

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ
«НАРО-ФОМИНСКИЙ ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ ТЕХНИКУМ»

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА ОТКРЫТОГО УРОКА

«Курение и его влияние на состояние здоровья»

Основы безопасности жизнедеятельности

**Разработал:
преподаватель ОБЖ
Л.В. Евсева**

г. Наро-Фоминск, 2015 г.

Методическая разработка рассмотрена на заседании методического объединения преподавателей общеобразовательных дисциплин.
Рекомендована к использованию в организации процесса обучения по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности»

Протокол № 2 от « 01 » сентября 2015 г.

Председатель методического объединения _____ О.И. Дехтевич
преподавателей общеобразовательных дисциплин

Аннотация

Данная методическая разработка урока позволяет сформировать представление у обучающихся об угрозе здоровью в результате курения табака.

Методическая разработка может быть использована при проведении уроков по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности».

СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	5
Технологическая карта урока.....	8
Приложения 1-5	18
Список использованных источников.....	39

Введение

Эпиграфом к уроку могут служить слова древнегреческого философа Сократа:

«Здоровье - это еще не все, но без здоровья – все ничто!»

Курение подростков – это самый важный период курения с которым нужно очень активно вести борьбу. Основной причиной, по которой подростки начинают курить, является заблуждение о том, что эта пагубная привычка является символом зрелости и мужественности.

Проблема подросткового курения становится все острее год от года. Врачи считают, что если человечеству не удастся остановить распространение табака среди молодежи, то, в конечном счете, курение юных приведет к «санитарной катастрофе третьего тысячелетия».

Тема урока: «Курение и его влияние на состояние здоровья»

Цель урока: показать глобальность и актуальность проблемы, привлечь внимание к проблеме подросткового курения, рассказать о пагубном влиянии курения на здоровье подросткового организма .

Задачи урока:

Обучающие:

- сформировать понятие «вредная привычка и ее влияние на здоровье»
- повысить общую информационную культуру обучающихся

Развивающие:

- развить умение анализировать, сопоставлять, делать выводы, формулировать и отстаивать свою точку зрения.

Воспитательные:

- привить чувство ответственности за свою жизнь и здоровье, окружающих и будущее потомство

Планируемые результаты изучения материала

Обучающиеся анализируют факторы риска процесса курения табака для собственного здоровья, здоровья окружающих его людей, а также опасность которой подвергается будущий ребенок и делает вывод о прекращении курения.

Методы обучения и формы организации учебной деятельности

Проблемный или частично поисковый метод.

Приемы деятельности учителя: образное повествование, организация работы с таблицей, текстом учебника (пассивное курение), эвристическая беседа, обучение решению учебных проблем и предъявлению результатов самостоятельной деятельности.

Развитие умений обучающихся

Анализируют и выделяют главное, составляют таблицу, учатся доказывать, формируют личностное отношение к содержанию, учатся определять круг необходимых знаний для решения проблемы (что мне надо знать для решения проблемы, что я уже знаю, что мне необходимо узнать), представляют результаты познавательной деятельности

Основные понятия и термины

Активное курение, пассивное курение, никотин, метанол, угарный газ, бензопирен, эмфизема легких, ишемическая болезнь сердца, хронический бронхит, синдактилия, полидактилия, облитерирующий эндартериит

Тип: урок изучения нового материала.

Технические средства обучения: компьютер, мультимедиа проектор, экран

План урока:

1. Объявление целей и задач урока
2. Вступительная часть. Актуальность темы урока и проблемы курения в обществе.
3. Причины курения табака подростками.
4. Влияние курения на здоровье человека
5. Сделай правильный выбор
6. Информация для размышления

Технологическая карта урока

Этап урока	Время	Действия преподавателя	Действия обучающихся
Организационный момент	2 минуты	1. Даю команду помощнику мастера п/о построить группу и завести в кабинет. 2. Приветствую обучающихся. 3. Проверяю наличие обучающихся в группе, отмечаю отсутствующих. 4. Включаю мультимедиа проектор.	1. Строятся у кабинета и входят в него 2. Приветствуют преподавателя и садятся 3. Готовятся к уроку
Вводно-мотивационная часть	3 минуты	1. Записываю тему урока на доске : «Курение и его влияние на состояние здоровья» 2. На экране устанавливаю слайд №1 со словами: «Яд, который не действует сразу, не становится менее опасным» и даю комментарий : это слова немецкого критика-просветителя Готхальда Лессинга. 3. Ставлю цели и задачи урока: Моя цель: показать ВАМ глобальность и актуальность проблемы, привлечь внимание к проблеме подросткового курения, рассказать о пагубном влиянии курения на здоровье подросткового организма . Задачи нашего урока: <u>Обучающие:</u> -сформировать понятие «вредная привычка и ее влияние на здоровье» -повысить общую информационную культуру обучающихся	1. Записывают тему урока в тетрадь 2. Слушают преподавателя 3. Записывают эпиграф урока и анализируют поставленные преподавателем цели и задачи урока

		<p><u>Развивающие:</u> -развить умение анализировать, сопоставлять, делать выводы, формулировать и отстаивать свою точку зрения.</p> <p><u>Воспитательные:</u> -привить чувство ответственности за свою жизнь и здоровье, окружающих и будущее потомство</p>	
Вступительная беседа, актуализация знаний	8 минут	<p>1. Ставлю слайд №2 .Эпиграф урока Эпиграфом к уроку могут служить слова древнегреческого философа Сократа: «Здоровье - это еще не все, но без здоровья – все ничто!»</p> <p>2. Обращаюсь к обучающимся: «Задумайтесь и проанализируйте эти слова великого философа древности. Если нет здоровья, то человека не радуют ни пища, ни красивая одежда, ему не нужны развлечения и даже деньги. За них здоровья не купишь!»</p> <p>3.Ставлю слайд №3 и продолжаю: «Курение подростков – это самый важный период курения с которым нужно очень активно вести борьбу. Основной причиной, по которой подростки начинают курить, является заблуждение о том, что эта пагубная привычка является символом зрелости и мужественности. Проблема подросткового курения становится все острее год от года. Врачи считают, что если человечеству не удастся остановить распространение табака среди молодежи, то, в конечном счете, курение юных приведет к «санитарной катастрофе третьего тысячелетия».</p> <p>3.Задаю вопрос. Почему подростки курят?</p>	1.Анализируют слова Сократа и делают свой первый вывод: «Главнее здоровья нет ничего!»

	<p>Вопрос наверное адресуется обучающимся которые курят. Дополнительно спрашиваю отвечающих курильщиков с какого возраста он(она)курит?</p> <p>4. После получения ответов ставлю слайды№№4-8-статистические диаграммы</p> <p>5.Продолжаю вступительную беседу с обучающимися. Актуальность проблемы курения настолько велика, что 2013году принимается Федеральный закон №15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака» Во 2-ой статье закона сказано: (Ставлю слайд№9) <i>« Последствия потребления табака. Причинение вреда жизни или здоровью человека, вреда среде его обитания вследствие потребления табака и воздействия окружающего табачного дыма, а также связанные с этим медицинские, демографические, социально-экономические последствия.»</i></p> <p>В 4-ой статье изложены принципы охраны здоровья граждан от воздействия табачного дыма и последствий потребления табака: (Ставлю слайд№10) <i>Пункт 2 предупреждение заболеваемости, инвалидности, преждевременной смертности населения, связанных с воздействием окружающего табачного дыма и потребления табака.</i></p> <p><i>Пункт 9 информирование населения о вреде потребления табака и вредном воздействии окружающего табачного дыма.</i></p> <p>Борьба с табакокурением велась в России на протяжении</p>	<p>2. Отвечают на вопросы</p> <p>3. Смотрят на диаграммы, сравнивают свои ответы со статистическими.</p> <p>4. Делают записи в тетрадях.</p>
--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

		<p>всей истории нашего государства . Во времена правления царя Михаила Федоровича за курение наказывали плетью , а кто был замечен вторично –отрезали нос или ухо. Таким образом, можно сделать вывод: проблема курения очень серьезная и актуальная.</p>	
Изучение нового материала	20 минут	<p>1.Объявляю основной этап урока: «Курение и его влияние на здоровье человека». На этом этапе урока мне хотелось бы, чтобы вы в своих тетрадях начертили простую таблицу из двух граф. В левой графе вы будите ставить плюсы курения, а в правой минусы. По окончании этого этапа урока, мы обсудим все плюсы и минусы. 2.Обращаю внимание обучающихся, что на столах находится раздаточный материал. Приложение 1.Словарь терминов. 3.Ставлю презентацию и комментирую ее. Вещества табачного дыма вызывают мутации гена p53, а половина всех злокачественных опухолей человека образуется из-за нарушений именно этого гена. В результате возникают <i>раковые опухоли нижней губы, языка, гортани, пищевода, желудка, почек и шейки матки.</i> Рассмотрим другие подарки от курения: ХРОНИЧЕСКИЙ БРОНХИТ. Курение препятствует самоочищению дыхательных путей и провоцирует развитие воспаления. Бронхит - это постоянный кашель плюс</p>	<p>1. Делают записи в тетрадях. Начинают работу с таблицей. 2.Смотрят презентацию. 3. Работают с раздаточным материалом</p>

неприятный запах изо рта. Далее развивается эмфизема легких, при которой грудная клетка раздувается, как бочка, и жить становится совсем нелегко.

ИШЕМИЧЕСКАЯ БОЛЕЗНЬ СЕРДЦА. Курение вызывает сужение коронарных сосудов, питающих кровью сердечную мышцу. Риск внезапной смерти и инфаркта миокарда повышается в несколько раз.

УХУДШЕНИЕ ЗРЕНИЯ в связи с тем, что тормозится обмен микроэлементов растительной пищи защищающих орган зрения.

Слюна во время затяжек обогащается полным списком составляющих сигарет. Эта агрессивная жидкость разъедает слизистую оболочку желудочно-кишечного тракта до **язв желудка и двенадцатиперстной кишки.**

У мужчин курение имеет прямое отношение к развитию **импотенции** бесплодия. По мере поражения половой системы никотином угол эрекции становится всё меньше и меньше, а сперматозоиды всё хуже и хуже.

У женщин курение может препятствовать зачатию, а если такое чудо всё же случается, то курение во время беременности на 50% увеличивает риск иметь ребёнка с **умственной отсталостью**, а иногда оборачивается выкидышем, гибелью плода или внезапной **смертью младенца**. Особенно опасно курение в последние 6 месяцев: родившийся ребёнок почти обязательно (в 85% случаев) будет умственно отсталым, а может быть ещё и **глухим**.

Каждый седьмой курильщик болеет **облитерирующим эндартериитом** - тяжким недугом. Это заболевание ведет к

нарушению питания, *гангрене* и в итоге к ампутации нижней конечности.

Очень часто у курильщиков больные зубы, с *некрасивым желтым налетом, тяжелый, специфический запах изо рта*. Это происходит потому, что температура дыма оказывает влияние на слизистую оболочку рта и носоглотки. Капилляры их расширяются, и слизистая подвергается раздражению, воспаляется.

Хроническое раздражение голосовых связок сказывается на *тембре голоса, он теряет чистоту, звучность*, что особенно заметно у девушек. Курящего можно узнать по цвету лица, *тусклым, ломким волосам, пожелтевшим пальцам, одышке*. Как правило, эти симптомы не исчезают и остаются практически на всю жизнь.

Синдактилия, или перепончатые и сросшиеся пальцы, встречается у одного из 2-2.5 тыс. новорожденных детей, *полидактилия*, то есть лишние пальцы на руках и ногах - у одного из 600 появившихся на свет младенцев.

После проникновения сигаретного дыма в лёгкие уже через 7 секунд никотин попадает в головной мозг. 1-2 сигареты могут слегка простимулировать его работу, но дальше наступает обратный эффект: *спад умственной и физической активности*. **1-2 пачки сигарет содержат смертельную дозу никотина. Курильщика спасает только то, что эта доза вводится в организм не сразу, а по частям.**

4.Ставлю слайд №11. Что же содержит табачный дым.

Почему такие страшные болезни ждут курильщиков.

	<p>Около 4 тысяч вредных химических веществ и соединений содержатся в табачном дыме. Вот далеко неполный их список.</p> <p>5.Обращаю внимание обучающихся на плакат с перечнем вредных химических веществ и соединений содержащихся в табачном дыме.</p> <p>Отмечаю тот факт, что фильтр сигареты задерживает только 20% вредных веществ.</p> <p>Можно сказать, что, затянувшись, ты приложилась подышать к трубе химического завода.</p> <p>6.После такой достаточно страшной информации расскажу Вам анекдот про курильщика:</p> <p>Продавец табака предлагает юноше купить его товар.</p> <ul style="list-style-type: none">-Купи. ведь он волшебный- В чем же его волшебство-Ты никогда не состаришься, тебя не укусит собака, в твое жилище никогда не залезет ночной вор-Почему не состарюсь-Потому что до старости ты не доживешь.-Почему собака не укусит-Потому что ты будешь с палочкой ходить.-Почему вор не залезет-Ты постоянно будешь кашлять <p>7.Ну и перед тем как подвести итог и обсудить заполненные Вами таблицы со всеми плюсами и минусами курения –не много статистики и интересных фактов</p>	
--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

<p>Закрепление пройденного</p>	<p>3 минуты</p>	<p>Проблема курения подростков настолько актуальна, что появилась новая медицинская специальность <u>подростковый табаколог</u></p> <p>В нашей стране курят 2,5 миллиона юношей и полмиллиона девушек.</p> <p>В профессиональных образовательных учреждениях курит 75% юношей и 64% девушек</p> <p>Ежегодно по причине употребления табака в России умирает 260 тысяч человек.</p> <p>Медицинская пиявка насосавшись крови курильщика умирает.</p> <p>Курящие мужчины сокращают свою жизнь на 3года, а женщины на 5-8 лет</p> <p>1.Подводим итоги работы с таблицей Цель урока достигнута. Итогом решения проблемной задачи стало подавляющее большинство плюсов в</p>	<p>Отвечают: сколько плюсов и сколько минусов у</p>
------------------------------------	---------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------

материала		<p>пользу отказа от курения . Влияние курения на состояние здоровья крайне пагубно и несет смертельную опасность.</p>	привычки курить
Рефлексия	6 минут	1. Раздаю карточки –задания с тестами имеющими 3 уровня сложности	Работают с заданиями
Подведение итогов	2 минуты	<p>1.Собираю карточки-задания с ответами Заключительные слова</p> <p><u>Во многих странах уже вошло в моду некурение. Быть крутым – это значит быть физически здоровым, иметь сильное развитое тело, успевать в жизни. Это несовместимо с курением. Хорошо, если скоро так будут считать все подростки и взрослые в нашей стране.</u></p> <p>Сигаретный дым тает легко и быстро, а проблемы остаются. Наверное, до тех пор, пока в руках вместо сигареты не будет настоящего дела. А для этого -учитесь своей профессии по настоящему.</p>	1.Сдают карточки-задания
Домашнее задание	1 минута	<p>Учебник стр.33-36 <i>Самостоятельная внеаудиторная работа (домашняя работа).</i></p>	1.Записывают домашнее задание

		Меры перевоспитания человека употребляющего табак	
--	--	---------------------------------------------------	--

Приложение 1

Рефлексия

«Для меня сегодняшний урок...»

Обучающиеся дается индивидуальная карточка, в которой нужно подчеркнуть фразы, характеризующие работу ученика на уроке по трем направлениям.

<i>Урок</i>	<i>Я на уроке</i>	<i>Итог</i>
1. интересно	1. работал	1. понял материал
2. скучно	2. отдыхал	2. узнал больше, чем знал
3. безразлично	3. помогал другим	3. не понял

Мудрые мысли

**«Я видела многих мужчин,
обративших свое золото в дым,
но вы первый, кто обратил дым
в золото».**

**Елизавета I — Уолтеру Рали, который
привез табак из Америки в Англию**

**«Не кури в постели: пепел,
который придется потом
подметать, может оказаться
твоим собственным».**

Джек Бернет

**«Начинаешь курить, чтобы
доказать, что ты мужчина. Потом
пытаешься бросить курить, чтобы
доказать, что ты мужчина».**

Жорж Сименон

**«Курение позволяет верить, что
ты что то делаешь, когда ты
ничего не делаешь».**

Ралф Эмерсон

**«Нет ничего легче, чем бросить
курить, — я уже тридцать раз
бросал».**

Марк Твен

**«Отвыкнута от не курения
довольно легко».**

Лешек Кумор

**Далеко не полный
список составляющих
особого вкуса
табачного дыма:**

НИКОТИН

аммиак

ацетон

бензол

метанол

пестициды

ПОЛОНИЙ

сероводород

синильная

кислота

углекислый

газ

бензпирен

дибензпирен

ГЛОССАРИЙ

ХРОНИЧЕСКИЙ БРОНХИТ. Курение препятствует самоочищению дыхательных путей и провоцирует развитие воспаления. Бронхит - это постоянный кашель плюс неприятный запах изо рта.

ЭМФИЗЕМА ЛЕГКИХ Патологические процессы в легких, характеризующиеся повышенным содержанием воздуха в легочной ткани, это хроническое легочное заболевание, характеризующееся нарушением дыхания и газообмена в легких. Название болезни происходит от греч. *emphysao* – «вдуть», «раздуть».

Грудная клетка раздувается, как бочка, и жить становится совсем невмоготу.

ИШЕМИЧЕСКАЯ БОЛЕЗНЬ СЕРДЦА. Курение вызывает сужение коронарных сосудов, питающих кровью сердечную мышцу. Риск внезапной смерти и инфаркта миокарда повышается в несколько раз.

УХУДШЕНИЕ ЗРЕНИЯ в связи с тем ,что тормозится обмен микроэлементов растительной пищи защищающих орган зрения.

ЯЗВА ЖЕЛУДКА И ДВЕНАДЦАТИПЕРСТНОЙ КИШКИ

Слюна во время затяжек обогащается полным списком составляющих сигарет. Эта агрессивная жидкость разъедает слизистую оболочку желудочно-кишечного тракта

ИМПОТЕНЦИЯ

У мужчин курение имеет прямое отношение к развитию и бесплодия. По мере поражения половой системы никотином угол эрекции становится всё меньше и меньше, а сперматозоиды всё хуже и хуже.

ОБЛИТЕРИРУЮЩИЙ ЭНДАРТЕРИИТ

Каждый седьмой курильщик болеет - тяжким недугом. Это заболевание ведет к нарушению питания, *гангрене* и в итоге к ампутации нижней конечности.

СИНДАКТИЛИЯ перепончатые и сросшиеся пальцы, встречается у одного из 2-2.5 тыс. новорожденных детей

ПОЛИДАКТИЛИЯ лишние пальцы на руках и ногах - у одного из 600 появившихся на свет младенцев.

Уровень 1
Карточка задание №1 по теме «Влияние курения на состояние здоровья»
<p>1. Кто завез табак в Европу А) Китайцы; Б) Испанцы; В) Англичане из Индии</p> <p>2. Существуют ли сигареты не приносящие вреда. А) Нет; Б) Да. С низким содержанием никотина;</p> <p>3. Сколько вредных веществ содержится в табачном дыме А) 30; Б) 300; В) 4000</p>
Уровень 1
Карточка задание №1 по теме «Влияние курения на состояние здоровья»
<p>1. Кто завез табак в Европу А) Китайцы; Б) Испанцы; В) Англичане из Индии</p> <p>2. Существуют ли сигареты не приносящие вреда. А) Нет; Б) С низким содержанием никотина;</p> <p>3. Сколько вредных веществ содержится в табачном дыме А) 30; Б) 300; В) 4000</p>
Уровень 1
Карточка задание №1 по теме «Влияние курения на состояние здоровья»
<p>1. Кто завез табак в Европу А) Китайцы; Б) Испанцы; В) Англичане из Индии</p> <p>2. Существуют ли сигареты не приносящие вреда. А) Нет; Б) С низким содержанием никотина;</p> <p>3. Сколько вредных веществ содержится в табачном дыме А) 30; Б) 300; В) 4000</p>
Уровень 1
Карточка задание №2 по теме «Влияние курения на состояние здоровья»
<p>1. Что происходит с физическими возможностями курящего человека А) Повышаются ;Б) Понижаются; В) Не изменяются</p> <p>2. Что вреднее А) Дым от сигареты; Б) Дым от газовой горелки; В) Выхлопные газы</p> <p>3. При каком царе табак завезли в Россию А) При Иване Грозном; Б) При Петре1; В) При Екатерине 2</p>
Уровень 1
Карточка задание №2 по теме «Влияние курения на состояние здоровья»

1.Что происходит с физическими возможностями курящего человека

А) Повышаются ;Б) Понижаются; В) Не изменяются

2.Что вреднее

А) Дым от сигареты; Б) Дым от газовой горелки; В) Выхлопные газы

3.При каком царе табак завезли в Россию

А) При Иване Грозном; Б) При Петре1; В) При Екатерине 2

Уровень 1

Карточка задание №2

по теме «Влияние курения на состояние здоровья»

1.Что происходит с физическими возможностями курящего человека

А) Повышаются ;Б) Понижаются; В) Не изменяются

2.Что вреднее

А) Дым от сигареты; Б) Дым от газовой горелки; В) Выхлопные газы

3.При каком царе табак завезли в Россию

А) При Иване Грозном; Б) При Петре1; В) При Екатерине 2

Уровень 1

Карточка задание №3

по теме «Влияние курения на состояние здоровья»

1.Что такое пассивное курение

А) Нахождение в помещении где курят; Б) Когда куришь не затягиваясь

2.Какой русский царь ввел запрет на курение

А) Алексей Михайлович; Б) Петр1; В) Николай 1

3. Какие заболевания связаны с курением

А) Аллергия; Б) Гастрит; В) Рак легкого

Уровень 1

Карточка задание №3

по теме «Влияние курения на состояние здоровья»

1.Что такое пассивное курение

А) Нахождение в помещении где курят; Б) Когда куришь не затягиваясь

2.Какой русский царь ввел запрет на курение

А) Алексей Михайлович; Б) Петр1; В) Николай 1

3. Какие заболевания связаны с курением

А) Аллергия; Б) Гастрит; В) Рак легкого

Уровень 1

Карточка задание №3

по теме «Влияние курения на состояние здоровья»

1.Что такое пассивное курение

А) Нахождение в помещении где курят; Б) Когда куришь не затягиваясь

2. Какой русский царь ввел запрет на курение
А) Алексей Михайлович; Б) Петр1; В) Николай 1
3. Какие заболевания связаны с курением
А) Аллергия; Б) Гастрит; В) Рак легкого

Уровень 2

Карточка задание №4
по теме «Влияние курения на состояние здоровья»

1. Как курение влияет на вес человека
А) Понижает; Б) Повышает; В) Не влияет
2. Какое основное действие на организм угарного газа
А) Образование карбоксигемоглобина; Б) Вызывает кашель
3. Как много взрослых мужчин в нашей стране курит
А) 10%; Б) 30%; В) около 50%

Уровень 2

Карточка задание №4
по теме «Влияние курения на состояние здоровья»

1. Как курение влияет на вес человека
А) Понижает; Б) Повышает; В) Не влияет
2. Какое основное действие на организм угарного газа
А) Образование карбоксигемоглобина; Б) Вызывает кашель
3. Как много взрослых мужчин в нашей стране курит
А) 10%; Б) 30%; В) около 50%

Уровень 2

Карточка задание №4
по теме «Влияние курения на состояние здоровья»

1. Как курение влияет на вес человека
А) Понижает; Б) Повышает; В) Не влияет
2. Какое основное действие на организм угарного газа
А) Образование карбоксигемоглобина; Б) Вызывает кашель
3. Как много взрослых мужчин в нашей стране курит
А) 10%; Б) 30%; В) около 50%

Уровень 2

Карточка задание №5
по теме «Влияние курения на состояние здоровья»

1. Каков процент желающих бросить курить
А) 25%; Б) 65%; В) 85%
2. У кого наибольшая зависимость от табака

А) У тех кто начал курить до 20 лет; Б) После 20 лет; В) Не связано с возрастом

3.Зависит ли возможность бросить курить от стажа курения

А) Стаж не имеет значения ; Б) Чем дольше ,тем сложнее бросить; В) Чем больше куришь ,тем легче бросить

Уровень 2

Карточка задание №5

по теме «Влияние курения на состояние здоровья»

1.Каков процент желающих бросить курить

А) 25%; Б) 65%; В) 85%

2. У кого наибольшая зависимость от табака

А) У тех кто начал курить до 20 лет; Б)После 20 лет; В) Не связано с возрастом

3.Зависит ли возможность бросить курить от стажа курения

А) Стаж не имеет значения ; Б) Чем дольше ,тем сложнее бросить; В) Чем больше куришь ,тем легче бросить

Уровень 2

Карточка задание №5

по теме «Влияние курения на состояние здоровья»

1.Каков процент желающих бросить курить

А) 25%; Б) 65%; В) 85%

2. У кого наибольшая зависимость от табака

А) У тех кто начал курить до 20 лет; Б)После 20 лет; В) Не связано с возрастом

3.Зависит ли возможность бросить курить от стажа курения

А) Стаж не имеет значения ; Б) Чем дольше ,тем сложнее бросить; В) Чем больше куришь ,тем легче бросить

Уровень 2

Карточка задание №6

по теме «Влияние курения на состояние здоровья»

1.Сколько процентов вредных веществ способен задержать сигаретный фильтр

А) не более20%; Б)30%; В) 35%

2. Из тысячи подростков –курильщиков умрут от болезней

А) Не менее 100; Б) Менее 200; В) Около 250

3.Какие профессии менее доступны курильщикам

А) Электромонтер ; Б) Повар, кондитер; В) Спортсмен-профессионал

Уровень 2

**Карточка задание №6
по теме «Влияние курения на состояние здоровья»**

1. Сколько процентов вредных веществ способен задержать сигаретный фильтр
А) не более 20%; Б) 30%; В) 35%
2. Из тысячи подростков –курильщиков умрут от болезней
А) Не менее 100; Б) Менее 200; В) Около 250
3. Какие профессии менее доступны курильщикам
А) Электромонтер ; Б) Повар, кондитер; В) Спортсмен-профессионал

Уровень 2

**Карточка задание №6
по теме «Влияние курения на состояние здоровья»**

1. Сколько процентов вредных веществ способен задержать сигаретный фильтр
А) не более 20%; Б) 30%; В) 35%
2. Из тысячи подростков –курильщиков умрут от болезней
А) Не менее 100; Б) Менее 200; В) Около 250
3. Какие профессии менее доступны курильщикам
А) Электромонтер ; Б) Повар, кондитер; В) Спортсмен-профессионал

Уровень 3

**Карточка задание №7
по теме «Влияние курения на состояние здоровья»**

1. Какого вещества в табачном дыме нет
А) Креозол; Б) Полоний; В) Синильная кислота
2. Согласно Федерального закона №15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака» запрещено курить
А) В ресторанах; Б) На железнодорожных платформах; В) В угольных шахтах
3. Почему закурив , первоначально человек чувствует успокоение, снятие стресса
А) Табачный яд тормозит нервную систему ; Б) Разжижается кровь; В) Органы обогащаются кислородом

Уровень 3

**Карточка задание №7
по теме «Влияние курения на состояние здоровья»**

1.Какого вещества в табачном дыме нет

А) Креозол; Б) Полоний; В) Синильная кислота

2. Согласно Федерального закона №15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака» запрещено курить

А) В ресторанах; Б) На железнодорожных платформах; В) В угольных шахтах

3.Почему закурив ,первоначально человек чувствует успокоение, снятие стресса

А) Табачный яд тормозит нервную систему ; Б) Разжижается кровь; В) Органы обогащаются кислородом

Уровень 3

**Карточка задание №7
по теме «Влияние курения на состояние здоровья»**

1.Какого вещества в табачном дыме нет

А) Креозол; Б) Полоний; В) Синильная кислота

2. Согласно Федерального закона №15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака» запрещено курить

А) В ресторанах; Б) На железнодорожных платформах; В) В угольных шахтах

3.Почему закурив ,первоначально человек чувствует успокоение, снятие стресса

А) Табачный яд тормозит нервную систему ; Б) Разжижается кровь; В) Органы обогащаются кислородом

Уровень 3

**Карточка задание №7
по теме «Влияние курения на состояние здоровья»**

1.Какого вещества в табачном дыме нет

А) Креозол; Б) Полоний; В) Синильная кислота

2. Согласно Федерального закона №15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака» запрещено курить

А) В ресторанах; Б) На железнодорожных платформах; В) В угольных шахтах

3.Почему закурив ,первоначально человек чувствует успокоение, снятие стресса
А) Табачный яд тормозит нервную систему ; Б) Разжижается кровь; В) Органы обогащаются кислородом

Уровень 3

Карточка задание №7
по теме «Влияние курения на состояние здоровья»

1.Какого вещества в табачном дыме нет

А) Креозол; Б) Полоний; В) Синильная кислота

2. Согласно Федерального закона №15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака» запрещено курить

А) В ресторанах; Б) На железнодорожных платформах; В) В угольных шахтах

3.Почему закурив ,первоначально человек чувствует успокоение, снятие стресса

А) Табачный яд тормозит нервную систему ; Б) Разжижается кровь; В) Органы обогащаются кислородом

Уровень 2

Карточка задание №5
по теме «Влияние курения на состояние здоровья»

1.Каков процент желающих бросить курить

А) 25%; Б) 65%; В) 85%

2. У кого наибольшая зависимость от табака

А) У тех кто начал курить до 20 лет; Б)После 20 лет; В) Не связано с возрастом

3.Зависит ли возможность бросить курить от стажа курения

А) Стаж не имеет значения ; Б) Чем дольше ,тем сложнее бросить; В) Чем больше куришь ,тем легче бросить

Уровень 2

Карточка задание №6
по теме «Влияние курения на состояние здоровья»

1.Сколько процентов вредных веществ способен задержать сигаретный фильтр

А) не более20%; Б)30%; В) 35%

2. Из тысячи подростков –курильщиков умрут от болезней

А) Не менее 100; Б) Менее 200; В) Около 250

3.Какие профессии менее доступны курильщикам

А) Электромонтер ; Б) Повар, кондитер; В) Спортсмен-профессионал

Уровень 1

**Карточка задание №3
по теме «Влияние курения на состояние здоровья»**

1.Что такое пассивное курение

А) Нахождение в помещении где курят; Б) Когда куришь не затягиваясь

2.Какой русский царь ввел запрет на курение

А) Алексей Михайлович; Б) Петр1; В) Николай 1

3. Какие заболевания связаны с курением

А) Аллергия; Б) Гастрит; В) Рак легкого

Уровень 2

**Карточка задание №4
по теме «Влияние курения на состояние здоровья»**

1.Как курение влияет на вес человека

А) Понижает; Б) Повышает; В) Не влияет

2. Какое основное действие на организм угарного газа

А) Образование карбоксигемоглобина; Б)Вызывает кашель

3.Как много взрослых мужчин в нашей стране курит

А) 10%; Б)30%; В)около 50%

Список использованных источников

- Федеральный закон от 10.01.2002 № 7-ФЗ «Об охране окружающей среды» (в ред. от 25.06.2012, с изм. от 05.03.2013) // СЗ РФ. — 2002. — № 2. — Ст. 133.
- Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (в ред. от 25.06.2012) // СЗ РФ. — 2011. — N 48. — Ст. 6724.
- Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 04.05.2012 № 477н «Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи» (в ред. от 07.11.2012) (зарегистрирован в Минюсте РФ 16.05.2012 № 24183) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. — 2012.
- Айзман Р.И., Омельченко И.В.* Основы медицинских знаний: учеб. пособие для бакалавров. — М., 2013.
- Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А.* Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для сред. проф. образования. — М., 2015.
- Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А.* Основы безопасности жизнедеятельности: электронный учебник для сред. проф. образования. — М., 2015.
- Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л.* Безопасность жизнедеятельности: учебник для учреждений сред. проф. образования. — М., 2014.
- Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л.* Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учеб. пособие для учреждений сред. проф. образования. — М., 2013.
- Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л.* Безопасность жизнедеятельности: электронное учебное издание для обучающихся по профессиям в учреждениях сред. проф. образования. — М., 2014.
- Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л.* Безопасность жизнедеятельности: электронное приложение к учебнику для учреждений сред. проф. образования. — М., 2014.
- Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л.* Безопасность жизнедеятельности: электронный учебно-методический комплекс для учреждений сред. проф. образования. — М., 2014.
- Микрюков В.Ю.* Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов сред. проф. образования. — М., 2014.
- Назарова Е.Н., Жилов Ю.Д.* Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник для студ. высш. учеб. заведений. — М., 2013.
- www.dic.academic.ru (Академик. Словари и

энциклопедии).

www.booksgid.com (Books Gid. Электронная библиотека).

www.globalteka.ru/index.html (Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов).

www.window.edu.ru (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).

www.iprbookshop.ru (Электронно-библиотечная система IPR books).

www.school.edu.ru/default.asp (Российский образовательный портал. Доступность, качество, эффективность).