

Здравствуйте, восьмиклассники.

Сегодня 29 апреля и у нас очень важная тема урока ОБЖ. Во многом от того как вы усвоите эту тему зависит ваше здоровье, здоровье ваших близких и даже жизнь.

Тема: Вредные привычки и их профилактика.

1. Смотрим по ссылке видео урок https://youtu.be/9N8yp_Im91o
2. А теперь решим тест

Тест по теме: «Вредные привычки»

- 1. Кого называют пассивными курильщиками?**
 - 1) кто мало курит
 - 2) кто курит не в себя
 - 3) кто дышит табачным дымом от других
- 2. Где в соответствии с законом нашей страны запрещено курить?**
 - 1) на природе
 - 2) в кинотеатрах
 - 3) на улице
- 3. Каково влияние никотина на кровеносные сосуды?**
 - 1) Увеличивает проницаемость капилляров
 - 2) Расширяет мелкие артерии
 - 3) Резко сужает мелкие артерии
- 4. Одно из наиболее частых заболеваний, которое связано с сосудосуживающим действием никотина:**
 - 1) Расширение вен нижних конечностей
 - 2) Инфаркт миокарда
 - 3) Кровоточивость из носа и ушей
- 5. Почему не погибает курильщик, выкуривающий сигареты, содержащие смертельную дозу никотина?**
 - 1) часть никотина улетучивается с дымом
 - 2) доза вводится постепенно
 - 3) часть никотина остаётся в фильтре
- 6. В каких органах разлагается алкоголь?**
 - 1) В кишечнике
 - 2) В печени
 - 3) В головном мозге
- 7. Алкоголь влияет на работу головного мозга таким образом:**
 - 1) Затормаживает
 - 2) Возбуждает
 - 3) Улучшает память
- 8. Почему употребление алкоголя особенно опасно в подростковом возрасте?**
 - 1) Не завершилось развитие головного мозга
 - 2) Печень функционирует не в полной мере

- 3) Алкоголизм развивается быстрее, чем у взрослых
- 9. По каким признакам можно узнать человека, страдающего алкоголизмом?**
- 1) Отсутствие меры при употреблении спиртного
 - 2) Повышенная работоспособность
 - 3) Приподнятое настроение
- 10. Алкоголь, попавший в организм человека:**
- 1) Быстро выводится вместе с мочой
 - 2) Никогда не выводится из организма
 - 3) Растворяется в крови и разносится по всему организму, оказывая разрушительное действие на все ткани и органы
- 11. Вдыхание паров бензина, ацетона, растворителей - это...**
- 1) токсикомания
 - 2) наркомания
 - 3) алкоголизм
- 12. Какое влияние на организм оказывают наркотические вещества?**
- 1) Стимулируют обменные процессы
 - 2) Активизируют работу мозга
 - 3) Вызывают зависимость от их применения
- 13. Какие заболевания сопутствуют наркомании?**
- 1) Сахарный диабет
 - 2) СПИД
 - 3) Гепатит
- 14. Назовите факторы, препятствующие возникновению алкоголизма:**
- 1) Регулярные занятия спортом
 - 2) Правильное питание
 - 3) Прогулки на свежем воздухе
- 15. Когда проходит всемирный день борьбы с наркоманией?**
- 1) 1 июня
 - 2) 26 июня
 - 3) 1 сентября

Ответы присылайте мне.