

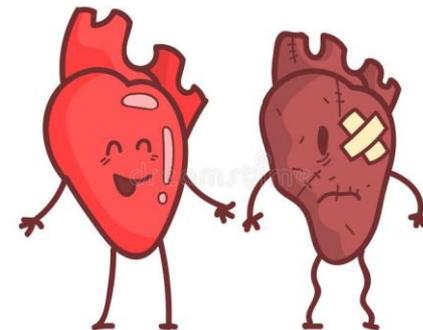
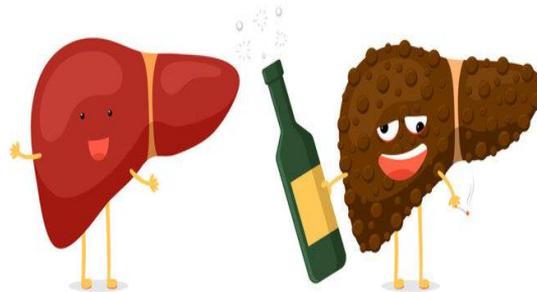


**Нет – Вредным
привычкам!**

Вредные привычка

- **Вредные привычки** — социально-психологический концепт, охватывающий целый ряд различных форм социального поведения, регулярно совершаемых человеком и приносящих ему вред.
- Это распространённые действия, которые люди повторяют вновь и вновь, несмотря на то, что они не полезны и даже вредны.

- **Употребление табака (никотиновая зависимость)**
- **Алкогольная зависимость**
- **Наркомания**





Употребление табака (никотина) – одна из вреднейших привычек, разрушающих организм человека.

- **Курение**
- **Вейп**
- **Снюс**
- **Снафф**
- **Жевательный табак**

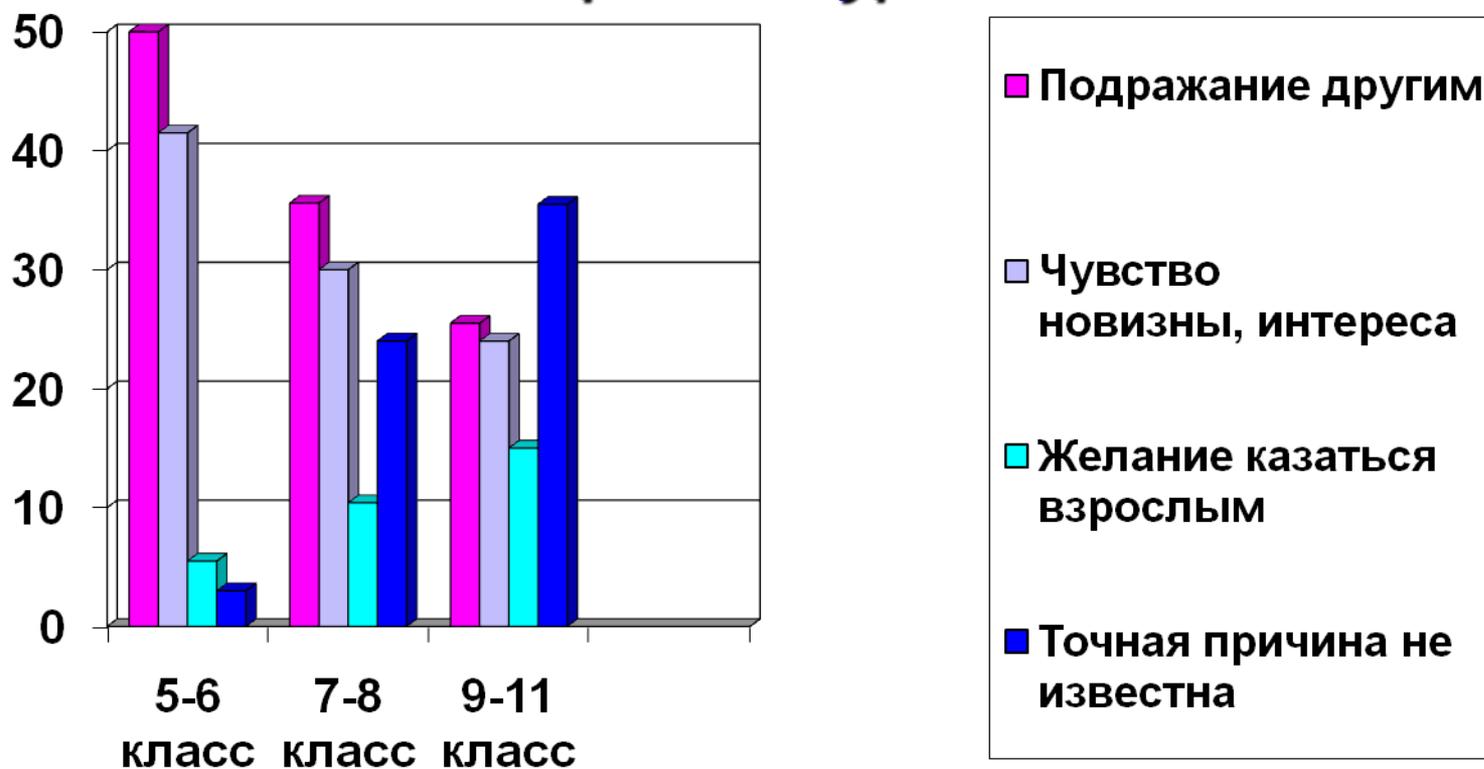
НИКОТИН – бесцветная маслянистая жидкость
буреющая при контакте с воздухом.



НИКОТИН –
сильнейший
яд! **40-50**
МГ никотина –
смерть!

Результаты исследования причин курения (употребления ПАВ) у школьников

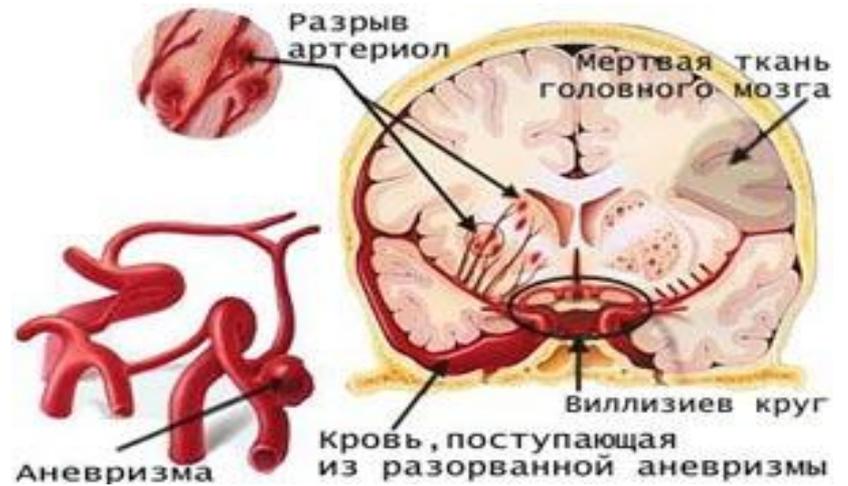
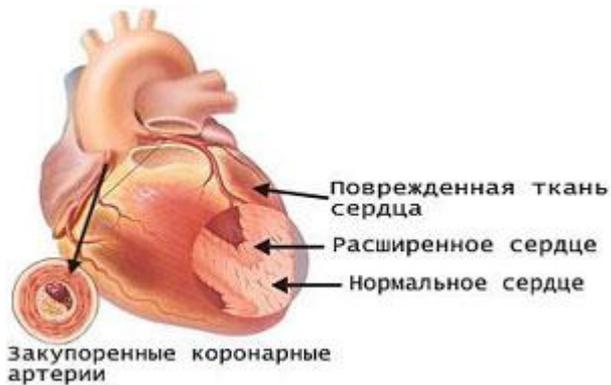
Процентное соотношение зависимости от причины курения



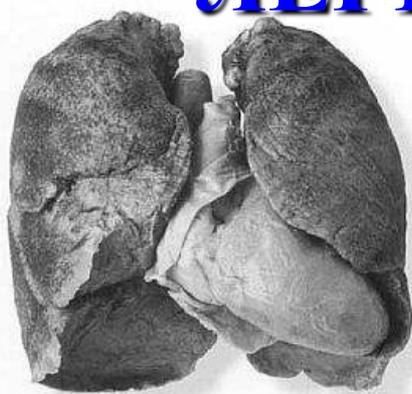
ВНИМАНИЕ !

Компоненты табачного дыма	Заболевания
Никотин	Кровеносных сосудов , сердца , лёгких , дыхательных путей , нервной системы , желудочно-кишечного тракта.
Радиоактивные компоненты	Раковые заболевания , болезни крови и лёгких.
Канцерогенные смолы	Раковые заболевания , повреждение зубной эмали , воспаление слизистых оболочек.
Угарный газ	Нарушение дыхания , болезни сердца.
Стирол	Нарушение слуха , зрения , нарушение органов осязания и обоняния.
Синильная кислота	Болезнь сердца , крови.

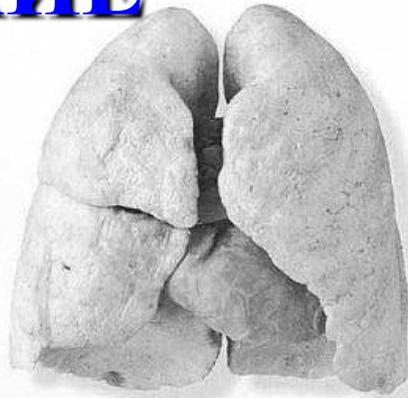
ВЛИЯНИЕ КУРЕНИЯ НА ОРГАНИЗМ ЧЕЛОВЕКА



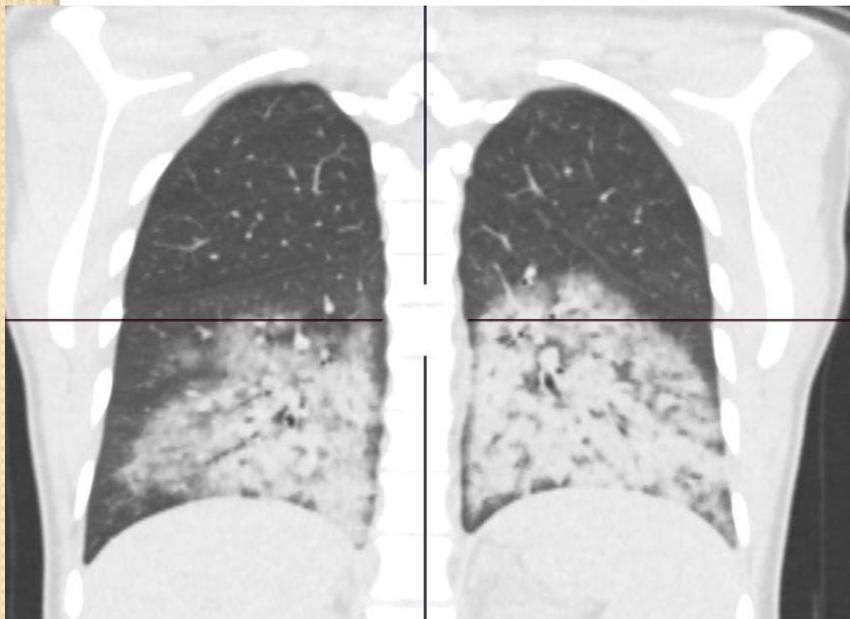
ВЛИЯНИЕ КУРЕНИЯ НА ЛЁГКИЕ



Курить-это круто!!!

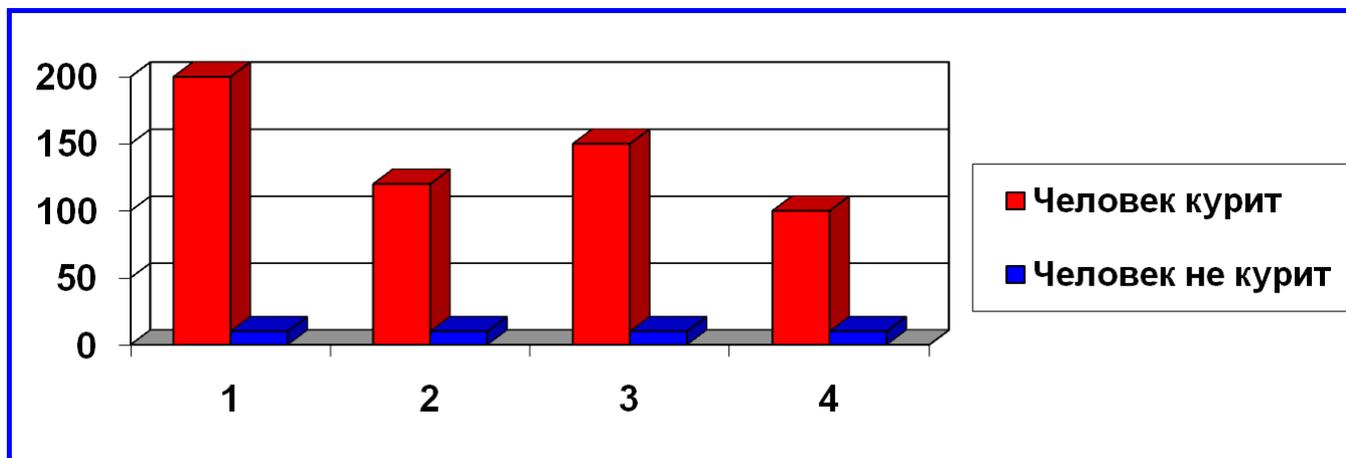


Да конечно :)



Сравнительная диаграмма заболеваний курящих и некурящих людей

- 1 - РАК (в 20 раз)
- 2 - ИНФАРКТ (в 12 раз)
- 3 - СТЕНОКАРДИЯ (в 15 раз)
- 4 - ЯЗВА ЖЕЛУДКА (в 10 раз)



Курение.

Прочитай и обсуди

Мне 16 лет. Курю уже год. Когда я не курю, мне плохо. Я считаю, что сигарета снимает нервное напряжение. Недавно я начала встречаться с парнем. Он не знает, что я курю. И я боюсь ему об этом сказать.

Хотелось бы узнать, как ребята относятся к курящим девушкам?

Курение.

Прочитай и обсуди

Мне 10 лет. Моя мама, папа и старший брат курят. Опасно ли пассивное курение? Влияет ли пассивное курение на здоровье детей?

Курение.

Прочитай и обсуди

Мне 14 лет. Мои друзья все курят, и я тоже решил попробовать. После первой выкуренной сигареты меня стошнило, в следующий раз – у меня только кружилась голова. К несчастью моя мама почувствовала от меня запах табака и рассердилась. Она вынудила меня дать обещание никогда в жизни этого больше не делать. Но это не легко, когда все друзья курят. Мне кажется, я имею право сделать свой собственный выбор, не так ли?

Алкоголизм – одна из наиболее опасных привычек

«Пьянство – добровольное безумие».

Аристотель

ФОРМУЛА
ЭТИЛОВОГО
СПИРТА – C_2H_5OH



Отрицательное воздействие этанола на организм человека

- затрудняет работу органов (печени, сердца, почек, кишечника)
- накопление перекисных соединений, которые разрушают клеточные мембраны, что ведёт к циррозу печени;
- возникновение мутаций и уродств у эмбрионов;
- оказывает наркотическое действие, разрушает клетки головного мозга, приводит к нарушению белкового, углеводного, жирового и витаминного обмена;
- снижает иммунитет;
- повышает артериальное давление;
- снижает пищеварительную способность, повышает жажду, сухость во рту;
- расстройство нервной системы, психики.

Действие этанола на организм человека в зависимости от концентрации в крови



1-2,5%

Психическое расстройство, нарушение равновесия

2,5-3,5%

Потеря психической и физической координации

2,5-4%

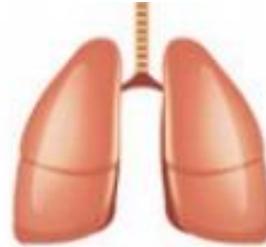
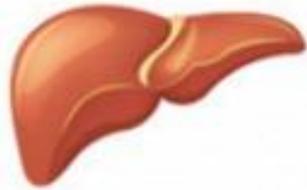
Наркотический сон

> 5-6%

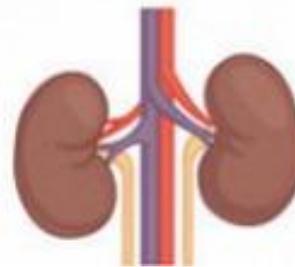
*Паралич нервной, кровеносной, дыхательной систем.
Смерть.*



Отрицательное воздействие этанола на организм человека



Полиорганная недостаточность



Алкоголизм.

Прочитай и обсуди

При анализе статистических данных о рождаемости и смертности по годам бросается в глаза прямая зависимость между употреблением алкоголя и приростом населения. В последние годы отмечается рост женского, детского алкоголизма. Набирает обороты пивной алкоголизм. И мы молчим. Более того, в фильмах, литературе, рекламе насильственно насаждается образ России пьющей. Меняется душа народа, его менталитет. Теперь цель жизни – получить удовольствие!

Вы согласны? Как вы относитесь к этим проблемам?

Алкоголизм.

Прочитай и обсуди

Многие подростки, в том числе и я, употребляют алкогольные напитки. Я знаю, что 86% молодых людей в возрасте до 17 лет уже их пробовали. Это даёт в буднях, суете, повседневной жизни человеку радость.

Согласны ли вы с автором письма?

НАРКОМАНИЯ –
опаснейшая
зависимость от
веществ,
называемых
наркотиками,
приводящая к
ухудшению
здоровья и **смерти**

!



Виды наркотической зависимости

Физическая зависимость

включает в себя:

- а) влечение к наркотику;**
- б) возможность достижения физического комфорта только при наличии наркотического вещества в организме;**
- в) абстинентный синдром.**

Психическая зависимость

включает в себя:

- а) непреодолимое влечение к приёму наркотиков;**
- б) возможность достижения психического комфорта только при наличии наркотического вещества в организме.**

Последствия употребления наркотиков:



- Поражение нервной системы, головного мозга, внутренних органов
- ВИЧ-инфекции, СПИД
- Гепатит С, В, дельта
- Гормональное нарушение
- Дети рождаются с умственными и физическими отклонениями
- Бесплодие
- Психические расстройства
- Потеря работоспособности
- Деградация личности
- Смерть

ИНФОРМАЦИЯ!

В России
употребляют
наркотики – **3-3,5**
миллионов человек

Возраст детей
попробовавших
наркотики впервые
составляет **6 –**
– 17,5 лет

Заражены среди
наркоманов
гепатитом **С, В** –
– 89% , **СПИДом** – –
30%

Массовое **приобщение**
к наркотикам –
– 14-16 лет

Доля наркоманов и
пробовавших наркотики
среди подростков и
молодёжи – **44,8%**)

Наркотики.

Прочитай и обсуди

Я знаю, что многие после первого раза мимо наркотика равнодушно не пройдут. Я начал принимать наркотики с 15 и до 25 лет мучился этим. Чего душой кривить, наркотик я попробовал скорее из-за подражания. Захотел красиво жить. Была у меня девушка, и она тоже хотела красиво жить. Девушка впоследствии стала моей женой и матерью моего ребёнка. Даже сына ещё не родившегося, мы не пощадили. Жена принимала отраву до последнего дня беременности... Почему я бросил колоться?

В 21 год я увидел возможность найти сотни увлечений: например: подводное плавание и туризм, спелеологию (изучение пещер) и книги. Особенно книги. Я увидел, что существуют кино и театр, молодёжные кафе. Я стал испытывать жгучую зависть к тем, кто здоров. Все мужики, как мужики, а я – привидение. Да разве можно перечислить все преимущества нормальной жизни?

А как считаете вы?

(Бывший наркоман)

ЗАПОМНИТЕ!

1. Табак содержит множество **токсичных веществ**
2. Никотин, присутствующий в табаке, - **одно из самых ядовитых веществ**
3. **Организм** человека быстро **привыкает к никотину**, поэтому лучше не начинать курить вообще
4. **Курение** вызывает множество заболеваний (**рак, сердечно – сосудистые заболевания**)



ЗАПОМНИТЕ!

1. Чрезмерное употребление алкоголя приводит к зависимости, известной как **алкоголизм**
2. Алкоголизм – заболевание, которое **поражает организм человека** и приводит к болезни и даже **смерти** в результате **нарушения работы печени и других органов**
3. Алкоголизм может привести к очень серьёзным **проблемам в семье, в обществе**
4. Необходимо **избегать употребления алкоголя**, поскольку очень трудно преодолеть эту привычку



ЗАПОМНИТЕ!

1. Приём наркотиков быстро приводит к **наркозависимости**
2. Наркотики вызывают **психическую зависимость**, приводящую к увеличению дозы, и **физическую зависимость**, которая проявляется в симптомах «ломки» при отсутствии наркотика
3. Употребление наркотиков ведёт к постепенному **разрушению организма**
4. Избавиться от наркозависимости чрезвычайно трудно, поэтому **необходимо** вообще **избегать приёма наркотиков**



Профилактика вредных привычек

ЗОЖ

- Занятие спортом
- Посещение различных кружков
- Развитие своего хобби
- Ранняя профориентация



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

