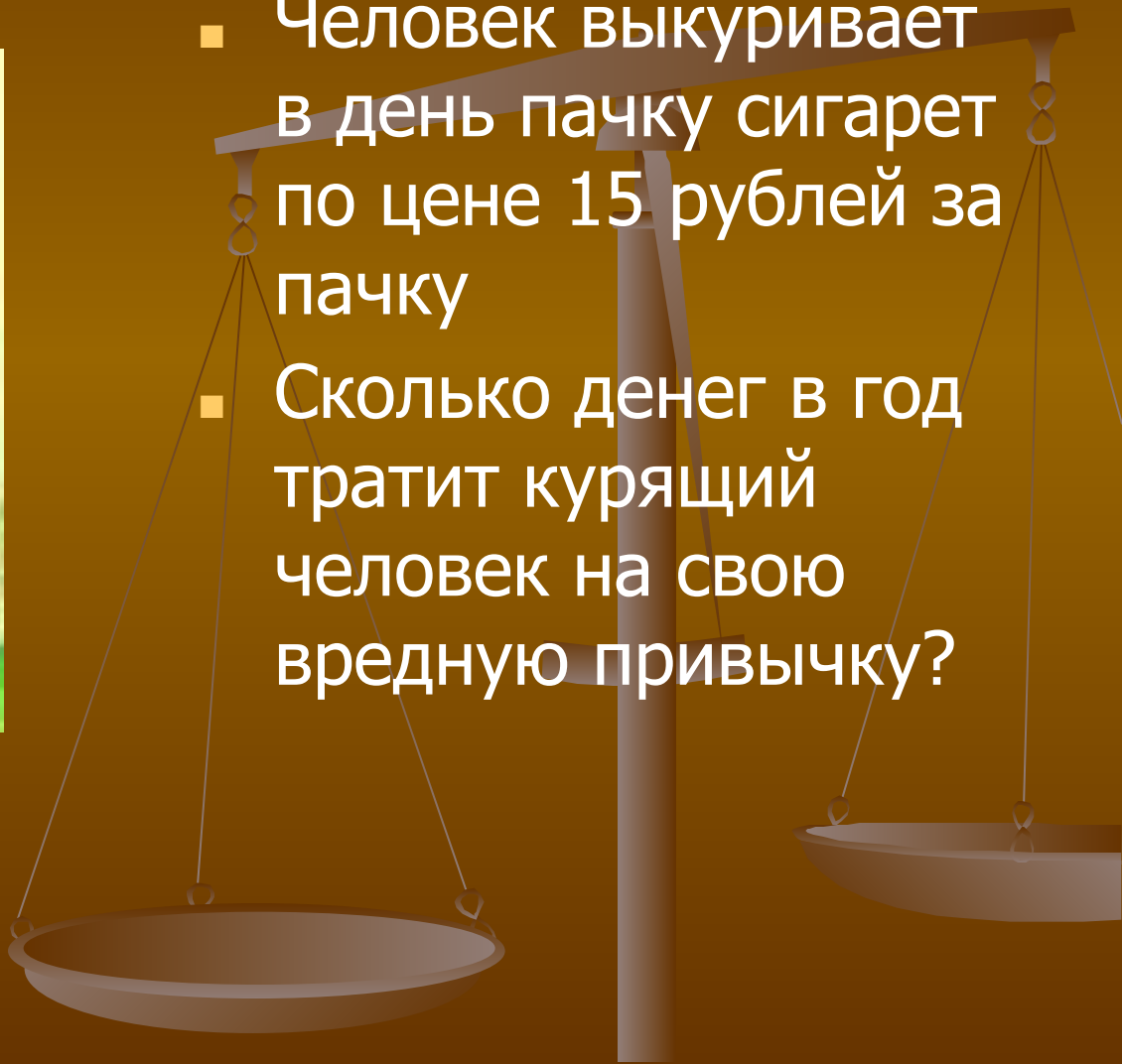


- Сердце нормально тренированного человека бьется с частотой 70 ударов в минуту
- Сердце курящего вынуждено делать на 5-10 ударов в минуту больше
- Сколько дополнительных ударов придется сделать сердцу курящего за сутки?

Стоимость никотина

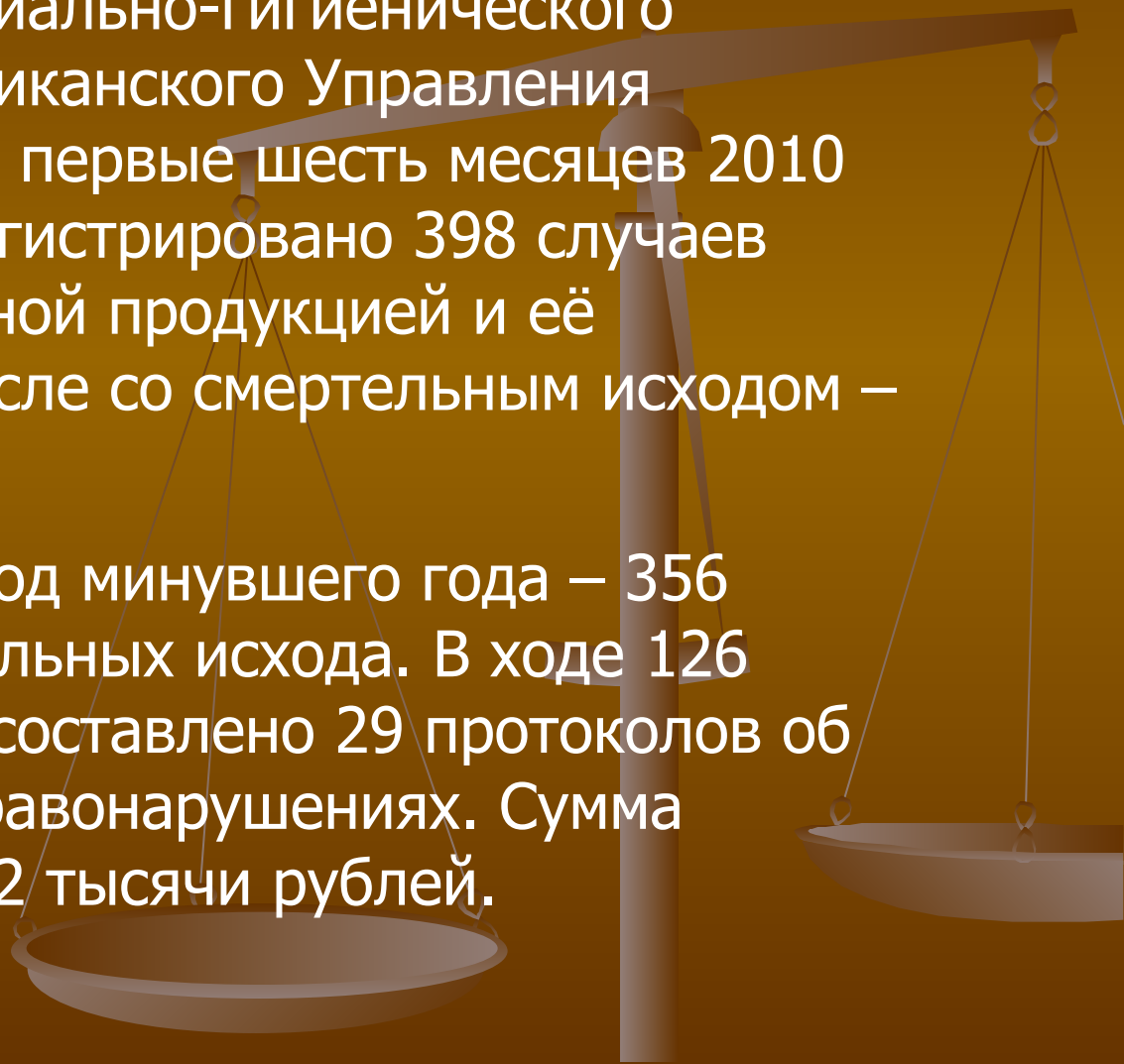


- Человек выкуривает в день пачку сигарет по цене 15 рублей за пачку
- Сколько денег в год тратит курящий человек на свою вредную привычку?



Алкогольный суррогат убивает жителей РМЭ

- Согласно данным социально-гигиенического мониторинга республиканского Управления Роспотребнадзора, за первые шесть месяцев 2010 года в Марий Эл зарегистрировано 398 случаев отравления алкогольной продукцией и её суррогатами, в том числе со смертельным исходом – 197.
- За аналогичный период минувшего года – 356 отравлений, 164 летальных исхода. В ходе 126 надзорных проверок составлено 29 протоколов об административных правонарушениях. Сумма штрафов составила 72 тысячи рублей.



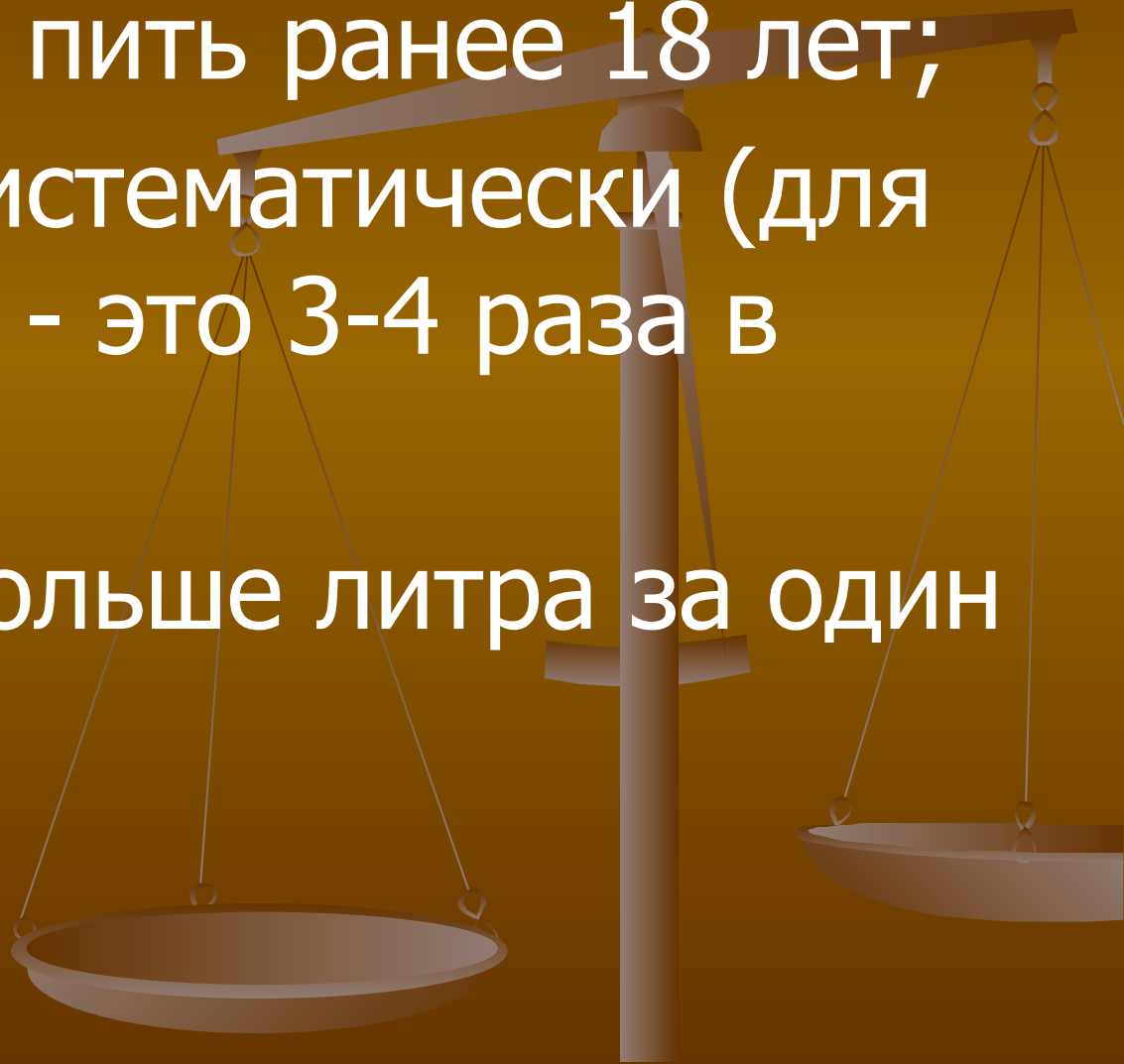
Вредно ли пиво?

- За последние годы содержание алкоголя в пиве достигает 12%;
- По скорости привыкания, пивной алкоголизм развивается в 3-4 раза быстрее водочного.



Злоупотребление пивом ведет к алкоголизму:

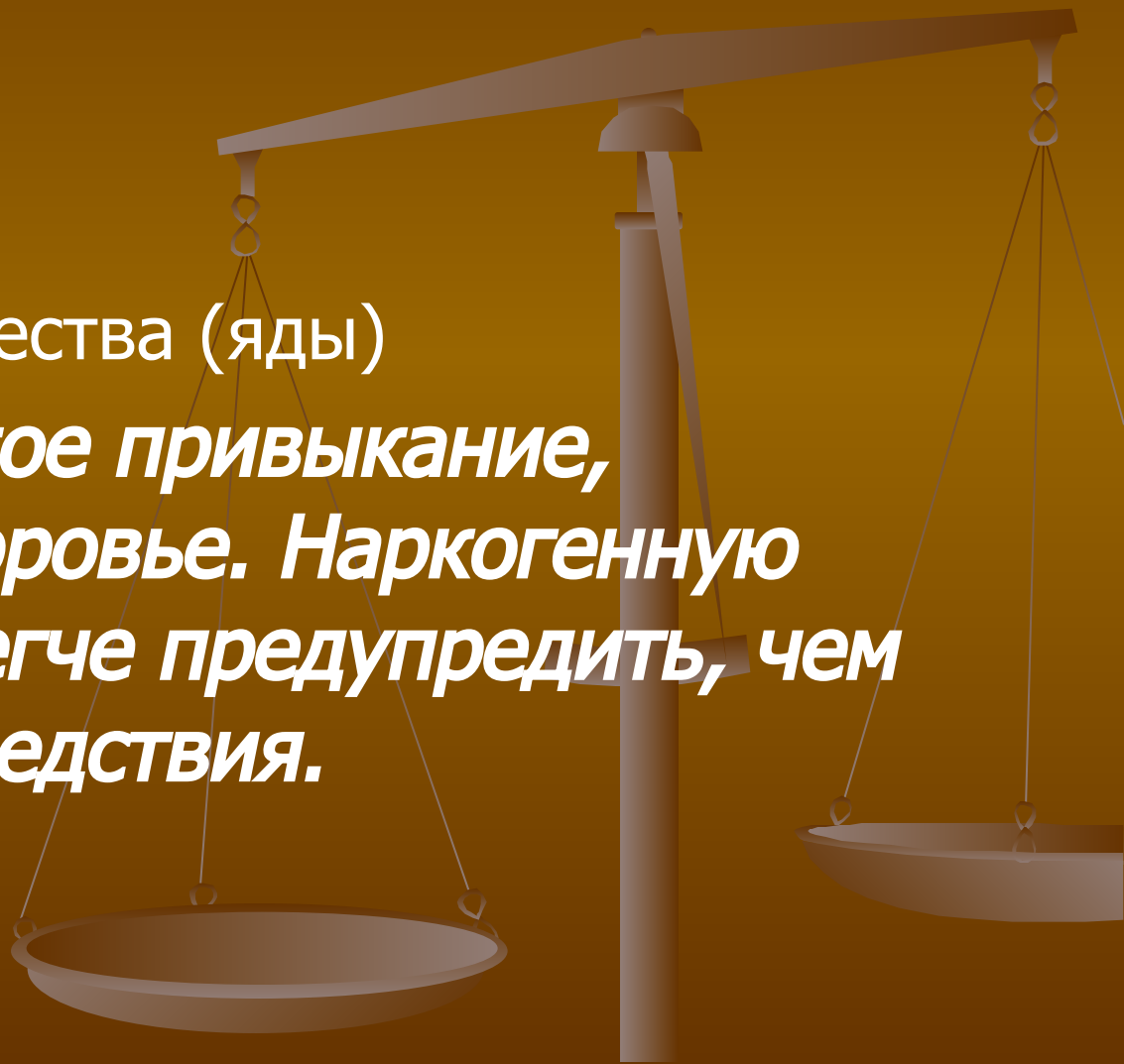
- Если начать пить ранее 18 лет;
- Если пить систематически (для подростков - это 3-4 раза в месяц);
- Если пить больше литра за один раз.



Наркогенные вещества

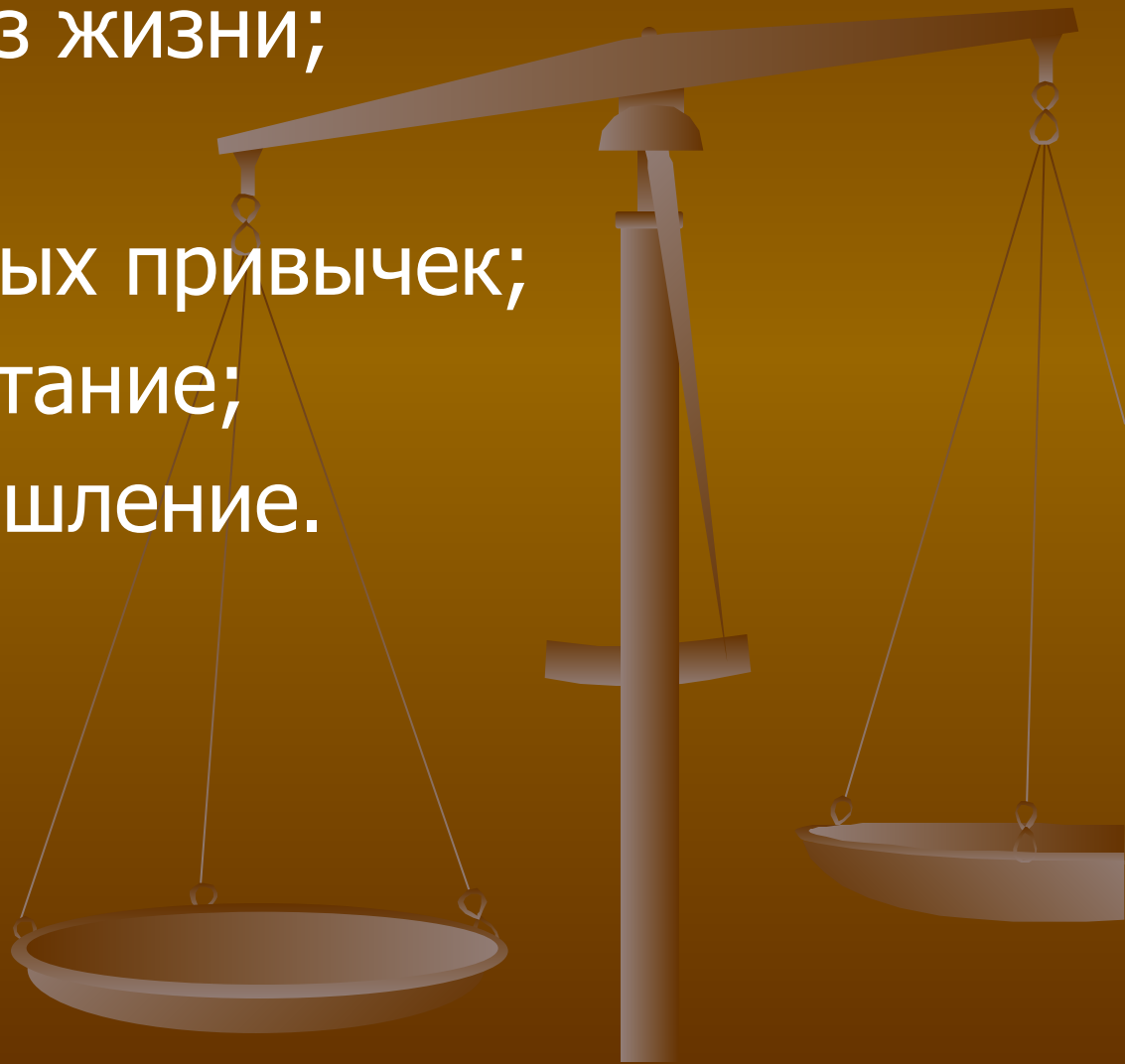
- Никотин
- Алкоголь
- Наркотики
- Токсические вещества (яды)

Вызывают легкое привыкание, подрывают здоровье. Наркогенную зависимость легче предупредить, чем лечить ее последствия.



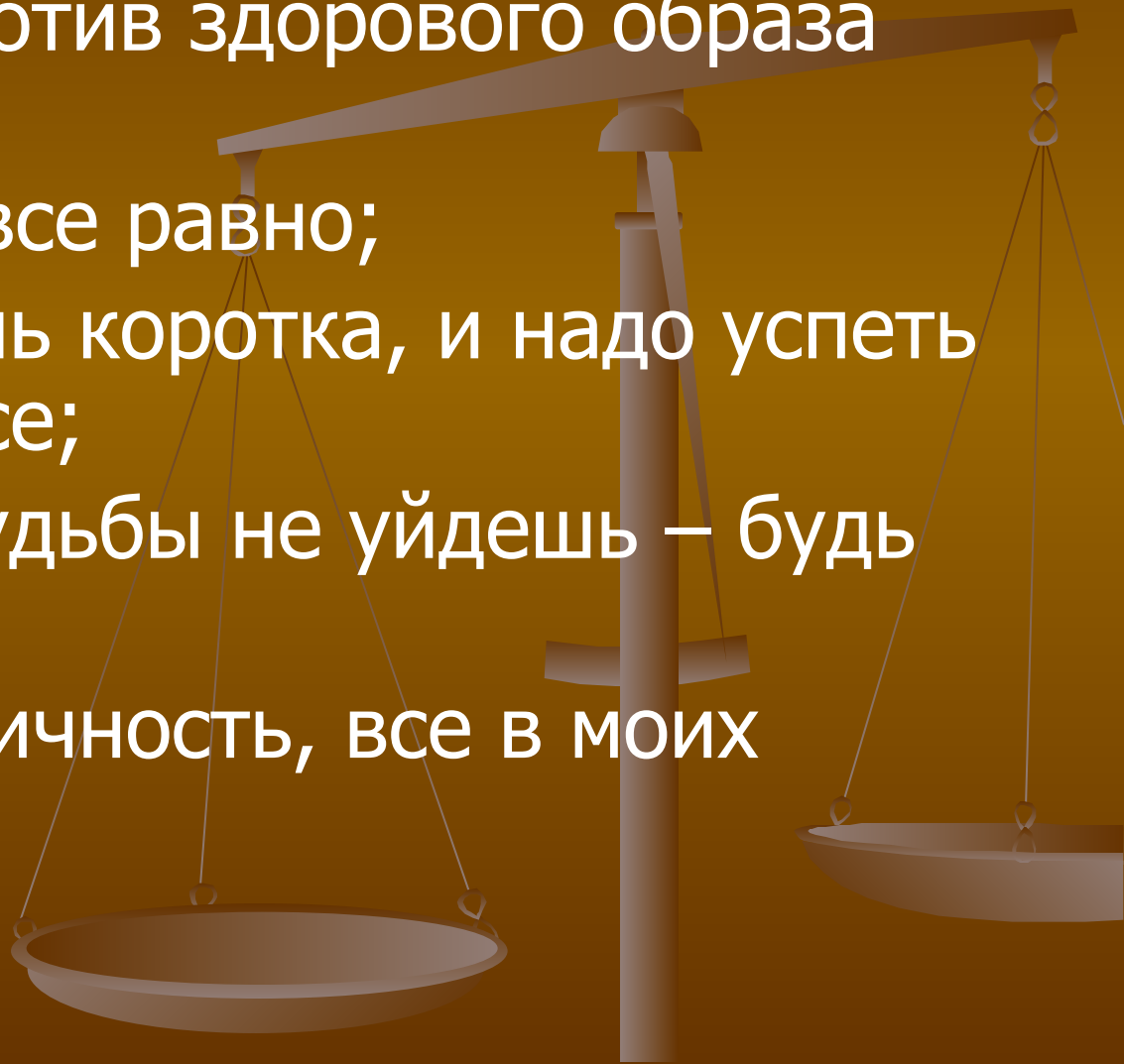
Формула здоровья = ?

- Активный образ жизни;
- Режим дня;
- Отказ от вредных привычек;
- Правильное питание;
- Позитивное мышление.



Сделай свой выбор!

- Красная – я против здорового образа жизни;
- Желтая – мне все равно;
- Розовая – жизнь коротка, и надо успеть попробовать все;
- Голубая – от судьбы не уйдешь – будь что будет;
- Зеленая – я – личность, все в моих руках!



знания



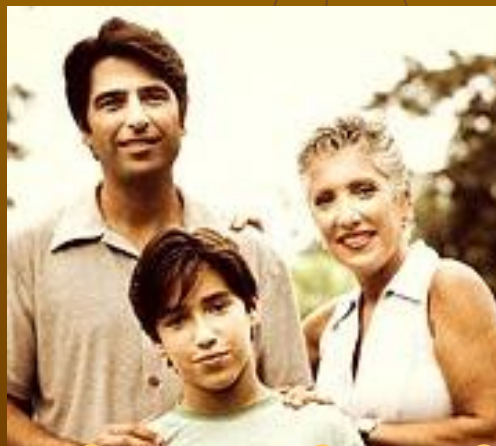
творчество



Мы выбираем



спорт



понимание

общение



Домашнее задание

1. параграф 66 (для чтения)
2. выполнить тест
3. решить задачу
4. заполнить таблицу « Наркогенные вещества»

Название наркогенного вещества	Особенности воздействия на организм	Последствия воздействия на организм