

# 远离烟酒和毒品

## 学习目标

- ☑了解烟酒、毒品对人体的危害，主动远离烟酒，拒绝毒品；
- ☑懂得健康生活，不受外界诱惑，珍爱生命。





情景模拟

## 你会怎么做呢？



### 情境参考：

◆王大明和张小华是好朋友，不久前，王大明因为交到社会上的坏朋友而染上烟瘾，并且一再告知张小华吸烟是男子汉成熟的代表，有派头，有风度，吸烟可以提神，鼓吹张小华吸烟。如果你是张小华，你会怎么做呢？

### 模拟过程：

- ◆老师请同学上台表演小情景剧，并提醒同学表演的虚拟性。
- ◆请同学们根据剧情讨论，谈谈自己的感受。
- ◆教师总结并导入下面的课程内容。



在中国，每年因吸烟死亡的人数超过100万，有10万人死于二手烟暴露。



# 一、拒绝香烟的诱惑



# 香烟有害成分包括：

焦油

刺激性烟雾等



一氧化碳

尼古丁

二恶英



- **明确吸烟的危害。香烟中含有许多有害成分，对人体的呼吸道、心血管、神经系统、消化系统等都有不同程度的伤害。**





- **千万不要对吸烟有好奇心，要学会拒绝第一支香烟。吸烟是容易形成瘾癖的，一旦开始便很难戒除。要积极面对生活和学习，培养良好的生活习惯，避免染上烟瘾。**







- **提高思想认识, 不要认为吸烟是成熟的标志, 不与有烟瘾的同学交往过密。**



交流



**同学们，你身边有人吸烟吗？  
你知道什么是二手烟吗？**





**二手烟亦称被动吸烟、环境烟草烟雾，是指由卷烟或其他烟草产品燃烧端释放出的及由吸烟者呼出的烟草烟雾所形成的混合烟雾。其也是危害最广泛、最严重的室内空气污染，是全球重大死亡原因之一。**



## 关于吸烟的法律法规

在新加坡，吸烟者不被任何学校所录取，当局不向吸烟者颁发驾驶执照。





## 二、远离酒精



随着生活物质水平的提高，青少年中喝酒的人也多了起来，聚会庆典中，人们常饮酒助兴。但是，青少年身体各器官发育尚未成熟，肝脏对酒精的处理能力差，因而更容易发生酒精中毒及脏器功能损害。

拒絕酗酒

NO



饮酒会影响健康，未成年人不宜饮酒。

大量的酒精会杀死大脑神经细胞，长此以往，会导致记忆力减退。



经常酗酒的人会对酒产生依赖，脾气变得暴躁、不安，做出伤害自己和他人的行为。





# 安全提问



生活中，我们应该怎么做呢？

## 安全小结



- ◆ **积极参加各种课外活动，如学校组织的体育活动。体育活动可以强身健体，让自己保持健康的体魄。**
- ◆ **多参加志愿者活动。志愿者活动既能帮助他人，也能使自己获得某种程度的愉悦和满足。**
- ◆ **牢固树立远离酒精的意识，找到正确的减压方式。无论是学业压力还是生活压力，解决问题的唯一办法就是对症下药，借酒消愁无益于问题的解决。**

## 案例

### 1死1伤!

## 四川绵阳一男子酒后滋事，持刀伤人

2021年8月9日，四川绵阳市三台县永明镇金翔村发生一起持刀伤人案件，公安机关接到报警立即赶赴现场处置，将伤者迅速送医救治，同时控制犯罪嫌疑人。

经查，8月9日下午15时22分许，犯罪嫌疑人陈某(男，46岁，三台县永明镇金翔村人)饮下约半斤白酒后，在金翔村遇到同村男子王某和王某妻子古某。陈某与两人发生争吵后，遂取出随身携带的尖刀将王某、古某刺伤。古某后经抢救无效死亡，王某现在医院治疗，暂无生命危险。目前，犯罪嫌疑人陈某已被公安机关依法刑事拘留，案件正在进一步侦办之中。

----来源：腾讯网



交流



同学们，看了这个新闻案例，你们有什么想说的吗？



# 三、吸毒的危害

《2021年世界毒品报告》显示，2020年全球约2.75亿人使用毒品。



## 案例

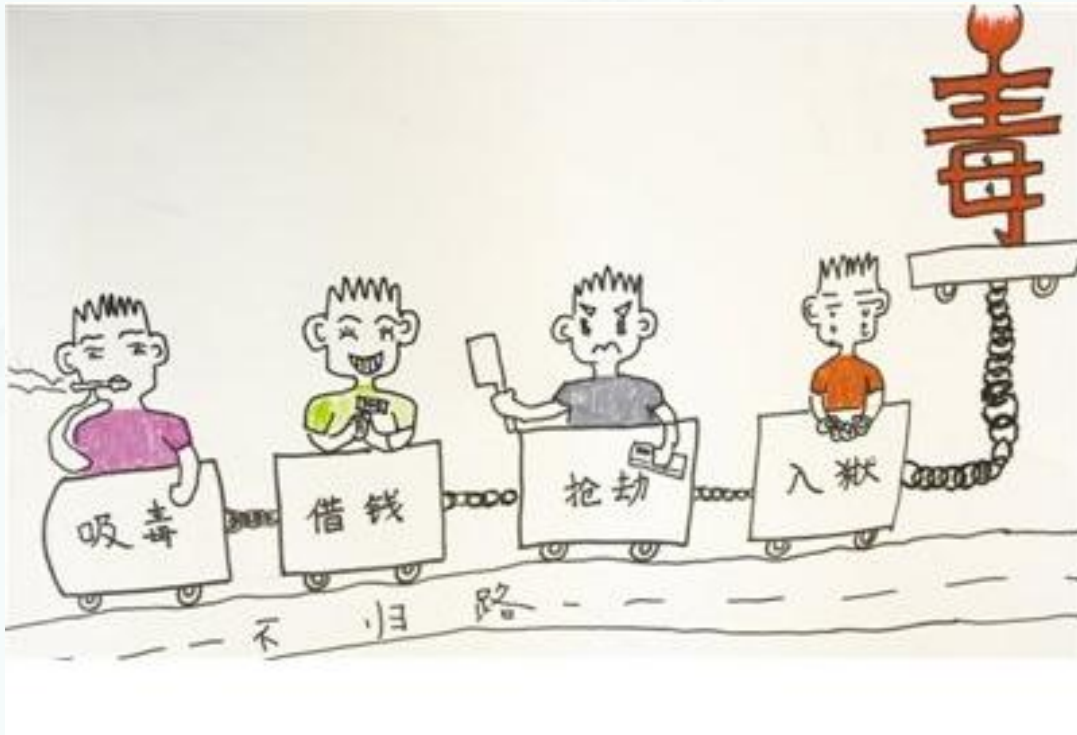
# “高级糖” 诱惑青少年吸毒



据调查发现，很多青少年初次使用摇头丸时，不知道这是一种什么性质的物质，而错误地认为这是一种提高休闲娱乐活动质量的“糖”。很多人并不了解这种毒品的危害，甚至认为“这是新型毒品，没有什么危害”，更有甚者，认为毒品能“减肥”、“美容”，是“好东西”。

——来源《北京日报(北京)》

毒品的危害巨大，不仅给吸毒者带来身心伤害，对吸毒者的家庭乃至社会也有着巨大的伤痛及影响。





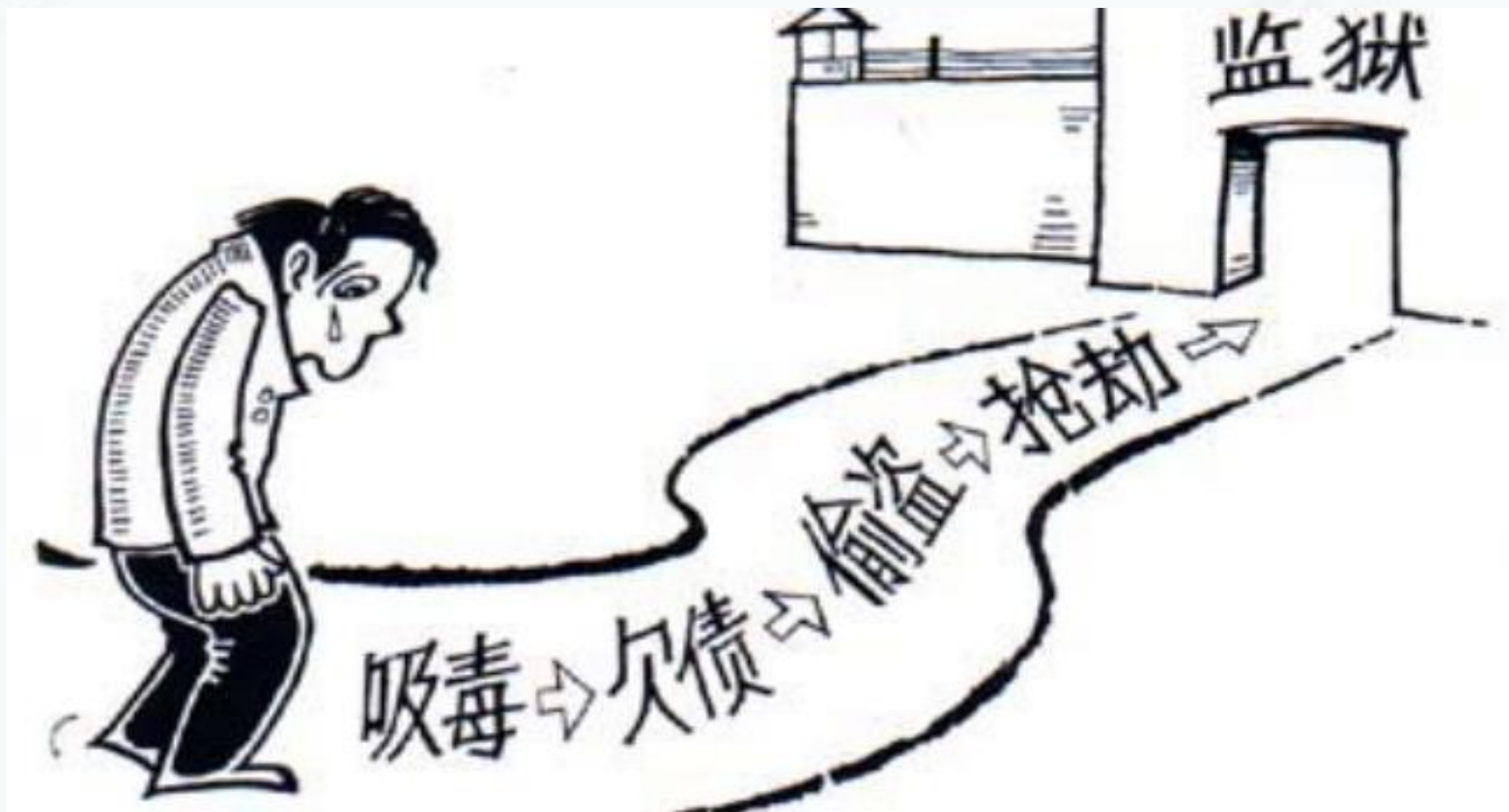
1. 吸毒会耗尽家财，导致家破人亡。



2. 吸毒容易感染各种疾病，如艾滋病等。



3. 吸毒一旦成癮，吸毒者会不择手段谋取财物换取毒品，扰乱社会治安，最终走上违法犯罪的道路。



# 预防吸毒“十个不要”



- 1.不要因为遇到不顺心的事情以吸毒来消愁解闷、寻求刺激，请记住：一失足成千古恨！必须勇敢面对失业、失学、失恋等人生挫折；
- 2.不要放任好奇心，如果因好奇以身试毒，势必付出惨痛代价；
- 3.不要抱侥幸心理，吸毒极易成瘾，试一下将会悔恨终生；
- 4.不要结交有吸毒、贩毒行为的人，遇有亲友吸毒，一要劝阻、二要回避、三要举报；
- 5.不要在吸毒场所多停留一秒钟；



6.不要听信吸毒是“高级享受”的鬼话，吸毒一口痛苦一世；

7.不要接受吸毒者递来的香烟或饮料，因为他们可能会诱骗你吸毒；

8.不要听信毒品能治病的谎言，吸毒摧残身体添百病，根本不可能治病；

9.不要有虚荣心理，以为有钱人才吸得起毒，吸毒是愚昧可耻的行为；

10.不要盲目仿效吸毒者，也不要崇拜吸毒的“偶像”，这种做法既幼稚又糊涂。



## 国际禁毒日



1987年6月12日至26日，联合国在维也纳召开由138个国家的3000多名代表参加的麻醉品滥用和非法贩运问题部长级会议，会议提出了“爱生命，不吸毒”的口号，与会代表一致同意6月26日定为“国际禁毒日”。





## 随堂测评



### 1. 有关饮酒的描述，下列说法正确的是：

- A.大量酒精会杀死大脑神经细胞，导致记忆力减退
- B.偶尔大量饮酒没关系
- C.大量饮酒可以减轻压力

### 2. 下列哪些属于健康的生活方式？

- A.吸烟、酗酒
- B.挑食，按个人喜好选择食物
- C.不吸烟、不喝酒，拒绝毒品

### 3. 关于毒品，下列说法正确的是：

- A.吸毒能帮助减肥
- B.毒品的成瘾性强
- C.吸毒能让人精神振奋，利于学习

参考答案：  
1.A 2.C 3.B





## 随堂测评



4. 赵某最近结识了一个新朋友王某，王某邀请赵某到酒吧玩。在酒吧里，王某拿出了一包非常漂亮的糖果，让赵某品尝。如果你是赵某，你会怎么做？

- A.看包装是正规糖果，尝一尝
- B.坚决不吃来路不明的东西
- C.不好意思拒绝，勉强试一试

5. 关于吸烟的危害，说法正确的是：

- A.二手烟（被动吸烟）是全球重大死亡原因之一
- B.吸烟会破坏肺部功能，使痰增加，使支气管发生慢性病变
- C.只要少量吸烟是没有危害的
- D.二手烟是危害最广泛、最严重的室内空气污染

参考答案：4.B 5.ABD

谢谢观看

