

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



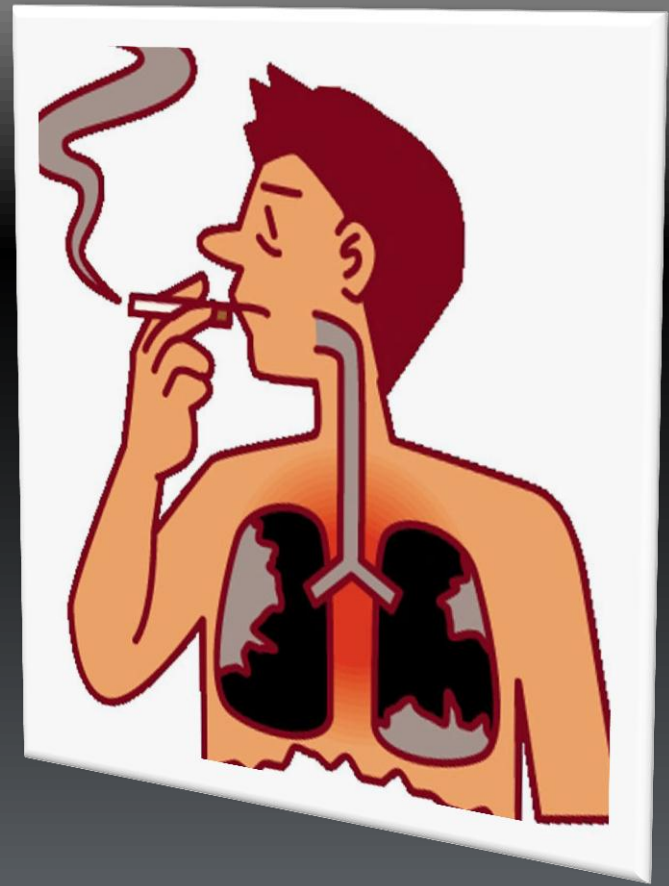
И другие вредные для человека вещества.

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



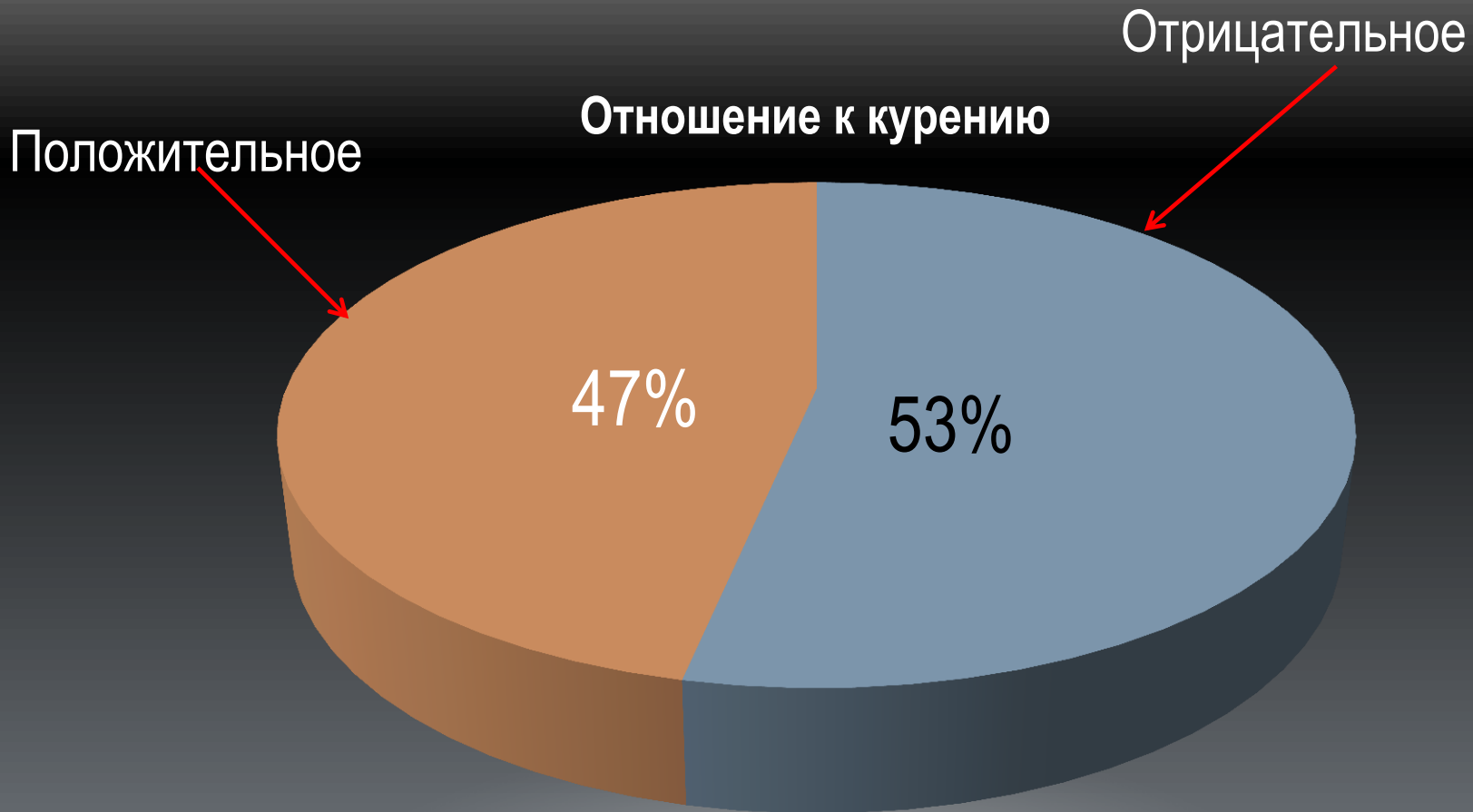
Здоровое лёгкое
ЖЕЛ здорового человека 3л



Лёгкое курящего
ЖЕЛ курящего человека 1л

Вывод: у курящего человека жизненный объём лёгких втрое меньше, чем у здорового человека.

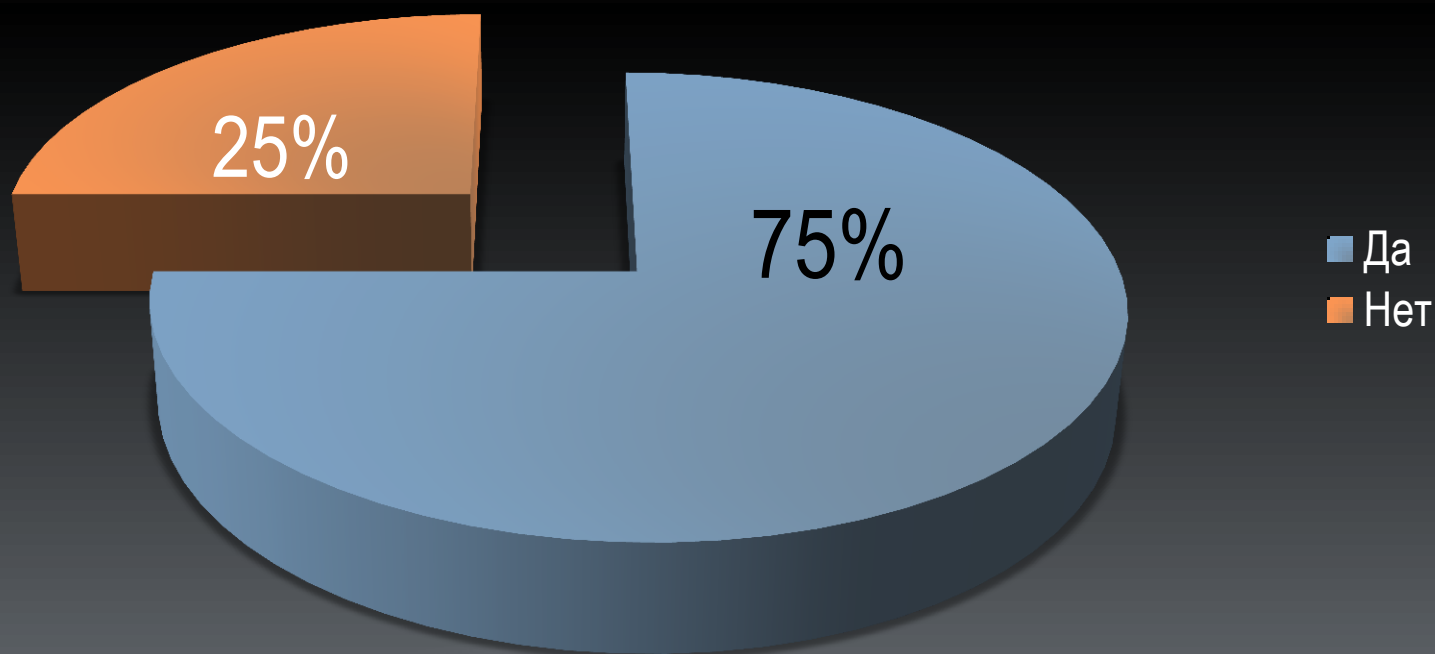
ОПРОС №1



Вывод: почти половина опрошенных положительно относятся к курению.

ОПРОС №2 “ОБЩАЕТЕСЬ ЛИ ВЫ С КУРЯЩИМИ?”

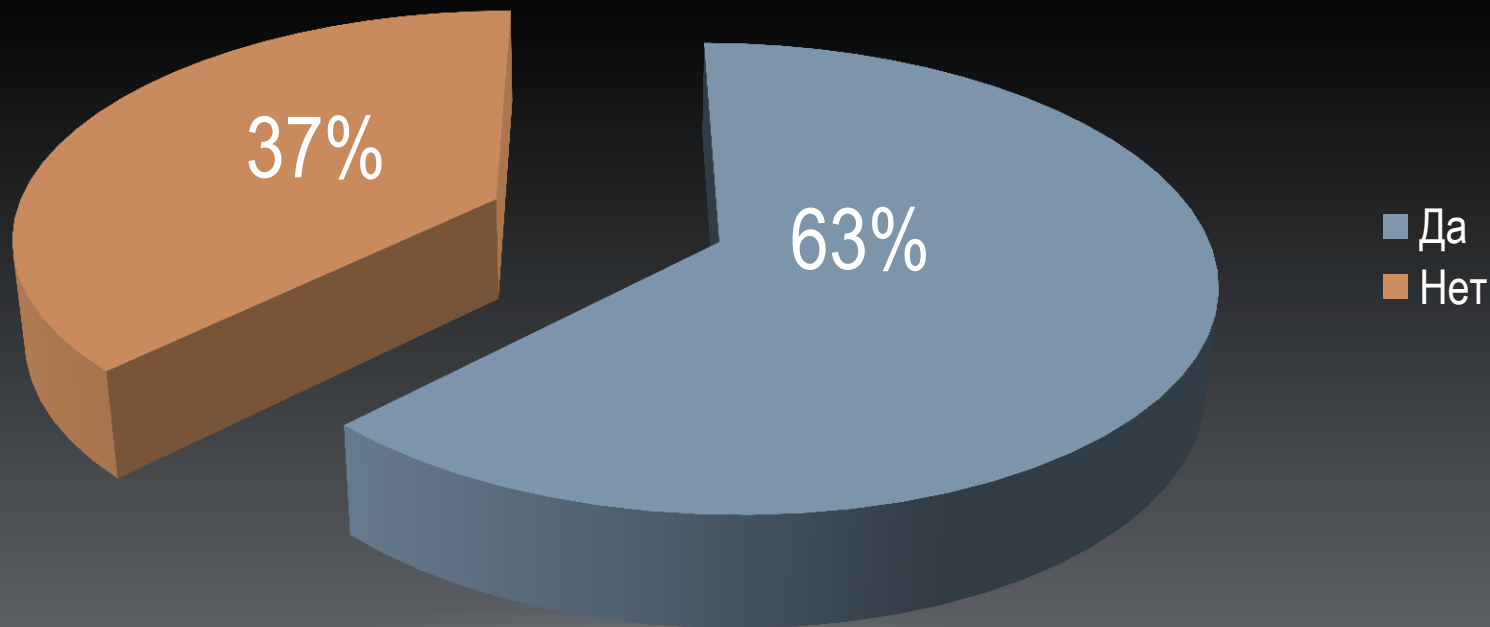
результаты опроса



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

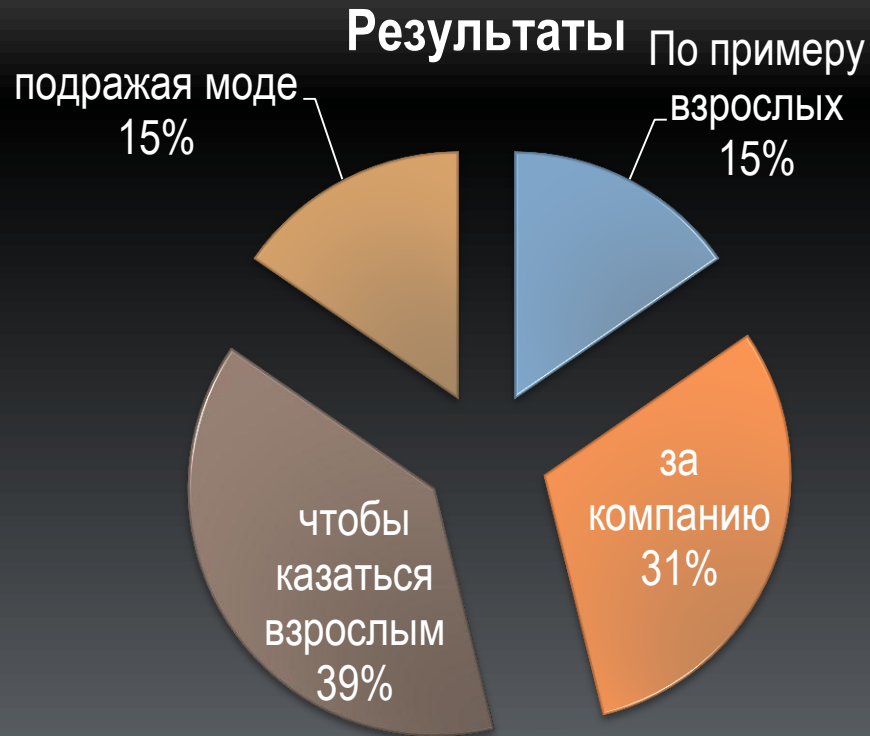
ОПРОС №3 “ПРОБОВАЛИ ЛИ ВЫ КУРИТЬ?”

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

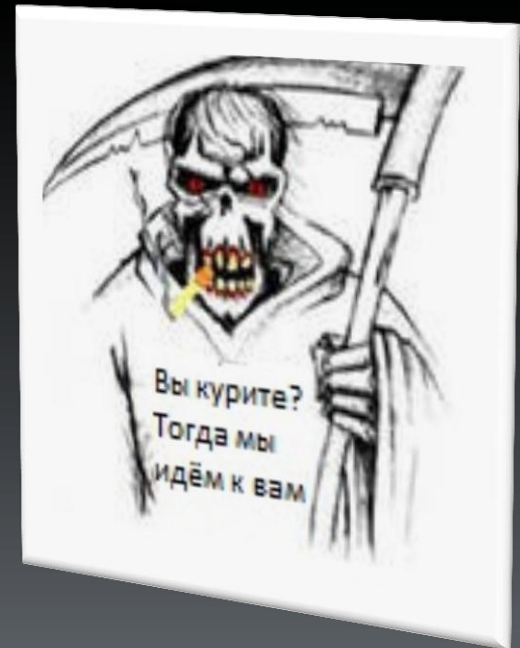
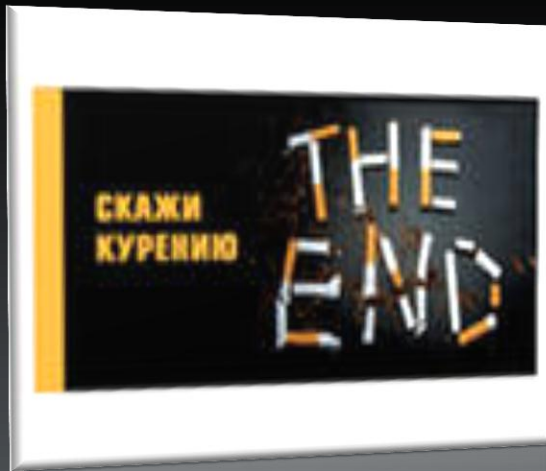
- 1. Со дня отказа от курения — ни одной затяжки!
 - 2. Не допускайте курения в своей машине и в доме.
 - 3. Обеспечьте себе поддержку и одобрение окружающих.
 - 4. Найдите еще кого-то, кто хочет бросить курить.
 - 5. Определите, что вызывает непреодолимое желание курить.
 - 6. Помогайте себе справиться 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](https://ru.wikipedia.org/)
- [Yandex.ru/images](https://yandex.ru/images/)
- Зверев И.Д. – Книга для чтения по анатомии, физиологии и гигиене человека.

