

Здоровье

В

процентах.

Сегодня на уроке будем

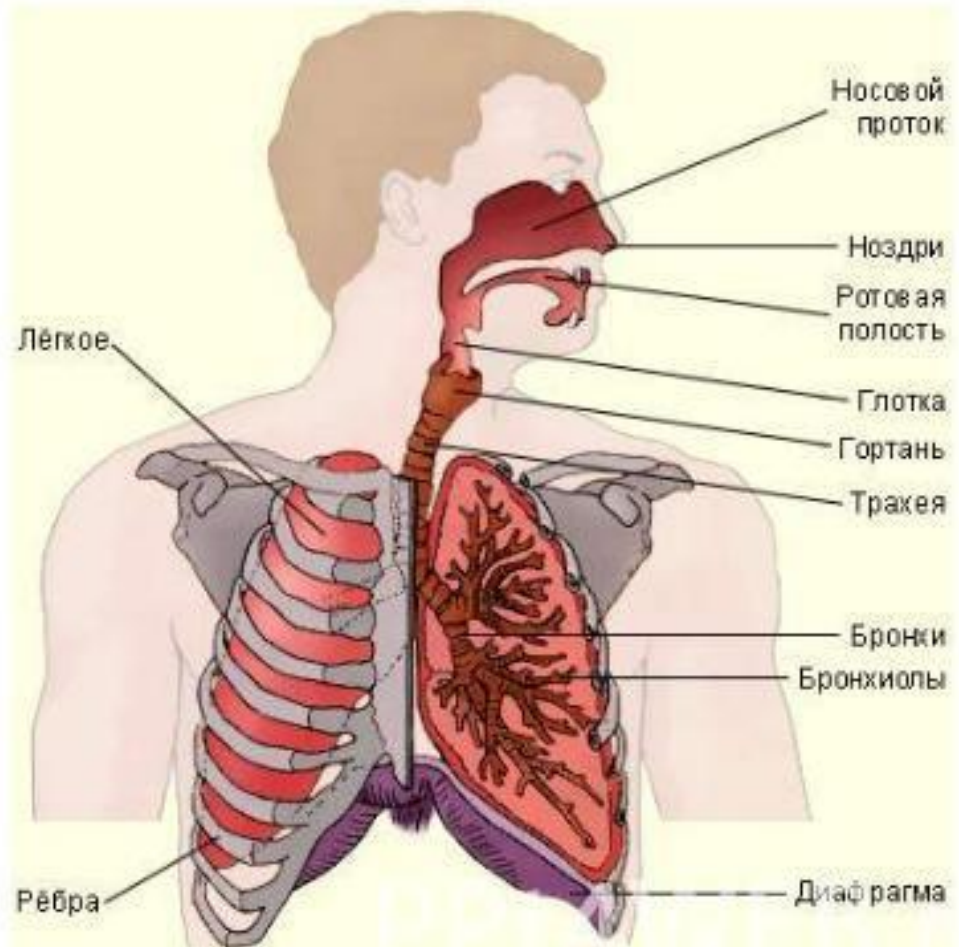
- Говорить хорошо, слитно с ударением.
- Работать по карточкам.
- Работать в тетради.
- Отвечать на вопросы.
- Будем отдыхать.
- Смотреть презентацию.
- Будем решать задачи .
- Читать .

- Орешек знаний твёрд, но всё же мы не привыкли отступать, нам расколоть его поможет медиажурнал

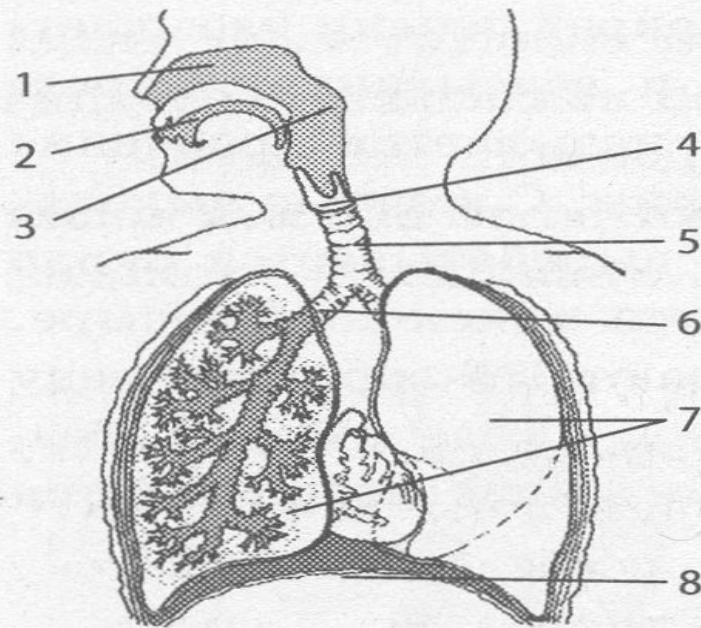
- "Хочу всё знать!"

Органы дыхания

– К органам дыхания относятся носовая полость, гортань, трахея, бронхи, лёгкие.



Подпиши органы дыхательной системы



Дыхательная система человека:

- 1 —
- 2 —
- 3 —
- 4 —
- 5 —
- 6 —
- 7 —
- 8 —

- Дыхание — основа самой жизни и здоровья, важнейшая функция и потребность организма, дело, которое никогда не надоедает! Жизнь человека без дыхания невозможна — люди дышат для того, чтобы жить.

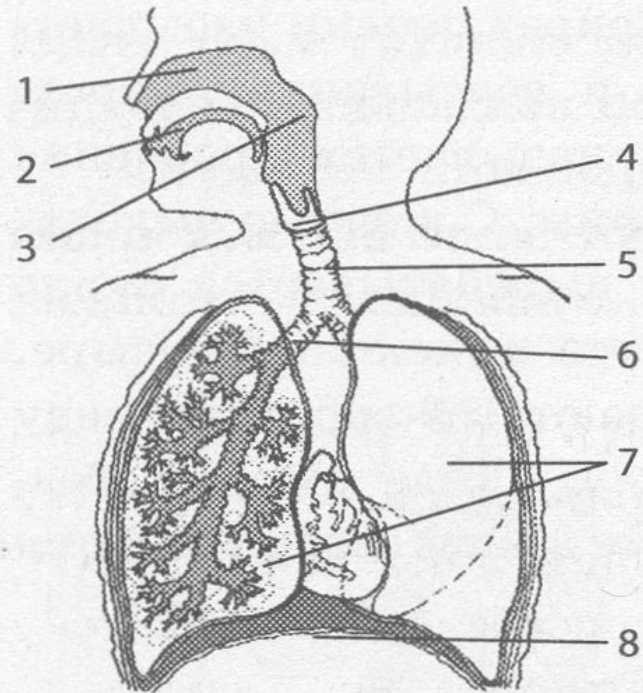


Рис. 5.14. Дыхательная система человека:

- 1 — носовая полость;
- 2 — ротовая полость;
- 3 — носоглотка;
- 4 — гортань;
- 5 — трахея;
- 6 — бронхи;
- 7 — легкие;
- 8 — диафрагма

1.50% от 10-(А)

2.0,5*0,1-(Т)

3.1м³= ?литров-(К)

4.60% от 5-(А)

5.(0,1)³=? (Б)

■ "Хочу всё
знать!"

Страница 1

В дыму сигарет...

Страница 2

Курение и подросток.

Страница 3

Сердце тебе не хочется повянуть?

Страница 4

Эх, жизнь моя...

Страница 5

Папа, мама, я...

Страница 6

Курим всё равно...

Страница 7

Пассивное курение.

Страница 8

Если хочешь быть здоров...



Страница

1



В дыму сигарет...

Сигаретный дым - газообразная смесь многих ядовитых веществ

5 – 10% массы дыма составляют летучие, крайне мелкие частицы сажи.

ЗАДАЧА № 1

Определите содержание самых ядовитых веществ в одной сигарете.

- В одной сигарете содержится **8 мг** никотина.
- ✓ Синильная кислота составляет **50%** от никотина.
- ✓ Табачного дёгтя в **10** раз больше, чем никотина.
- ✓ Окись углерода составляет **80%** от количества табачного дёгтя.



Задача №2

- Смертельная доза для человека рассчитывается так: 1 мг никотина – на 1 кг веса тела.
- Какова смертельная доза для человека весом 65 кг?

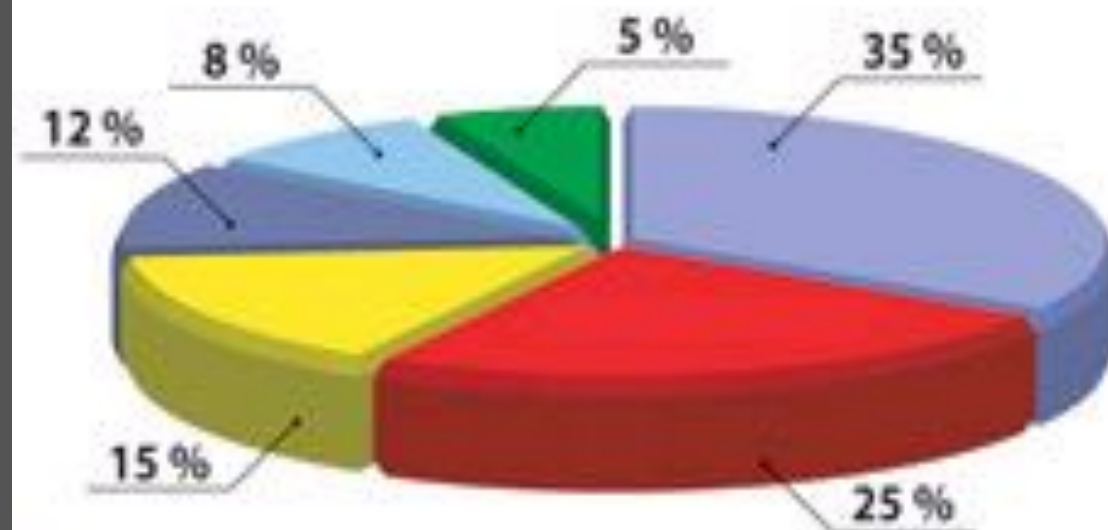
Страница

2

Курение и подросток.

Что заставляет вас курить, пробовать наркотики, алкоголь?

(По результатам социологического исследования, проведенного среди детей подросткового возраста. На диаграмме показано соотношение ответов.)



- Чувствую себя взрослым
- От безделья
- Испытываю приятные ощущения
- Риск, а значит, интересно
- Из-за внутреннего протеста
- Так принято на вечеринках

ЗАДАЧА № 3

Если в 20 пачках
содержится 100мг
никотина, то сколько
никотина содержится в
одной пачке?



Страница

3



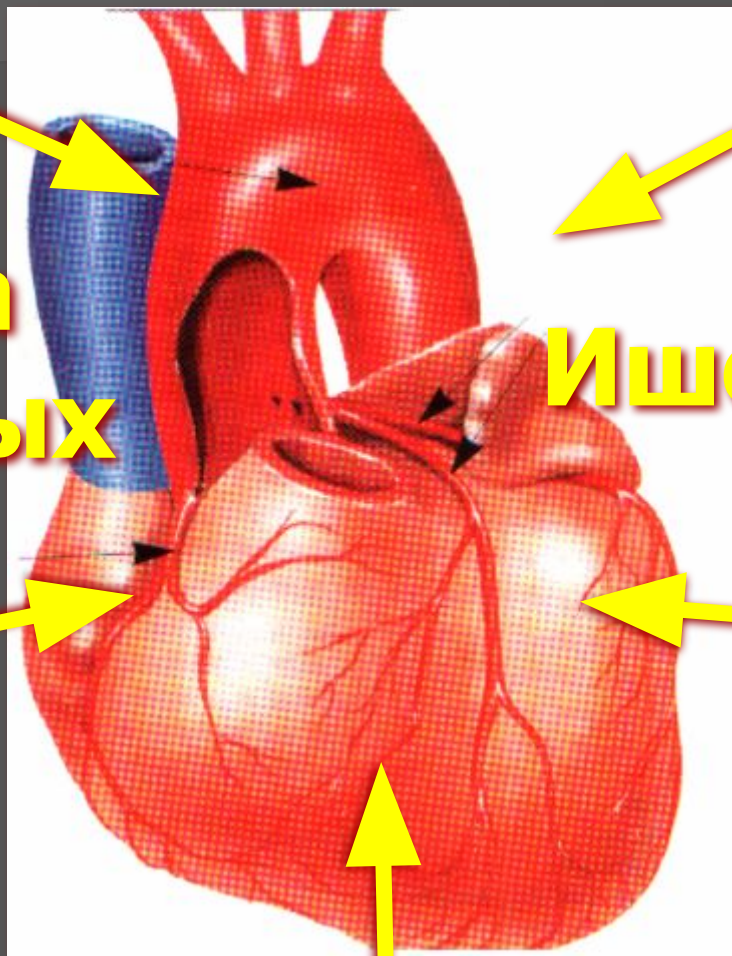
Сердце, тебе не хочется покоя?

Кислородное голодание

Быстрое изнашивание

Закупорка коронарных сосудов

Ишемическая болезнь



Инфаркт миокарда

Задача №4.

За день сердце может перекачать 10 000 литров крови. За сколько дней насос такой мощности смог бы заполнить бассейн длиной 20 метров, шириной 10 метров и глубиной 2 метра?

Перед вами легкие здорового человека и легкие курильщика, умершего от рака, они **пепельно – серые**, а местами как бы обуглившись, с вкраплениями настоящего угля. В медицине известен случай, когда при вскрытии трупа скальпель заскрежетал о камень, оказалось, что в легких курильщика скопилось **1,5 кг** угля. Курил этот человек **25 лет** и умер от рака легких.



- Физминутка по тренажеру Базарного

Страница

4

Эх, жизнь моя...

Как глупо этот мир устроен:
Из четырёх - курящих трое.
Хотя известно, что табак -
Опасный и коварный враг.
Как это всё-таки возможно?
Где наши ум и осторожность?
Нам, что же, жизнь не дорога?
И почему в плену врага
Находимся мы добровольно,
Затяжку делая, довольны?
Мы что забыли, что табак -
Коварный и смертельный враг?
Вот цифры мировой статистики,
Приводим их без всякой мистики.
Курение зло - это всем уже ясно,
Курение - это смертельно опасно.

Каждая выкуренная сигарета сокращает жизнь на **15** мин.

Каждые **13** секунд умирает человек от заболевания, связанного с курением.

Каждый год от курения умирают **2,5** млн. человек.

Некоторые ученые полагают, что к **2020** году от болезней, вызванных курением табака, умрут **8,5** млн. жителей нашей планеты.

Исследователи показали, что если человек курит в день:

- от **1** до **9** сигарет, то он сокращает свою жизнь (в среднем) на **5** лет;
- от **10** до **19** сигарет – на **6** лет,
- от **20** до **39** сигарет – на **7** лет.

ЗАДАЧА № 5

Курящие дети сокращают себе жизнь на **15%**. Средняя продолжительность жизни в России около **60** лет.

Определить, какова средняя продолжительность жизни людей, курящих с детства.



"Курение мужчины - беда, курение женщины - дважды беда, ибо угроза от женской сигареты двойная: для самой курильщицы и для её ребёнка". (Л. Толстой)

Страница

5

Папа, мама, я...?

Курящие родители



- Курение мужчины - беда, курение женщины - дважды беда, ибо угроза от женской сигареты двойная: для самой курильщицы и для её ребёнка". (Л. Толстой)

ЗАДАЧА № 6

Средний вес новорождённого ребёнка **3 кг 300 г**. Если у ребёнка курящий отец, то его вес будет на **4%** меньше нормы. А если курящая мать – меньше на **10%**.

Определить, сколько теряет в весе новорождённый, если:

- а) курит **папа**;
- б) курит **мама**.



Будем отдыхать

Вверх рука и вниз рука.

Потянули их слегка.

Быстро поменяли руки!

Нам сегодня не до скуки.

Вниз хлопок

И вверх хлопок.

Ноги, руки разминаем.

Точно знаем, будет прок.

Крутим, вертим головой.

Разминаем шею. Стой!

Потянулись, растянулись,

Вверх и в стороны, вперёд.

И за парты все вернулись -

Вновь урок у нас идёт.

Страница

6

Курим всё равно...

Электронная сигарета польза или вред?

- Задачей производителей электронных сигарет является создать иллюзию удовольствия, никотин, который находится в сигаретах вызывает мощное привыкание Он разрушает постепенно нервную систему, иммунную, которая является самым мощным инструментом, помогающим нам бороться с разного рода болезнями и инфекциями.



Чем опасны электронные сигареты?

- У ЭС нет сертификата ВОЗ;
- Содержание никотина в ЭС больше заявленного;
- Пропиленгликоль вызывает аллергию и может блокировать дыхание курильщика;
- ЭС вызывают никотин. зависимость у тех, кто не был курильщиком;
- Имитация дыма в виде пара раздражает окружающих;
- Нет экономии от ЭС;
- После перехода на ЭС не происходит отказа от привычки курить.



Электронные сигареты во всем мире



АЗИЯ

Курение электронных сигарет беременными женщинами провоцирует невынашивание плода мужского пола – таковы результаты исследований, организованных в ряде стран Азии.

КОРЕЯ

В Корее был проведен интернет-опрос молодежи о курении, в котором участвовали более 70 тысяч респондентов. 80 % опрошенных признались, что курят одновременно и электронные, и обычные сигареты.

ЯПОНИЯ

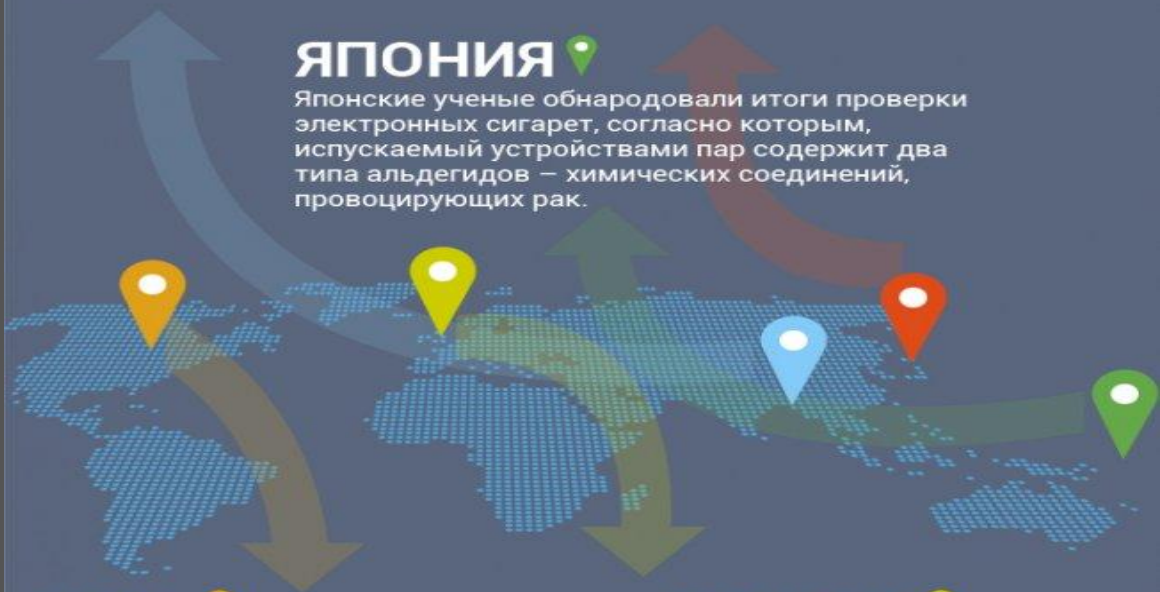
Японские ученые обнародовали итоги проверки электронных сигарет, согласно которым, испускаемый устройствами пар содержит два типа альдегидов – химических соединений, провоцирующих рак.

США

Исследователи из университета Сан-Франциско опубликовали данные проведенного ими исследования: люди, которые перешли с обычных сигарет на электронные, в итоге стали курить больше, при этом фактов полного отказа от курения оказалось сравнительно мало (всего пара процентов).

АНГЛИЯ

В английском Минздраве полагают, что электронные сигареты не только не способствуют отказу от курения, а, наоборот, укрепляют психологическую зависимость курильщиков.



ЗАДАЧА № 7

В отделении 30 человек с диагнозом рак легких. 90 % всех больных – курильщики. Сколько человек могли бы избежать этого заболевания?



Страница

7

Пассивное курение.

- **Пассивное курение** — вдыхание окружающего воздуха с содержащимися в нём продуктами **курения** табака другими людьми. Научные исследования показывают, что **пассивное курение** повышает риск развития заболеваний...

Пассивное курение

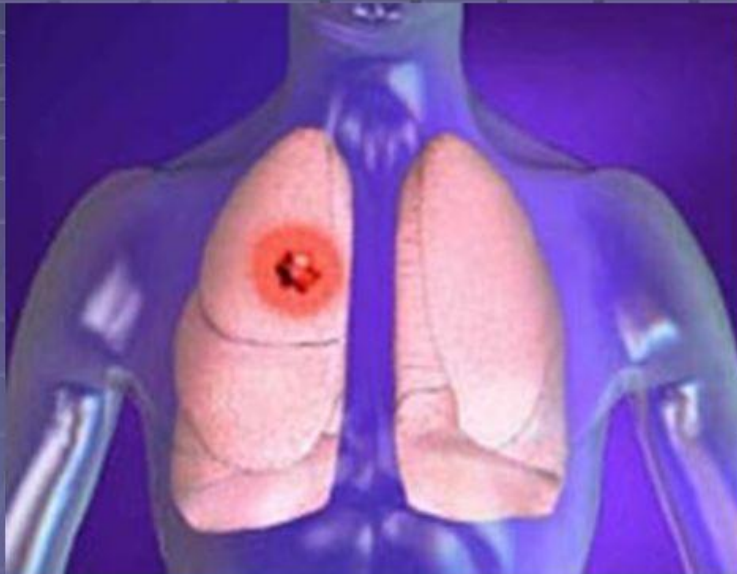
У детей из семей, где родители курят дома, чаще болеют в раннем детстве, пропускают школу и вообще получают меньший запас здоровья на будущую жизнь.

Курение родителей на 20-80% увеличивает риск заболевания дыхательной системы, тормозит рост легких ребенка.



PPT4WEB.ru

Пассивное курение.



- Как показывают исследования люди, которые сами не курят, но проживают или работают с курящими людьми имеют на 24% больше шансов заработать рак легких.

ЗАДАЧА № 8

1 пачка сигарет в среднем стоит **60 рублей**.
Сколько процентов годового дохода тратит на сигареты человек, выкуривающий **1 пачку** сигарет в день. Ежемесячная зарплата его составляет **20 тысяч рублей**.

(Считать в 1 месяце – 30 дней)



Страница

8

Если хочешь быть здоров...



Найди ошибку!

- Вещества, содержащиеся в табачном дыму, благотворно влияют на развитие организма.
- Чем раньше ты начнёшь курить, тем дольше будешь в этом мире жить.
- Курение является эффективным средством при лечении простудных заболеваний.
- Одна выкуренная сигарета продлевает жизнь на 20 минут.
- Первую сигарету лучше выкурить под присмотром родителей.
- Курят все мои друзья, вместе с ними сижу я.
Не курю я сигарет - выйдет из меня атлет.

- Что мы видим и не видим в рекламе табачных изделий.

Выскажи свое мнение

Мне было интересно...

Мне больше всего удалось ...

Я могу себя похвалить за...

Сегодня на уроке я узнал новое

Сегодня на уроке я научился (лась)

Мне было бы интересно еще узнать

Урок дал мне для жизни (что?)

Я могу похвалить одноклассников за...

Для меня было открытием то, что ...

На мой взгляд, не удалось..., потому что...

На будущее я учту...

Для меня этот урок принес пользу, так как.



- **Сегодня вечером, как ляжешь спать,**
- **Ты должен так себе сказать:**
- **« Я выбрал сам себе дорогу к свету**
- **И, презирая сигарету,**
- **Не стану ни за что курить.**
- **Я - человек! Я должен жить!»»**
-



Удачного дня!!

Спасибо за
работу!

