

# КУРЕНИЕ – ВРЕДНАЯ ПРИВЫЧКА

2 группа, 5 подгруппа

# “ПОЧЕМУ КУРЯТ ПОДРОСТКИ?”

## Гипотезы:

- Из любопытства
- Чтобы казаться взрослее
- Подражая моде
- За компанию

## ЦЕЛЬ ПРОЕКТА

- Выяснить почему начинают курить подростки и дети
- Убедить слушателей о том, что курение опасно для здоровья.
- Дать рекомендации, как избежать этой проблемы.

# ПЛАН ИССЛЕДОВАНИЙ:

- Выяснить химический состав сигарет (табака)
- Выяснить последствия курения
- Выяснить причины, по которым начинают курить подростки
- Найти выход из ситуации для человека, который курит

# Состав 1-ой сигареты:

- Никотин
- Аммиак
- Ацетон
- Бензин
- Ртуть
- Свинец
- Смола
- Хром
- Уксусная кислота



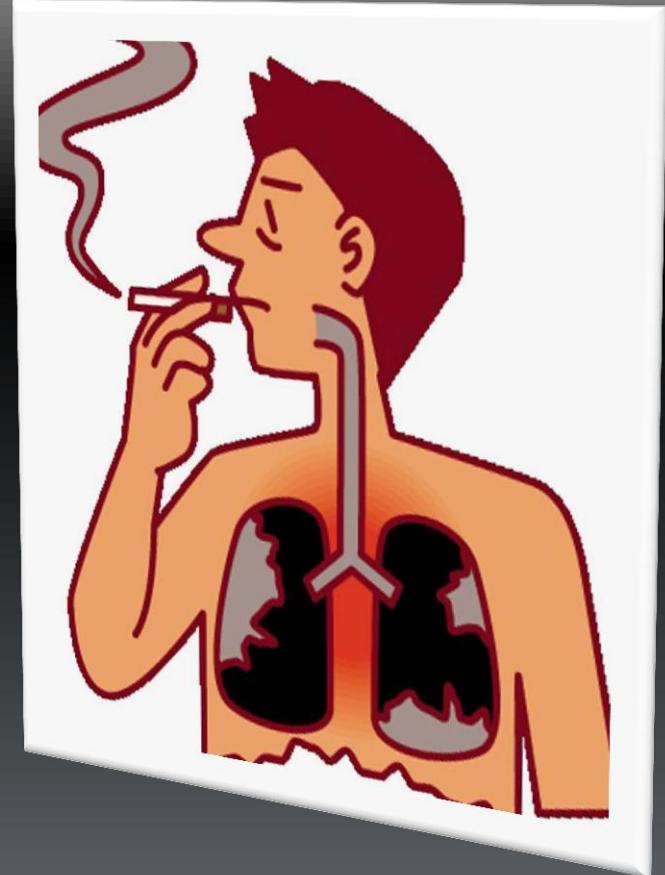
И другие вредные для человека вещества.

# Последствия курения:

Курение приводит к выраженным изменениям внутренних органов.

Чаще всего поражаются органы дыхания, сердечно-сосудистая система и желудочно-кишечный тракт.

От рака лёгких умирает намного больше людей чем от других видов рака.



# Жизненный объём лёгких



**Здоровое лёгкое  
ЖЕЛ здорового человека 3л**

**Вывод:** у курящего человека жизненный объём лёгких в троє меньше, чем у здорового человека.



**Лёгкое курящего  
ЖЕЛ курящего человека 1л**

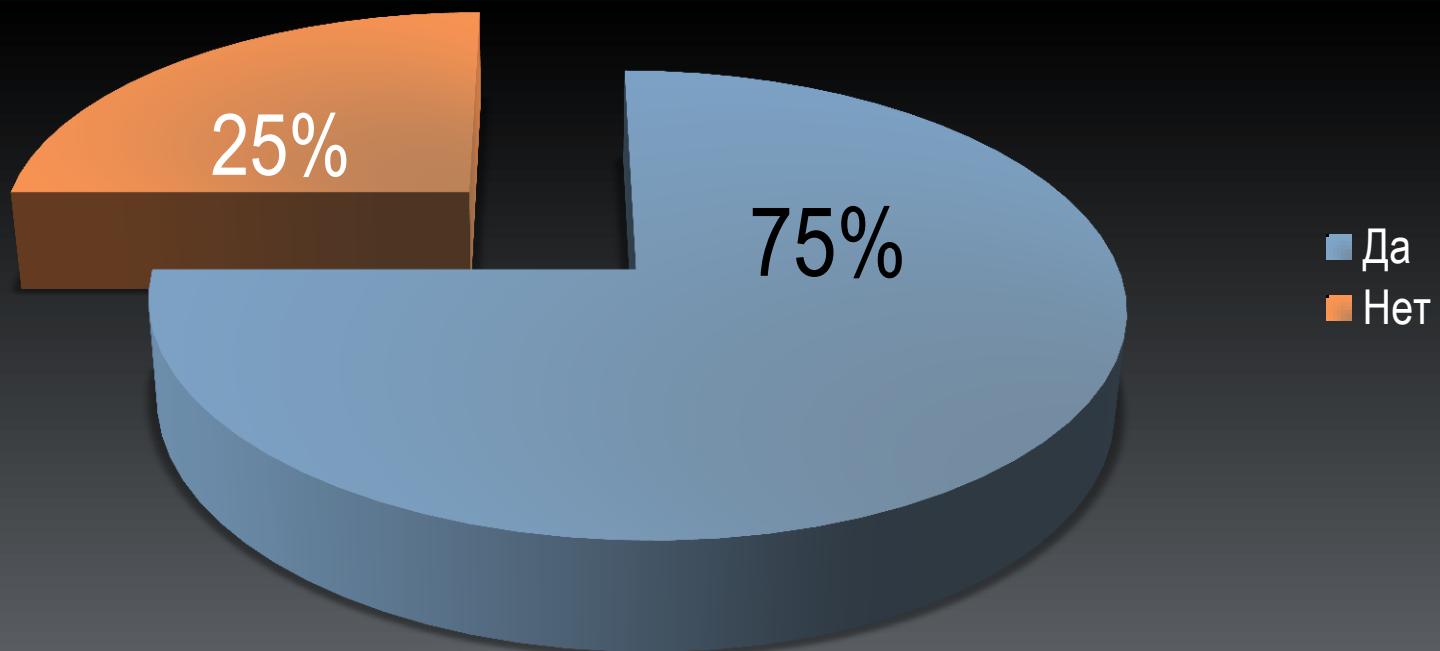
## ОПРОС №1



Вывод: почти половина опрошенных положительно относятся к курению.

# ОПРОС №2 “ОБЩАЕТЕСЬ ЛИ ВЫ С КУРЯЩИМИ?”

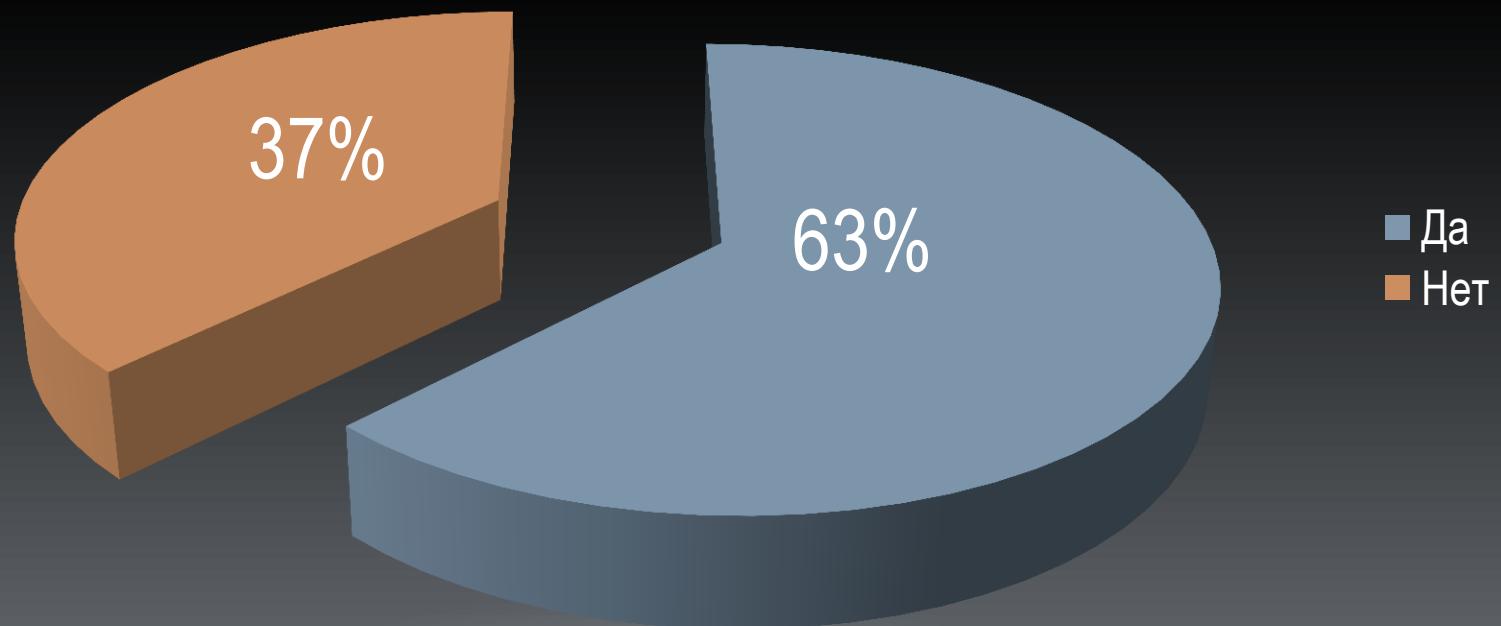
результаты опроса



Вывод: большинство опрошенных общаются с курящими. Это плохо, потому что опрошенные могут взять пример со своих курящих друзей и тоже начать курить.

# ОПРОС №3 “ПРОБОВАЛИ ЛИ ВЫ КУРИТЬ?”

Результаты опроса



Вывод: большинство опрошенных курят. Это плохо, потому что они уже имеют или будут иметь заболевания дыхательной системы и другие различные болезни.

# ОПРОС №4. «ПО КАКОЙ ПРИЧИНЕ ВЫ НАЧИНАЛИ КУРИТЬ?»



# 1 шаг к тому, чтобы бросить курить

Определите для себя причины для отказа от табака:

- 1. Жить более здоровой жизнью.
- 2. Жить дольше.
- 3. Освободиться от зависимости.
- 4. Улучшить здоровье тех, кто Вас окружает.
- 5. Сэкономить деньги.
- 6. Чувствовать себя лучше.
- 7. Улучшить качество жизни.
- 8. Иметь здорового младенца.
- 9. Улучшить свое сексуальное и репродуктивное здоровье.

# 2 ШАГ К ТОМУ, ЧТОБЫ ИЗБАВИТЬСЯ ОТ ПРИВЫЧКИ

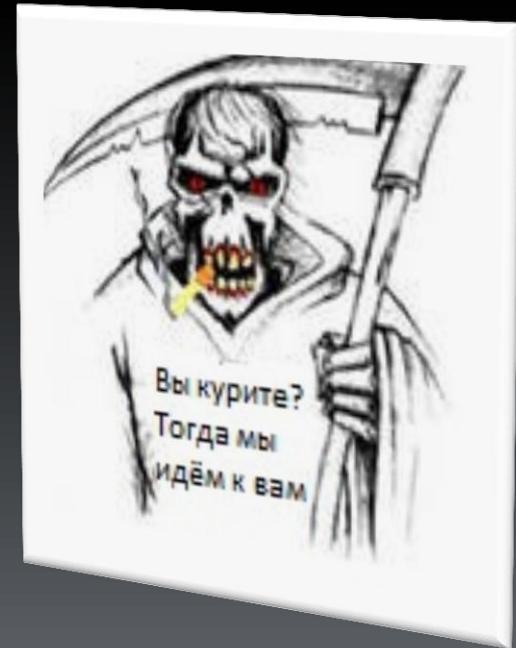
- 1. Со дня отказа от курения — ни одной затяжки!
- 2. Не допускайте курения в своей машине и в доме.
- 3. Обеспечьте себе поддержку и одобрение окружающих.
- 4. Найдите еще кого-то, кто хочет бросить курить.
- 5. Определите, что вызывает непреодолимое желание курить.
- 6. Помогайте себе справиться с этой задачей.
- 7. Переключайте свой мозг, чтобы не думать о курении.
- 8. Удержитесь от первой сигареты!

# ВЫВОД

1. Наши гипотезы подтвердились, потому что действительно **одними из главных причин курения подростков являются** указанные нами в начале презентации причины.
2. В сигаретах находится большое количество различных вредных веществ. Курение приводит к различным заболеваниям. Кроме того курение вызывает зависимость и спокойно прекратить курить вы не сможете. У курильщиков жизненный объём лёгких намного меньше чем у здорового человека. Табачный дым может навредить не только курильщику, но и окружающим.

Мы надеемся , что вы поняли, то что курение не к чему  
хорошему не приводит.

Мы рассчитываем, что наша презентация убедила вас не  
начинать курить или убедила вас бросить курить.



# ЛИТЕРАТУРА

- Wikipedia.ru
- Yandex.ru/images
- Зверев И.Д. – Книга для чтения по анатомии, физиологии и гигиене человека.

