

КУРЕНИЮ НЕТ!

КЛАССНЫЙ ЧАС НА ТЕМУ:

«Мы против курения!

Мы – здоровое поколение!»

НАРОДНАЯ МУДРОСТЬ

Пословицы:

- Курильщик – сам себе могильщик.
- Табак и верзилу сведет в могилу.
- Табак – забава для дураков.
- Курить – здоровью вредить.
- Когда появляется табак, удаляется мудрость.
- Поздоровавшись с сигаретой, попрощайся с умом.

В дыме табака содержится:

- *Углекислый газ*
- *Окись углерода*
- *Синильная кислота*
- *Аммиак*
- *Никотин*
- *Смолистые вещества*
- *Органические кислоты и другие*

Не укорачивай себе жизнь!

*Курильщики значительно
подбивают свое
здоровье и сокращают
себе жизнь*

*Каждая сигарета
сокращает жизнь на
8-15 минут*



Немного статистики

- 27% подростков начинают курить под влиянием товарищей в компании;
- 40% - из любопытства;
- 17% - в подражание взрослым;
- 85% курящих подростков - из семей, где хотя бы один родитель курит;
- 15% - из некурящих семей

Еще в начале XX века курящая женщина была редкостью, сейчас среди 17-18-летних курящих девушек столько же, сколько курящих парней

Причины курения среди девушек:

- желание привлечь к себе внимание
- выглядеть модно, современно, эффектно,
- казаться окружающим независимой, уверенной в себе.

Немного статистики

- 27% подростков начинают курить под влиянием товарищей в компании;
- 40% - из любопытства;
- 17% - в подражание взрослым;
- 85% курящих подростков - из семей, где хотя бы один родитель курит;
- 15% - из некурящих семей

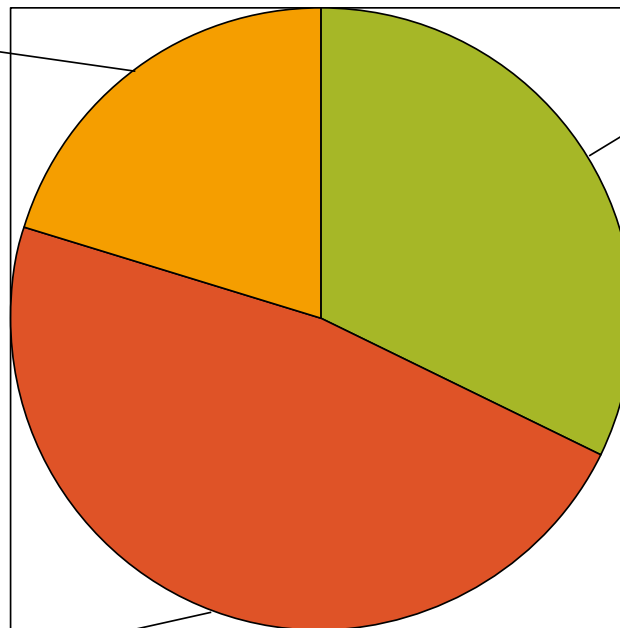
Еще в начале XX века курящая женщина была редкостью. Сейчас среди 17-18-летних курящих девушек столько же, сколько курящих парней

Причины курения среди девушек:

- желание привлечь к себе внимание;
- выглядеть модно, современно, эффектно;
- казаться окружающим независимой, уверенной в себе

ПОЧЕМУ?

Причина:
В подражание
взрослым - 17%



Причина:
Под влиянием
друзей и
компании - 27%

Причина:
Из любопытства
- 40%

ПОСМОТРИ И УЖАСНИСЬ!



*Еще не окрепшие **нервная и кровеносная системы** детей и подростков **болезненно реагируют на табак.***

Составные части табачного дыма всасываются в кровь через 2-3 минуты.

Ненадолго эти вещества повышают активность клеток мозга.

Это состояние воспринимается курильщиком как освежающий приток сил или своеобразное чувство успокоения.

Однако оно скоро проходит, и, чтобы его снова ощутить, человек тянется за новой сигаретой.

Закончи предложение:

- Курение – это...
- Сигарета в руке – это показатель...
- Не курить – это значит не...
- Для того, чтобы бросить курить, нужно...
- В моей семье курит лишь...
- Курение в нашей семье – это...
- Курение дает возможность...

УМЕЙ СКАЗАТЬ «НЕТ!»

- Не бойся выглядеть недостаточно умным!
- Не бойся выглядеть недостаточно смелым!
- Не бойся выглядеть недостаточно взрослым!
- Не бойся выглядеть недостаточно самостоятельным!
- Бойся стать жертвой сигареты и превратиться в марионетку табачного дыма!

Мы против курения!

