

куриль вред! но...



—
МИНЗДРАВ РОССИИ
ОТ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЙ
ПЕРЕХОДИТ
К СОБОЛЕЗНОВАНИЯМ

Внеклассное мероприятие-ролевая игра

Автор: Галеева Л.Н.

ОСОШ №7

ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ СТУДИЯ

"Взгляд со стороны"

Телемост по проблеме

«Влияние курения
на организм человека и
окружающую среду»



WWW.SESPACE.CN
www.sespace.com.cn
When you smoke, you are not the only one that smokes.



EKA BULU



www.seaspace.cn
www.seaspace.com

When you smoke, you are not the only one that smokes.



EKA BÜ魯

Зал судебных заседаний

**Рассматривается
«Дело о сигарете»**

Судья: Зыятдинова А.

ТАБАК

к (лат. *Nicotiana*) — род растений семейства паслёновых (Solanaceae). Известно около 40 видов.

Подразделяется на три подрода: *Tabacum*, *Rustica* (махорка) и *Petunoides*.

До XVI века табак произрастал только в Северной и Южной Америке. В настоящее время

табак выращивают во многих странах мира.

Высушенные листья некоторых видов табака используют для курения.

Всемирная организация здравоохранения признала табак наркотиком.

Христофор Колумб

р. мб (лат. *Christophorus Columbus*, итал. *Cristoforo Colombo*, исп. *Cristóbal Colón*; 29 октября 1451 на острове Корсика, тогдашнем владении Генуи, Италия (по одной из версий) — 20 мая 1506 Вальядолид, Испания) — испанский мореплаватель и открыватель новых земель, всемирно известен своим открытием Америки (1492).

Колумб первым официально пересёк Атлантический океан в субтропической и тропической полосе северного полушария и первым из европейцев ходил в Карибском море. Он положил начало открытию материка Южной Америки и перешейков Центральной Америки. Он открыл все Большие Антильские острова — центральную часть Багамского архипелага, Малые Антильские острова (от Доминики до Виргинских островов включительно), а также ряд мелких островов в Карибском море и остров Тринидад у берегов Южной Америки.



Жак Нико

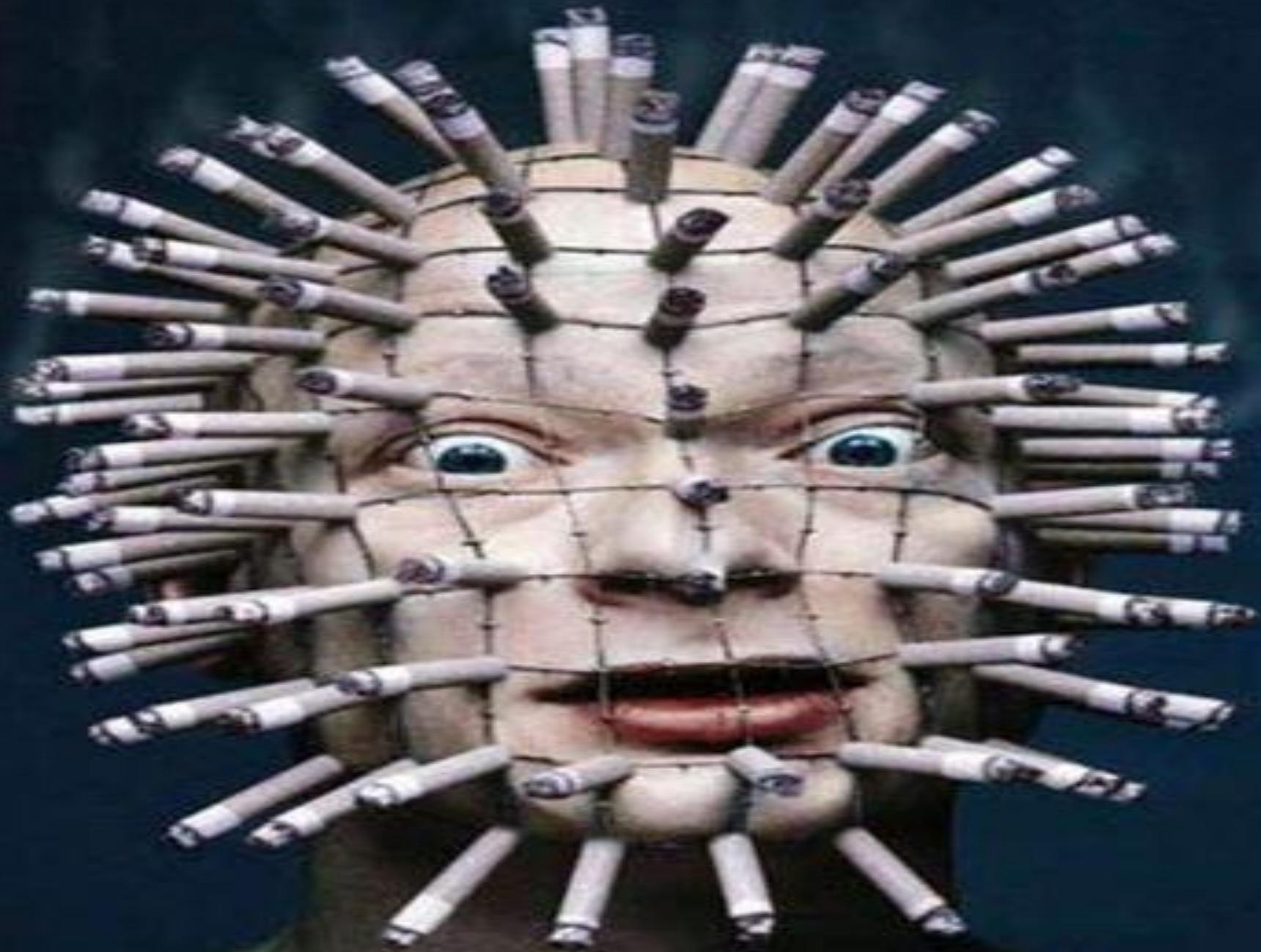
Жан Нико ([Фр.](#) *Jean Nicot*; [1530](#)—[1600](#)) — французский дипломат и ученый.

Родился в г. [Ниме](#) на юге [Франции](#). Был послом Франции в [Лиссабоне](#) с 1559 по 1561.

Был послан в Португалию для обсуждения вопросов женитьбы шестнадцатилетней принцессы [Маргариты де Валуа](#) и пятилетнего короля Себастиана Португальского. По возвращении из Португалии купил табачные плантации. Постоянным покупателем [табака](#) стала мать королевы, [Екатерина Медичи](#). Табак также понравился главному настоятелю малтийского ордена, который способствовал распространению его среди своей братии. Все это привело к тому, что все большее количество парижан стало потребителями табака. Имя Нико стало широко известно. Первоначально растение называлось никотиана. [Никотином](#) позже стали называть только активную составляющую, выделяемую из этого растения. В [1560](#) Нико ввел в употребление при французском дворе нюхательный табак.

Жан Нико также составил один из первых словарей французского языка, «*Thresor de la langue francoyse tant ancienne que moderne*» (опубликована в [1606](#)).





EKA BUru

Институт биохимии
физиологии человека и

Симпозиум по проблеме
«Влияние табака на
организм человека»

Дата: 12.12.2008

Двухфазное действие сигаретного дыма

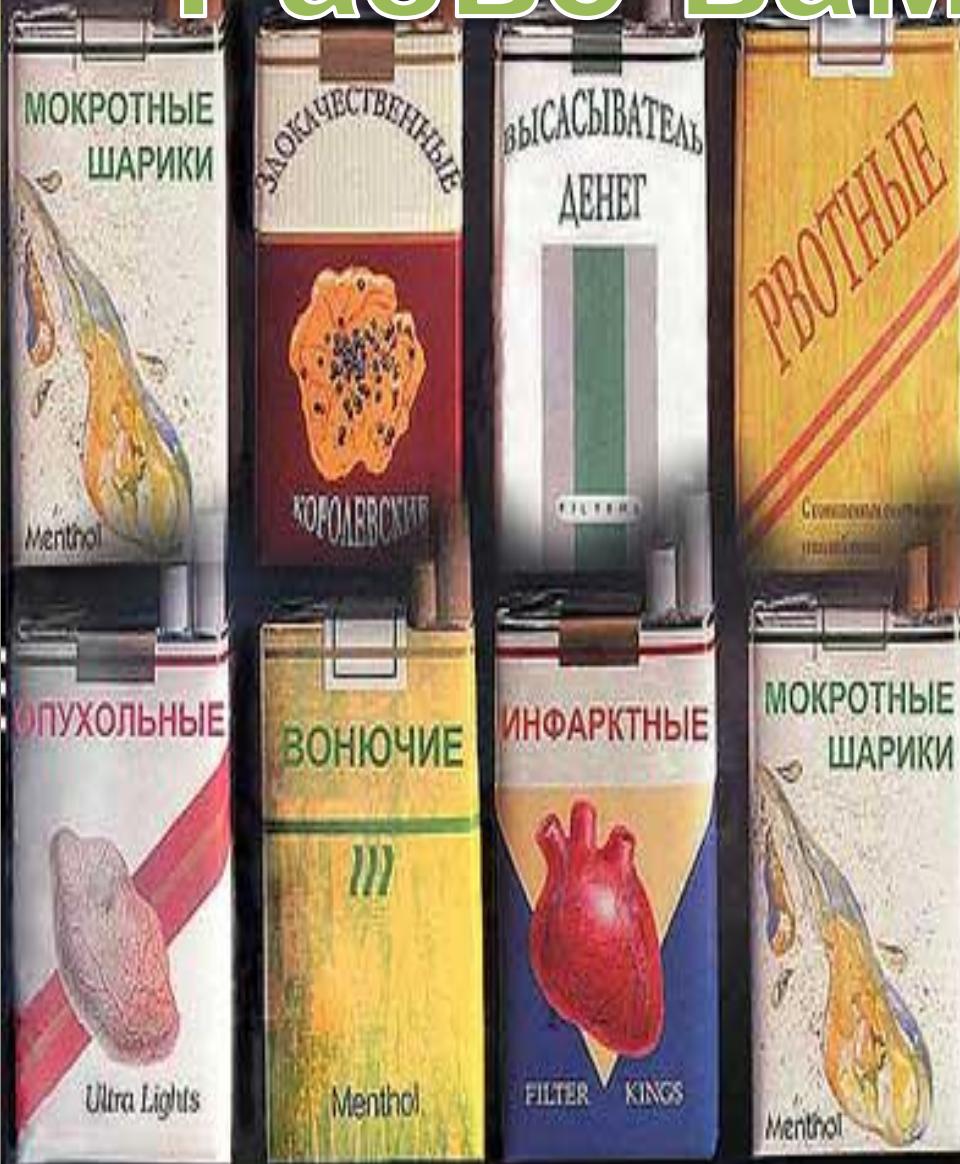


1 фаза-
возбуждение



2 фаза-
угнетение

Разве вам это надо?



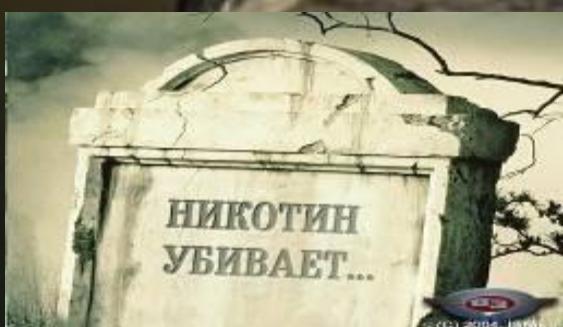
*Smoking
causes fatal lung cancer*

ПОЧЕМУ БЫ ИХ НЕ НАЗВАТЬ СВОИМИ ИМЕНАМИ?

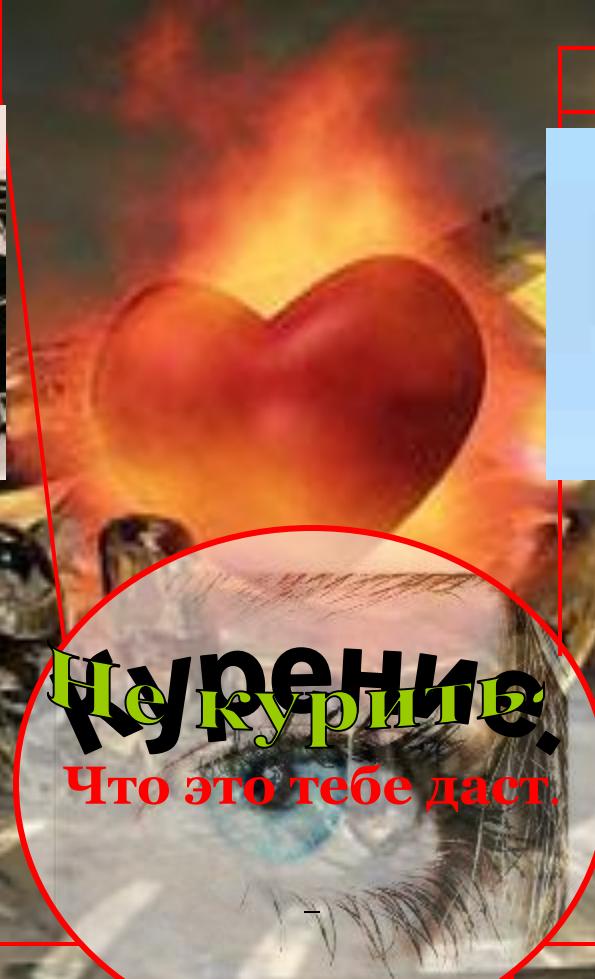
Вред вашим детям.



Экономит деньги.



Короткую жизнь.



Не курить.
Что это тебе даст.

Плохие легкие.



Сохранится здоровье.



Плохой мозг.

Состав сигаретного дыма

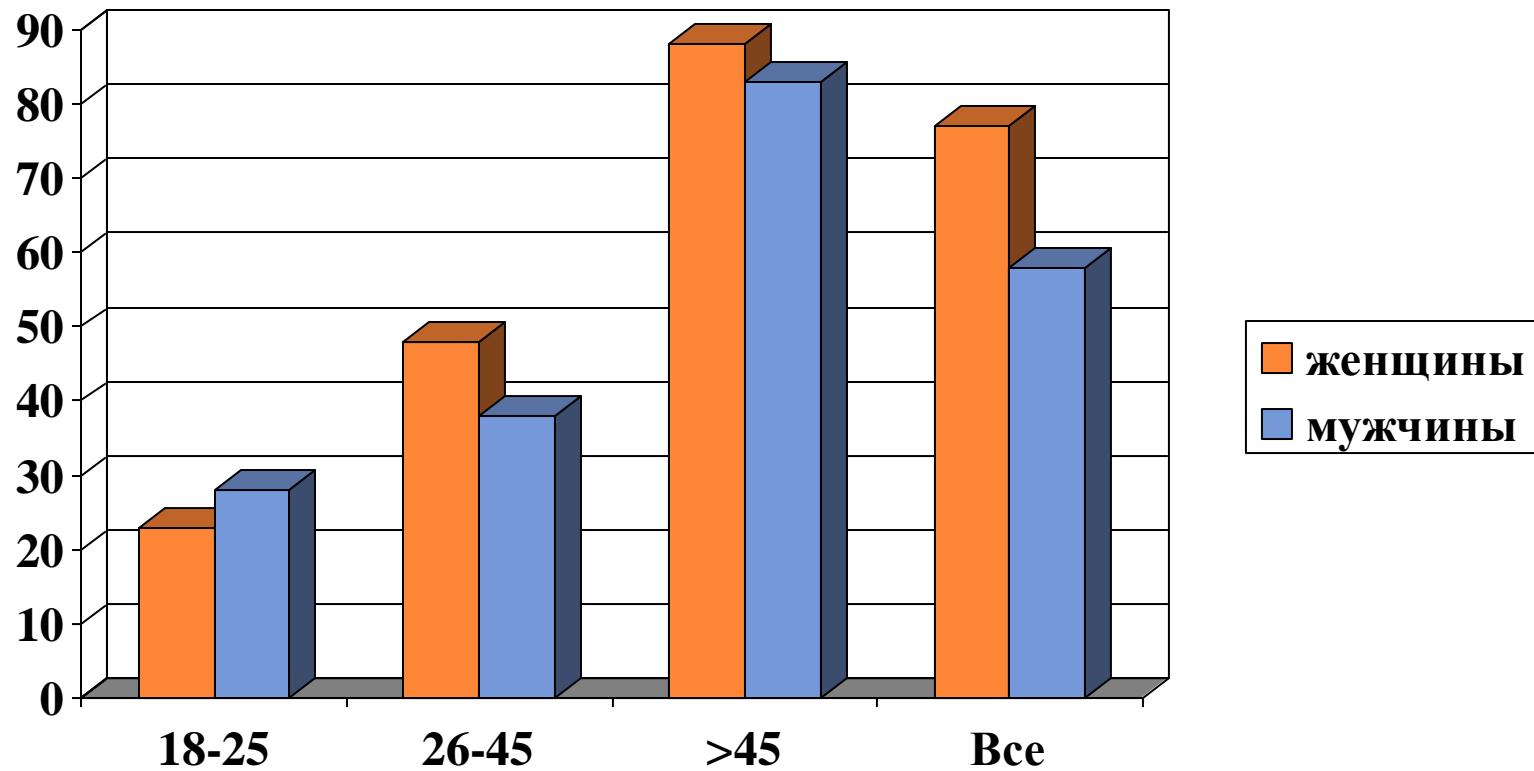
- более 300 биологических ядов,
- 1- 4 % никотина,
- 2-20 % углеводов,
- 1-13 % белков,
- 5-17 % органических кислот,
- 0,1-1,7 % эфирных масел,
- окись и двуокись углеродорода,
- циановодород (цианильная кислота),
- ацетальдегид,
- ацетон,

- сероводород,
- табачный деготь,
- соединения мышьяка,
- радиоактивные соединения калия, свинца,
никеля, полония, стронция,
- угарный газ,
- 38 полихлорированных ароматических
углеводородов,
- нитрозамины,
- бензопирены, фенолы,
- тяжелые металлы,
- радиоактивный полоний-210

The average smoker needs over five thousand cigarettes a year.

Get unhooked. Call 0800 169 0 169 or visit getunhooked.co.uk

ДОЛЯ КУРЯЩИХ ЖЕЛАЮЩИХ БРОСИТЬ КУРИТЬ (ДАННЫЕ ОПРОСА 600 КУРИЛЬЩИКОВ)





ПЛАН И СОДЕРЖАНИЕ ГРУППОВОГО ЗАНЯТИЯ ПО ОКАЗАНИЮ ПОМОЩИ В ОТКАЗЕ ОТ КУРЕНИЯ.

- - обсуждения прошлого опыта отказа от курения;
- - закрепление мотивации на отказ (последствия табачной интоксикации и зависимости);
- - комплексная методика отказа от курения:
 - самоподготовка (анализ собственного курения, определение собственного плана отказа, самокодировка на отказ от курения);
 - отказ от курения (психологические и поведенческие приемы изменения курительного поведения и преодоления позывов к курению);
 - никотин-заместительная терапия и другие медикаментозные методы;
 - профилактика рецидивов курения.



ЭФФЕКТЫ ОТКАЗА ОТ КУРЕНИЯ:

ВКЛЮЧЕНИЕ ПРОЦЕССОВ ДЕЗИНТОКСИКАЦИИ С АКТИВНЫМ ВЫВЕДЕНИЕМ ТАБАЧНЫХ ТОКСИНОВ ИЗ ОРГАНИЗМА

- *20 минут спустя*: пульс и А/Д приходят в норму;
- *8 часов спустя*: содержание в крови СО и О приходит в норму;
- *24 часа спустя*: уменьшается риск сердечных приступов;
- *48 часов спустя*: восстановление нервных рецепторов (вкусовых, обоняния);
- *72 часа спустя*: увеличение жизненной емкости легких;
- *2 недели спустя*: улучшается циркуляция в сосудах, увеличивается работоспособность, проходит кашель;
- *1-9 месяцев*: восстановление функциональных возможностей органов дыхания



ЭФФЕКТ ОТКАЗА ОТ КУРЕНИЯ:

ВКЛЮЧЕНИЕ ПРОЦЕССОВ ДЕЗИНТОКСИКАЦИИ С АКТИВНЫМ ВЫВЕДЕНИЕМ ТАБАЧНЫХ ТОКСИНОВ ИЗ ОРГАНИЗМА

- *1 год спустя* - на 50% уменьшается риск **развития ишемической болезни сердца**
- *5 лет спустя* - **смертность от сердечно-сосудистых** заболеваний снижается до уровня у некуриющих
- *10-15 лет спустя* - **смертность от рака** снижается до уровня у некуриющих



Измените свою жизнь!



Spud
Lobster

A black and white photograph of a man with light hair and a beard, wearing a light-colored jacket over a dark t-shirt. He is looking upwards towards a modern building with a large glass and steel grid facade.

Я не курю.
Это не выгодно.

Сотрудники студии «Мосфильм» против курения

ЕКАБЫ



Я не курю.
Это не интересно!

Сотрудники студии «Нестандарт..но» против курения

ЕКАБУГИ

Я не курю.
Это не модно.

Сотрудники студии «Мэстэрдом» не пасуют курения



ЕКАБУГИ

Я не курю
Это не современно.



Сотрудники студии «Мистандарт» не курят

ЕКАБУ

Решение суда:
Признать сигарету
виновной и
приговорить её к
изгнанию из
общества.

No Smoking !!!

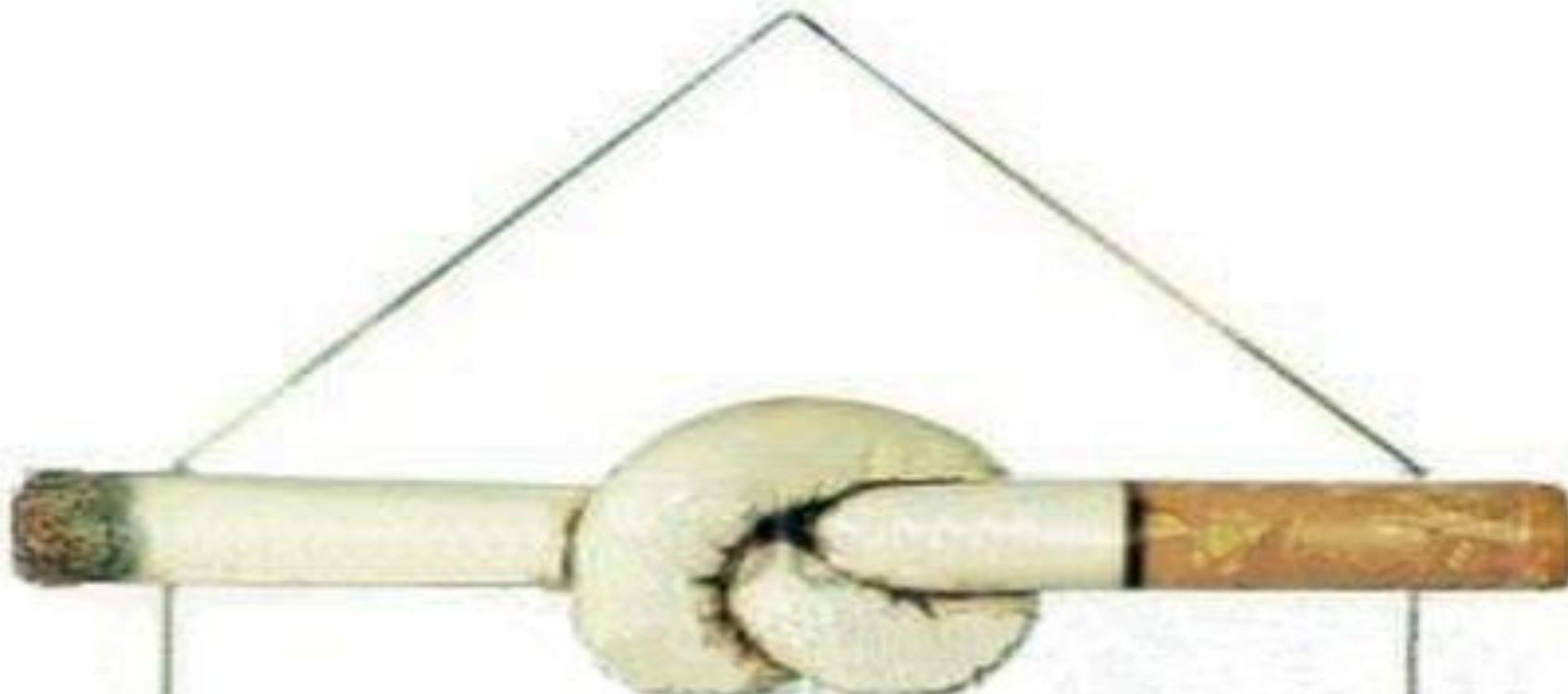


UA 23726

N. muntin

EKA BUS

**Результаты анонимного
анкетирования
учащихся
Открытой (сменной)
общеобразовательной
школы №7**



NO SMOKING

Со скольки лет можно курить? (число опрошенных-58 человек)	Курите ли вы ?	Возраст выкуриивания «первой сигареты»	Будете ли вы разрешать курить своим детям?
Курить нельзя-31% с18 – 31% Когда захочешь- 8,6% С 16-6,8% С 20-6,8% С 10-3,4% С 15,17,21,22,20,50- по1,7%	(от числа опрошенных) Да-43 % нет – 56 %	От числа выкуривших: 13л-27,5% 14л-25% 15л-15 % 10л- 12,5% 16л-7,5% 11л-5% 12,6,8л- по 2,5%	(от числа опрошенных) Не будут – 91,3 % Будут -8,6%
Какие сигареты вы курите? (от числа курящих)	Сколько денег тратите в день? (от числа курящих)	Сколько штук сигарет вы выкуриваете за день?	Хотите ли вы отказаться от этой пагубной привычки?
Winston-48,4% Kent, Kiss- по 12,1 % Честер, Гламур, Разные –по 6 %	25 руб.-54,5% 50 руб.-15 % 20 руб.-12 % 15 руб.-12 %	5-6 шт.-36% 20 шт.-30% 10 шт.-15 % 15 шт.-9%	Желают-70 % Не осознали – 30 %

Результаты социологического опроса

Число опрошенных - 58

человек,

Из них курят - 33,

Тратят в день - 930 рублей,

В месяц - 28 830 рублей,

В год - 345 960 рублей.

ТЫ



БРОСИЛ КУРИТЬ?

БРОСИЛ КУРИТЬ?