

Скажи нет вредным привычкам!!!

Скажи наркотикам нет!
Здоровью ты да скажи!
От наркотиков пользы ведь нет!
Скажи нет ты им навсегда!!!

Скажи алкоголю ты нет!
Физкультуре скажи только да!
От алкоголя один только вред,
А от труда лишь польза одна!

Скажи курению нет!
Здоровой жизни скажи же ты да!
Курение клево? Это все бред!
О вредных привычках забудь
навсегда!!!



Помните! Смелый не тот, кто научился курить, пить, принимать наркотики, а

тот кто сумел от этого отказаться и помочь другим!

IV Региональный интернет-конкурс творческих работ учащихся «Здоровая нация- процветание России!»

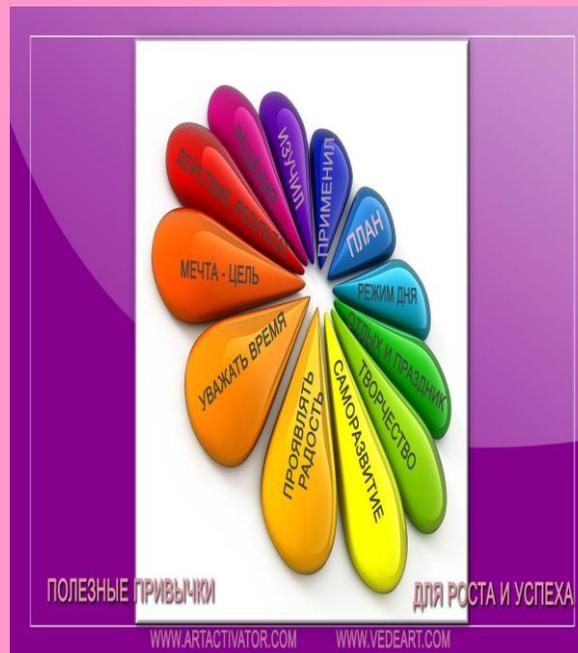


«Скажи нет-вредным привычкам!»

МБОУ СОШ с. Канавка 413383 Саратовская область,
Александрово-Гайский район, с. Канавка, ул. Советская, 2

тел.: 8 (845) 783-43-42

Тысячи лет назад на земле существовали рабовладельческие государства. Эти государства вели постоянные войны, завоевывали соседние земли, а завоеванные народы угоняли в рабство. Рабы строили дороги, дворцы, пирамиды, выполняли самую тяжелую работу. Жизнь раба ничего не стоила: раба можно было унижить, продать, убить. Спасаясь от невыносимой жизни, рабы часто поднимали восстания, самое известное из которых восстание под предводительством Спартака. Прошли века, и человечество избавилось от рабства. Но и в наши дни сохранилось добровольное рабство. В него попадают люди разных национальностей, мужчины и женщины, старики и дети. Все они добровольно становятся рабами вредных привычек. **Это Царство вредных привычек.** В этом Царстве самые крупные города – это **Никотин, Алкоголь, Наркотик.** Люди, которые попали к ним в плен, становятся безвольными, жалкими жертвами своих вредных привычек: пьянства, наркомании, алкоголизма. Но почему же так тянет людей в это темное царство? Чем же заманивают людей эти вредные привычки. Они одурманивают нас своими вкрадчивыми заклинаниями: **«Всё в жизни нужно попробовать», «Вокруг такая скука, нужно развлечься», «Смотри, какая красивая пачка, бутылка », «Все это пробуют, поддержи компанию друзей»** Неправильно считать, что проблема с алкоголем и наркотиками появилась только сейчас. В древние времена жрецы и шаманы использовали наркотики для того, чтобы было легче управлять людьми. Алкоголь и наркотики служили наградой за послушание и помогали снимать страх перед трудностями. Подросток, попробовавший наркотик, к 25 годам становится законченным наркоманом, его личность деградирует, потому что его психика еще не сформирована, и вылечить его намного труднее. **Можем ли мы устоять перед этими зазываниями?**



Вредным привычкам — нет!
 Здоровому образу жизни - да!
 Мы выбираем здоровье!
 И ты думай головой!
 Не переступай черту!
 Живи без риска!
 Скажи наркотикам - нет!
 Алкоголю — нет!
 Никотину — нет!
 Здоровью — да!

полезно	вредно
<p style="text-align: center;">для человека:</p> <ul style="list-style-type: none"> • соблюдать режим дня • соблюдать гигиену • правильно и регулярно питаться • заниматься спортом • вовремя и самостоятельно делать уроки • бывать на свежем воздухе • делать утреннюю зарядку • следить за чистотой своей одежды и своего жилища • слушать родителей и близких людей • закаляться • посещать кружки • читать книги 	<ul style="list-style-type: none"> • прогуливать занятия в школе • грубить и не уважать старших • много сидеть у телевизора или за компьютером • гулять в неположенных местах, где есть опасность для жизни • пробовать незнакомые вещества • есть много сладкого • грызть ногти • драться • курить • злоупотреблять спиртными напитками

